

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета ОФКиТ
_____Н.М.Машарская

Регистрационный № УД-07-03-514 р.

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Учебная программа учреждения высшего образования по учебной
дисциплине для направления специальности
1-88 01 02-01 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура
(оздоровительная)»**

Факультет оздоровительной физической культуры и туризма

Кафедра оздоровительной физической культуры

Курс 5

Семестр 9

Практические (семинарские)
занятия 10 часов

Зачет 9 семестр

Аудиторных часов
по учебной дисциплине 10

Всего часов по
учебной дисциплине 72

Форма получения
высшего образования заочная

Составили: О.К.Будрюнас, кандидат педагогических наук, доцент;
Р.Э.Зимницкая, кандидат педагогических наук, доцент; Л.С.Бельченко

2017

Учебная программа составлена на основе учебной программы учреждения высшего образования «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры», утвержденной 17.06.2014, протокол № 9, регистрационный № УД-108/баз.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой оздоровительной физической культуры

14.06.2017, протокол № 15

Старший преподаватель кафедры ОФК

_____ Т.В.Дорофеева

Одобрена и рекомендована к утверждению советом факультета оздоровительной физической культуры и туризма

21.06.2017, протокол № 14

Декан факультета ОФКиТ

_____ Н.М.Машарская

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью преподавания дисциплины является формирование у студентов современной системы знаний и навыков ведения научно-исследовательской работы в сфере оздоровительной физической культуры.

Задачи учебной дисциплины:

- создать представление об основных тенденциях в развитии современной науки в сфере оздоровительной физической культуры;
- сформировать навыки самостоятельного проведения научного исследования в сфере оздоровительной физической культуры;
- изучить основные методы, методики и технологию проведения научного исследования в сфере оздоровительной физической культуры;
- практически реализовать знания посредством выполнения и оформления результатов научно-исследовательской работы по проблемам оздоровительной физической культуры.

ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ И УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры» формируются следующие компетенции:

академические:

- 1) уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- 2) владеть системным и сравнительным анализом;
- 3) владеть исследовательскими навыками;
- 4) уметь работать самостоятельно;
- 5) творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры;
- 6) владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- 7) иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий в процессе планирования, проведения учебно-тренировочных занятий, контроля их эффективности и корректировки содержания;
- 8) обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- 9) уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни;

социально-личностные:

- 1) обладать качествами гражданственности;
- 2) быть способным к социальному взаимодействию;
- 3) обладать способностью к межличностным коммуникациям;
- 4) быть способным к критике и самокритике;
- 5) уметь работать в команде;
- 6) пользоваться государственными языками Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;
- 7) использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;
- 8) уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия;
- 9) проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях;

профессиональные:**организационно-управленческая:**

- 1) работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами;
- 2) составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам;
- 3) анализировать и оценивать собранные данные;
- 4) взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- 5) вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- 6) готовить доклады и материалы к презентациям;
- 7) пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций;
- 8) принимать управленческие решения;

научно-исследовательская:

- 9) квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры;
- 10) использовать в процессе научных исследований в области физической культуры знания смежных дисциплин;
- 11) готовить научные статьи, рефераты, информационные сообщения и др.;
- 12) использовать в научных исследованиях современные информационные технологии.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

знать:

- направления научных исследований в сфере оздоровительной физической культуры;
- основы научно-методической деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- планирование и проведение научного исследования;

уметь:

- организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания; оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки;
- анализировать результаты научных исследований, их интерпретировать, формулировать выводы и рекомендации;
- применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивной деятельности;

владеть:

- методами и методиками научных исследований в сфере оздоровительной физической культуры.

**ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН, УСВОЕНИЕ КОТОРЫХ НЕОБХОДИМО
ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ДАННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

№ п/п	Наименование учебной дисциплины	Модуль, тема
1.	Теория и методика физического воспитания	М-2 Методологические основы теории и методики физической воспитания Тема 2. Методы научного исследования в теории методики физической воспитания

**2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ЗАОЧНАЯ ФОРМА ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**

Номер модуля, темы	Название модуля, темы	Количество аудиторных часов		Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Форма контроля знаний
		Практические занятия				
1	2	3	4	5	6	
	СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 3					
	Содержательный модуль 3 (СМ-3)					
	Оценка результатов написания студенческих курсовых работ					
М-3	Подготовка курсовой работы к защите, процедура защиты	10				
11.	Формулирование выводов и практических рекомендаций 11.1 Формулирование выводов и практических рекомендаций в соответствии с поставленными задачами курсовой работы. 11.2 Оформление научных публикаций. Написание тезисов и научных статей. 11.3 Внедрение в практику результатов научной и методической деятельности. 11.4 Выступления на студенческих научно-методических конференциях, участие в конкурсах студенческих научных работ	2	Учебно-методический комплекс (электронная версия) УМК (эв))	[1] [2] [3] [4] [5] [6] [7]		
12.	Подготовка доклада по теме исследования 12.1 Структура и содержание частей доклада: тема исследования, исполнитель и научный руководитель, актуальность исследования, цель, задачи, объект, предмет и методы исследования, организация исследования, научная новизна исследования, результаты педагогического эксперимента, практическая значимость	2	УМК (эв)	[1] [2] [3] [4] [5] [6] [7]	Доклад	

1	2	3	4	5	6
13.	<p>Подготовка мультимедийной презентации по теме исследования</p> <p>13.1 Создание презентации в PowerPoint. Подготовка слайдов, видеофильмов, презентаций к защите в соответствии с докладом по теме исследования.</p> <p>13.2 Оформление и подписи рисунков, таблиц, графиков, схем, чертежей, диаграмм, фотографий</p>	2	УМК (эв), компьютер- ная презентация № 1	[1] [2] [3] [4] [5] [6] [7]	
14.	<p>Защита курсовой работы и подготовка ее к текущей аттестации</p> <p>14.1 Подготовка курсовой работы к текущей аттестации: оформление титульного листа, глав, таблиц, рисунков, диаграмм, заключения, списка использованных источников, приложений, актов внедрения.</p> <p>14.2 Выявление недостатков и ошибок, обнаруженных при написании курсовой работы, их ликвидация.</p> <p>14.3 Определение соответствия курсовой работы подготовленному докладу и презентации.</p> <p>14.4 Защита курсовой работы</p>	4	УМК (эв)	[1] [2] [3] [4] [5] [6] [7]	

4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Академия, 2005. – 272 с.
2. Правила подготовки, оформления и рецензирования курсовых, дипломных и научных работ студентов БГАФК: метод. рекомендации / сост. А.Г. Гататулин, О.А. Гусарова, Т.П. Юшкевич. – Минск: БГАФК, 2001. – 17 с.
3. Селуянов, В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учеб. пособие / В.Н. Селуянов. – М.: СпортАкадемПресс, 2007. – 184 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

4. Безмельницын, Н.Г. Подготовка курсовых (дипломных работ) по предмету «Теория и методика избранного вида физкультурно-спортивной деятельности»: учебное пособие / Н.Г. Безмельницын, Н. В. Астафьев. – Омск, АСБ, 1994. – 28 с.
5. Новиков, А.М. Научно-экспериментальная работа в общеобразовательном учреждении / А.М. Новиков. – М: ФиС, 1998. – 150 с.
6. Петров, П.К. Курсовые и выпускные квалификационные работы по физической культуре / П.К. Петров. – М: ФиС, 2001. – 264 с.
7. Врублевский, Е.П. Выпускная квалификационная работа (от выбора темы до защиты): учебное пособие / Е.П. Врублевский, О.Е. Лихачев, Л.Г. Врублевская. – Смоленск: СГАФКСТ, 2006. – 172 с.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРОГРАММ

1. Компьютерная презентация № 1. Подготовка мультимедийной презентации по теме исследования.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Нормирование физических нагрузок на занятиях оздоровительной аэробикой с детьми различного пола и возраста.
2. Улучшение показателей физического состояния детей, занимающихся оздоровительной аэробикой.
3. Нормирование физических нагрузок на занятиях оздоровительной аэробикой с женщинами различного возраста.
4. Сочетание нагрузок аэробной и силовой направленности на занятиях оздоровительной аэробикой.
5. Повышение функционального состояния занимающихся при выполнении физических упражнений в условиях водной среды.
6. Влияние аквааэробики на физическое состояние лиц зрелого (пожилого) возраста.
7. Нормирование нагрузок на занятиях силовой направленности с женщинами различного возраста.
8. Повышение показателей физического состояния женщин на занятиях силовой направленности.
9. Повышение показателей физического состояния лиц, занимающихся бодибилдингом.
10. Нормирование физических нагрузок силовой направленности на занятиях по бодибилдингу с лицами различного пола и возраста.
11. Повышение показателей силовых способностей различных мышечных групп на занятиях по бодибилдингу.

12. Развитие физических качеств у женщин различного возраста, занимающихся по системе пилатес.
13. Организация и проведение занятий пилатесом в учреждениях общего среднего и дополнительного образования.
14. Динамика показателей физического состояния занимающихся бильярдным спортом.
15. Физические упражнения хатха-йоги и их влияние на организм занимающихся.
16. Развитие физических качеств занимающихся в процессе занятий хатха-йогой.
17. Детский фитнес в системе физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях общего среднего и дополнительного образования.
18. Организация и проведение занятий различными направлениями фитнеса с населением Республики Беларусь.
19. Влияние спортивных и подвижных игр на физическое состояние занимающихся.
20. Нормирование физических нагрузок при проведении туристских походов с детьми различного возраста.
21. Нормирование физических нагрузок при проведении туристских походов с взрослым населением.
22. Организация и проведение семейного оздоровительного похода, способствующего развитию физических качеств лиц различного пола и возраста.
23. Планирование маршрута и проведение оздоровительного многодневного (однодневного) похода в зимнее и летнее время на территории Республики Беларусь с различным контингентом населения.
24. Туристские походы как эффективное средство снятия эмоциональной напряженности у представителей различных профессий.
25. Спортивное ориентирование как средство развития выносливости и координационных способностей у детей среднего (старшего) школьного возраста.
26. Использование современных средств навигации и проведение оздоровительного похода с лицами различного возраста и пола.
27. Влияние массовых мультиспортивных соревнований в Республике Беларусь на приобщение населения к занятиям оздоровительным туризмом.
28. Воздействие различных видов оздоровительной физической культуры на уровень общей физической подготовленности студентов.
29. Развитие физических качеств у лиц различного пола и возраста современными видами оздоровительной физической культуры.
30. Программирование занятий оздоровительной физической культурой с учетом состояния здоровья лиц различного пола и возраста.
31. Развитие профессионально-прикладных физических качеств, умений и навыков на занятиях различными видами оздоровительной физической культуры.
32. Организация и управление процессом формирования оздоровительных услуг.
33. Пропаганда современных видов оздоровительной физической культуры на рынке оздоровительных услуг.
34. Формирование мотивов и потребностей к занятиям физическими упражнениями различных половозрастных групп населения.
35. Круговая тренировка в физическом воспитании студентов как эффективный метод организации занятий с оздоровительной направленностью.
36. Применение метода сопряженного воздействия на уроках «Физическая культура и здоровье» в учреждении общего среднего образования.
37. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы в учреждении общего среднего образования.
38. Организация и проведение секционных занятий (кружков) по видам спорта в учреждениях общего среднего образования.

39. Повышение физкультурной образованности учащихся школьного возраста в углубленном изучении предмета «Физическая культура и здоровье».

40. Повышение физической подготовленности учащихся школьного возраста на учебных занятиях «Час здоровья и спорта».

41. Повышение интереса учащихся школьного возраста к занятиям физической культурой в учреждениях общего среднего и дополнительного образования.

42. Физическая рекреация как фактор восстановления и улучшения здоровья человека.

43. Влияние физических упражнений на организм человека в условиях воздействия неблагоприятных факторов окружающей среды.

**ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ
ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ СТУДЕНТАМИ 5 КУРСА ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ
ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**

НАИМЕНОВАНИЕ МОДУЛЯ, ТЕМЫ
СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 3
Содержательный модуль 3 (СМ-3)
Оценка результатов написания студенческих курсовых работ
М-3 Подготовка курсовой работы к защите, процедура защиты
Тема 11. Формулирование выводов и практических рекомендаций
Тема 12. Подготовка доклада по теме исследования
Тема 13. Подготовка мультимедийной презентации по теме исследования
Тема 14. Защита курсовой работы и подготовка ее к текущей аттестации

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
1. Теория и методика физического воспитания	Теория и методика физического воспитания и спорта	Нет	

Старший преподаватель
кафедры ОФК
«14» июня 2017

Т.В.Дорофеева