

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе университета

_____ Е.В.Фильгина

Регистрационный № УД-108/баз.

**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)»

Минск 2014

СОСТАВИТЕЛИ:

О.К.Рябцова, заведующий кафедрой оздоровительной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук;

Р.Э.Зимницкая, доцент кафедры оздоровительной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

Л.С.Бельченко, старший преподаватель кафедры оздоровительной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Н.М.Машарская, доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спорта, декан факультета оздоровительной физической культуры и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

В.А.Барташ, заведующий кафедрой спортивно-боевых единоборств и специальной подготовки учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

кафедрой оздоровительной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 10.04.2014 № 13);

советом факультета оздоровительной физической культуры и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 21.05.2014 № 13);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 17.06.2014 № 9)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры» разработана для студентов, обучающихся по направлению специальности 1-88 01 02-01 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная)», в соответствии с требованиями образовательного стандарта ОСВО 1-88 01 02-2013 и учебного плана вышеуказанного направления специальности.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью преподавания учебной 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) владеть навыками и быть примером в ведении здорового образа жизни;
- 5) быть способным к критике и самокритике;
- 6) уметь работать в команде;
- 7) пользоваться государственными языками Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;
- 8) использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;
- 9) уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия;
- 10) проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях;

профессиональные:

физкультурно-оздоровительная деятельность:

- 1) разрабатывать программы и документы планирования занятий в организованных и самостоятельных формах оздоровительной физической культуры;
- 2) проводить и контролировать занятия физическими упражнениями с оздоровительной направленностью с учетом пола, возраста, особенностей физического развития и физической подготовленности занимающихся;
- 3) использовать современные, адекватные поставленным задачам, средства и методы физического воспитания на занятиях оздоровительной физической культурой;
- 4) осуществлять педагогический контроль и оценивать показатели физического состояния занимающихся;
- 5) разрабатывать проекты и оснащать места проведения занятий спортивным оборудованием и инвентарем, использовать различные средства обучения и развития, в том числе тренажеры, компьютеры, аудиовизуальную технику;
- 6) организовывать активный отдых средствами физической культуры и спорта;
- 7) осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни;

педагогическая:

- 8) планировать уроки физической культуры, учебно-тренировочные и другие формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурно-спортивной деятельности, а также возрастных, половых особенностей, психофизических возможностей и физической подготовленности занимающихся;

9) проводить учебную, воспитательную, массовую, физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с учащейся молодежью;

10) внедрять современные подходы к рациональному построению и организации урока физической культуры, учебно-тренировочных и других форм занятий;

11) осуществлять контроль за результатами учебно-воспитательного процесса;

12) формировать у занимающихся физическую культуру личности;

13) формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение;

14) воспитывать патриотизм, чувство долга и ответственность за результаты учебной деятельности;

организационно-управленческая:

15) осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, физкультурно-оздоровительной деятельности;

16) работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами;

17) составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам;

18) анализировать и оценивать собранные данные;

19) взаимодействовать со специалистами смежных профилей;

20) вести переговоры с другими заинтересованными участниками;

21) готовить доклады и материалы к презентациям;

22) пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций;

23) принимать управленческие решения;

научно-исследовательская:

24) квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры;

25) использовать в процессе научных исследований в области физической культуры знания смежных дисциплин;

26) готовить научные статьи, рефераты, информационные сообщения и др.;

27) 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;

– математико-статистическую обработку материалов научной деятельности;

– формы представления эмпирических научных результатов;

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.

Изучение учебной дисциплины рассчитано на общее количество часов – 144, из них 70 – аудиторные часы. Примерное распределение аудиторных часов по видам занятий: лекции – 18 часов, практические занятия – 52 часа. По учебной дисциплине предусмотрено выполнение курсовой работы (40 часов).

В качестве форм текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры» предусмотрены зачет, курсовая работа.

ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ модуля	Наименование модуля, темы	Количество аудиторных часов		
		Всего	Из них	
			лекции	практические занятия
1	2	3	4	5
СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 1				
Содержательный модуль 1 (СМ-1)				
Научно-методическая деятельность в профессиональном физкультурном образовании				
М-1	Виды научных и методических работ	10	6	4
	Тема 1. Научная и методическая деятельность в профессиональном физкультурном образовании	2	2	
	Тема 2. Виды научных и методических работ, формы их представления	2	2	
	Тема 3. Организация и содержание научно-исследовательской деятельности в оздоровительной физической культуре. Выбор направления и планирование исследования	4	2	2
М-К₁	Контроль успеваемости по СМ-1 «Научно-исследовательская деятельность в профессиональном физкультурном образовании»	2		2
СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 2				
Содержательный модуль 2 (СМ-2)				
Основы научно-исследовательской деятельности студентов				
М-2	Планирование и проведение научного исследования	26	8	18
	Тема 4. Характеристика педагогических методов исследования	4	2	2
	Тема 5. Выбор методов и методик исследования	4		4
	Тема 6. Этапы педагогического эксперимента	2		2
	Тема 7. Математико-статистическая обработка материалов исследования	2	2	
	Тема 8. Обработка результатов исследования методами математической статистики	6	2	4
	Тема 9. Анализ научных данных и их интерпретация	2		2
	Тема 10. Формы представления эмпирических научных результатов	4	2	2

1	2	3	4	5
М-К₂	Контроль успеваемости по СМ-2 «Основы научно-исследовательской деятельности студентов»	2		2
СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 3				
Содержательный модуль 3 (СМ-3)				
Оценка результатов написания студенческих курсовых работ				
М-3	Подготовка курсовой работы к защите, процедура защиты	34	4	30
	Тема 11. Формулирование выводов и практических рекомендаций	2		2
	Тема 12. Подготовка доклада по теме исследования	6	2	4
	Тема 13. Подготовка мультимедийной презентации по теме исследования	8	2	6
	Тема 14. Защита курсовой работы и подготовка ее к текущей аттестации	16		16
М-К₃	Контроль успеваемости по СМ-3 «Оценка результатов написания студенческих курсовых работ»	2		2
	Итого	70	18	52

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Содержательный модуль 1 (СМ-1) НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ Модуль 1 (М-1)

Виды научных и методических работ

Тема 1. Научная и методическая деятельность в профессиональном физкультурном образовании.

Взаимосвязь научной, методической и учебной деятельности в профессиональном физкультурном образовании. Основные термины: наука, теория, методика, методология науки, методы, методические приемы. Основные проблемы, решаемые в сфере физической культуры с помощью научно-методических работ.

Тема 2. Виды научных и методических работ, формы их представления

Фундаментальные и прикладные научные исследования. Формы представления результатов научно-методической деятельности: реферат, доклад, контрольная, курсовая и дипломная работы, магистерская, кандидатская и докторская диссертация, монография, книга научная и научно-популярная, научная статья, тезисы, программа, учебник, учебное пособие, методические рекомендации, электронное издание.

Тема 3. Организация и содержание научно-исследовательской деятельности в оздоровительной физической культуре. Выбор направления и планирование исследования

Научное исследование: понятие, цель, уровни (эмпирический, теоретический), виды (фундаментальные, прикладные). Проблематика научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Предметно-объектная область исследований в оздоровительной физической культуре (ОФК). Примерная тематика курсовых работ кафедры ОФК.

Основные требования, предъявляемые к курсовым работам. Структура и содержание курсовых работ (титульный лист, оглавление, введение, общая характеристика работы, главы, заключение, список использованных источников, приложения).

Выбор темы исследования, формулирование цели и задач исследования, определение объекта и предмета исследования. Оформление текстового материала. Составление списка использованных источников по алфавитному признаку и его оформление.

Модуль контроля (М-К₁)

Контроль успеваемости по СМ-1 «Научно-исследовательская деятельность в профессиональном физкультурном образовании»

Контроль осуществляется в форме выбора студентами темы исследования, формулирования цели и задач исследования, определения

объекта и предмета исследования, составления списка использованных источников.

Содержательный модуль 2 (СМ-2) ОСНОВЫ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Модуль 2 (М-2)

Планирование и проведение научного исследования

Тема 4. Характеристика педагогических методов исследования

Характеристика методов исследования. Анализ научно-методической литературы. Изучение и анализ документальных и архивных материалов. Беседа, интервьюирование, анкетирование. Контрольные испытания, требования к проведению тестирования. Педагогическое наблюдение: виды, организация наблюдений. Экспертное оценивание. Педагогический эксперимент. Виды педагогического эксперимента: независимый, сравнительный, прямой, перекрестный, многофакторный, естественный, лабораторный, открытый, закрытый, констатирующий, формирующий.

Тема 5. Выбор методов и методик исследования

Подбор и назначение методов и методик, направленных на решение цели и задач исследования. Методы и методики, используемые непосредственно в процессе осуществления эксперимента. Методы и методики, используемые по завершении эксперимента или какой-то его части. Рациональный выбор измерительной и регистрирующей аппаратуры.

Тема 6. Этапы педагогического эксперимента

Постановка задач и выбор методов исследования на предварительном и основном этапах проведения эксперимента. Выбор экспериментальных научно-исследовательских площадок.

Составление плана проведения эксперимента. Организация и проведение педагогического эксперимента. Разработка протоколов, характеризующих контрольную и экспериментальную группу, протоколов тестирования исследуемых показателей.

Тема 7. Математико-статистическая обработка материалов исследования

Оценка результатов педагогического исследования посредством методов качественного и количественного анализа.

Основные статистические понятия: совокупность, генеральная и выборочная совокупность, объем генеральной совокупности, объем выборки, сплошные (полные) и частичные (выборочные) наблюдения.

Методика обработки полученных результатов с применением параметрических и непараметрических критериев. Зависимые и независимые результаты исследований.

Тема 8. Обработка результатов исследования методами математической статистики

Вычисление средней арифметической величины, среднего квадратического отклонения (стандартного отклонения), стандартной ошибки средней арифметической.

Оценка статистической достоверности полученных в ходе исследования показателей при помощи параметрических (Стьюдента, Фишера) и непараметрических (Уайта, Вилкоксона, Ван дер Вардена и др.) критериев значимости.

Способы вычисления достоверности различий между независимыми и зависимыми результатами.

Тема 9. Анализ научных данных и их интерпретация

Анализ и оценка фактического материала, накопленного в процессе выполнения научной работы. Описание и объяснение полученных результатов исследования.

Тема 10. Формы представления эмпирических научных результатов

Представление табличного материала: элементы и части таблиц. Требования к содержанию, составлению, форме и построению таблиц. Требования к редакционно-техническому оформлению таблицы: нумерационный заголовок, его назначение и нумерация. Расположение чисел в графах, примечание к таблицам.

Представление иллюстративного материала: требования к рисункам, графикам, графическим изображениям. Линейные, плоскостные и объемные диаграммы. Схемы общего назначения. Требования к подписи иллюстраций.

Модуль контроль (М-К₂)

Контроль успеваемости по СМ-2 «Основы научно-исследовательской деятельности студентов»

Контроль осуществляется по форме написания и предоставления студентами общей характеристики работы, первой, второй и третьей глав курсовой работы, практических заданий (проверка правильности оформления текстового, табличного и иллюстративного материалов курсовой работы).

Содержательный модуль 3 (СМ-3)

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ НАПИСАНИЯ СТУДЕНЧЕСКИХ КУРСОВЫХ РАБОТ

Модуль 3 (М-3)

Подготовка курсовой работы к защите, процедура защиты

Тема 11. Формулирование выводов и практических рекомендаций

Формулирование выводов и практических рекомендаций в соответствии с поставленными задачами курсовой работы.

Оформление научных публикаций. Написание тезисов и научных статей.
Внедрение в практику результатов научной и методической деятельности.
Выступления на студенческих научно-методических конференциях,
участие в конкурсах студенческих научных работ.

Тема 12. Подготовка доклада по теме исследования

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.

Тема 13. Подготовка мультимедийной презентации по теме исследования

Подготовка слайдов, видеофильмов, презентаций к защите в соответствии с докладом по теме исследования. Оформление и подпись рисунков, таблиц, графиков, схем, чертежей, диаграмм, фотографий.

Тема 14. Защита курсовой работы и подготовка ее к текущей аттестации

Подготовка курсовой работы к текущей аттестации: оформление титульного листа, глав, таблиц, рисунков, диаграмм, заключения, списка использованных источников, приложений, актов внедрения. Выявление недостатков и ошибок, обнаруженных при написании курсовой работы, их ликвидация. Определение соответствия курсовой работы подготовленному докладу и презентации. Защита курсовой работы.

Модуль контроль (М-К₃)

Контроль успеваемости по СМ-3 «Оценка результатов написания студенческих курсовых работ»»

Контроль осуществляется по форме рассмотрения курсовой работы на кафедре, практических заданий (проверка правильности оформления доклада и презентации).

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Организация и содержание научно-исследовательской деятельности в оздоровительной физической культуре. Выбор направления и планирование исследования.
2. Характеристика педагогических методов исследования.
3. Выбор методов и методик исследования.
4. Этапы педагогического эксперимента.
5. Обработка результатов исследования методами математической статистики.
6. Анализ научных данных и их интерпретация.
7. Формы представления эмпирических научных результатов.
8. Формулирование выводов и практических рекомендаций.
9. Подготовка доклада по теме исследования.
10. Подготовка мультимедийной презентации по теме исследования.
11. Защита курсовой работы и подготовка ее к текущей аттестации.

КУРСОВАЯ РАБОТА

В соответствии с учебным планом учреждения высшего образования студенты университета выполняют курсовую работу по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры». Общее количество времени – 40 часов.

Цель курсовой работы заключается в систематизации, закреплении и расширении теоретических и практических знаний в области оздоровительной физической культуры.

В процессе подготовки курсовой работы студенты обязаны овладеть:

- навыками самостоятельного проведения исследований;
- умением работать с литературными источниками;
- знанием необходимых методов научного исследования;
- умением практически применять методы математической статистики при обработке экспериментальных данных;
- умением самостоятельно анализировать результаты исследования и формулировать выводы;
- умением правильно оформить курсовую работу.

Структура курсовой работы:

- Титульный лист.
- Содержание.
- Перечень условных обозначений (при необходимости).
- Введение.
- Общая характеристика работы.
- Основная часть (состоит из трех глав).
- Заключение.
- Список использованных источников.
- Приложения.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Дифференцированный подход к нормированию нагрузок на занятиях оздоровительной аэробикой с детьми различного возраста.
2. Динамика показателей физического состояния детей, занимающихся оздоровительной аэробикой.
3. Дифференцированный подход к нормированию нагрузок на занятиях оздоровительной аэробикой с женщинами различного возраста.
4. Сочетание нагрузок различной направленности на занятиях оздоровительной аэробикой.
5. Инновационный подход к применению фитболов на занятиях у детей.
6. Динамика функционального состояния занимающихся при выполнении физических упражнений в условиях водной среды.
7. Развитие физических качеств у детей школьного возраста средствами аквааэробики.
8. Влияние аквааэробики на физическое состояние лиц зрелого (пожилого) возраста.
9. Дозирование физических нагрузок при проведении туристских походов с детьми различного возраста.
10. Дозирование физических нагрузок при проведении туристских походов с взрослым населением.
11. Разработка маршрута и проведение семейного оздоровительного похода по Республике Беларусь.
12. Планирование маршрута и проведение оздоровительного многодневного (однодневного) похода в зимнее и летнее время на территории Республики Беларусь.
13. Туристские походы как эффективное средство снятия эмоциональной напряженности среди населения занятого умственным трудом.
14. Спортивное ориентирование как средство развития выносливости и координации у детей среднего (старшего) школьного возраста.
15. Использование современных средств навигации и проведение оздоровительного похода с лицами различного возраста и пола.
16. Особенности разработки веломаршрутов в Республике Беларусь для массового развития велотуризма среди населения.
17. Влияние массовых мультиспортивных соревнований в Республике Беларусь на приобщение населения к занятиям оздоровительным туризмом.
18. Физическая рекреация как фактор восстановления психического и физического здоровья человека.
19. Круговая тренировка в физическом воспитании студентов как эффективный метод организации занятий с оздоровительной направленностью.
20. Применение метода сопряженного воздействия на уроках «Физическая культура и здоровье» в учреждении общего среднего образования.
21. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы в учреждении общего среднего образования.

22. Исследование уровня общей физической подготовленности студентов, занимающихся различными видами оздоровительной физической культуры.

23. Дифференцированный подход к нормированию нагрузок на занятиях шейпингом с женщинами различного возраста.

24. Сочетание нагрузок различной направленности в занятиях шейпингом.

25. Динамика показателей физического состояния женщин, занимающихся шейпингом.

26. Развитие физических качеств у лиц различного пола и возраста современными видами оздоровительной физической культуры.

27. Рекреация лиц зрелого возраста различных групп труда популярными видами оздоровительной физической культуры.

28. Динамика показателей физического состояния занимающихся бодибилдингом.

29. Совершенствование методики применения физических нагрузок силовой направленности на занятиях по бодибилдингу.

30. Нормирование физических нагрузок на занятиях по бодибилдингу с лицами различного пола и возраста.

31. Повышение силы различных мышечных групп на занятиях по бодибилдингу.

32. Развитие физических качеств у лиц, занимающихся бодибилдингом.

33. Физическое развитие школьников в зависимости от вида оздоровительных занятий.

34. Структура и содержание занятий пилатесом с лицами различного пола и возраста.

35. Влияние занятий пилатесом на улучшение здоровья занимающихся.

36. Пилатес как средство повышения физической подготовленности занимающихся.

37. Развитие гибкости у детей школьного возраста физическими упражнениями системы пилатес.

38. Организация и проведение занятий в кружках по пилатесу в учреждениях общего среднего образования.

39. Методика обучения основным техническим действиям в бильярдном спорте.

40. Методика обучения технике сложных и особо сложных ударов по шару в бильярдном спорте.

41. Программирование и планирование компонентом спортивной подготовки в бильярдном спорте.

42. Методика обучения техническим действиям в бильярдном спорте.

43. Содержание и организация секционных занятий по видам спорта (кружков) в учреждениях образования.

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

45. Динамика показателей физического состояния детей, занимающихся бильярдом.

46. Рекреационные ресурсы различных зон Республики Беларусь.
47. Организация оздоровительных мероприятий на турбазах Республики Беларусь.
48. Составление индивидуальных программ занятий оздоровительной физической культурой с учетом состояния здоровья.
49. Программирование занятий ОФК с учащимися старшего школьного возраста.
50. Содержание и методика проведения занятий по хатха-йоге.
51. Методика обучения выполнению дыхательных упражнений хатха-йоги.
52. Методика обучения выполнению физических упражнений хатха-йоги, применяемых в динамическом и статическом режимах.
53. Релаксационные упражнения хатха-йоги и их влияние на восстановление организма занимающихся.
54. Динамика развития физических качеств занимающихся в процессе занятий хатха-йогой.

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Основные методы, отвечающие цели и задачам учебной дисциплины:

- источники: словесные, наглядные, практические;
- поисковые (гностические): репродуктивные, продуктивные;
- изучение логической структуры учебного материала: изучение статики объекта, изучение динамики объекта;
- логические (логические операции): индуктивный, дедуктивный.

ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Учебным планом направления специальности 1-88 01 02-01 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная)» в качестве формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры» предусмотрены: зачет, курсовая работа. Десятибалльная шкала оценки представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четыре) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты текущей аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.

Для промежуточной аттестации знаний студентов по учебной дисциплине и диагностики компетенций студентов используются следующие формы:

- устная форма: устный зачет;
- письменная форма: письменный отчет по домашним практическим упражнениям, курсовая работа;
- устно-письменная форма: зачет, курсовая работа с устной защитой.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

Баллы	Показатели оценки
1 (один), не зачтено	Отсутствие приращения знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины
2 (два), не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; неумение использовать терминологию (гlossарий) учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
3 (три), не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; использование терминологии (гlossария), изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре), зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; использование терминологии (гlossария), логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под

	руководством преподавателя на практических занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий
5 (пять), зачтено	Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; использование терминологии (гlossария), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий
6 (шесть), зачтено	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; использование необходимой терминологии (гlossария), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках, учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
7 (семь), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; использование терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по

	учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
8 (восемь), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; использование терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических и семинарских занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
9 (девять), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры»; точное использование терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная

	<p>работа на практических занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>10 (десять), зачтено</p>	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Научно-методическое обеспечение оздоровительной физической культуры», а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
2. 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.
3. 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.
4. Селуянов, В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учеб. пособие / В.Н. Селуянов. – М.: СпортАкадемПресс, 2007. – 184 с.
5. Теория и методика физического воспитания: в 2 т. / Т.Ю. Круцевич [и др.]; под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев: Олимпийская литература, 2003. –Т. 1: Общие основы теории и методики физического воспитания / Т.Ю. Круцевич [и др.]; под ред. Т.Ю. Круцевич. – 2003. – 422 с.
6. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

7. Анисимов, О.С. Методологическая культура педагогической деятельности и мышления / О. С. Анисимов. – М.: ФКиС, 1991. – 185 с.
8. 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.
9. Годик, М.А. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры / М.А. Годик. – М: ФиС, 1988. – 192 с.
10. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учеб. пособие / В.П. Губа, М.П. Шестаков, Н.Б. Бубнов [и др.]. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 211 с.
11. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб. пособие / Б.Х. Ланда. – М.: Советский спорт, 2005. – 192 с.
12. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: пособие для учителя / В.И. Лях. – М: АСТ, 1998. – 272 с.
13. Начинская, С.В. Спортивная метрология: учеб. пособие / С.В. Начинская. – М.: Академия, 2005. – 240 с.

14. Новиков, А.М. Научно-экспериментальная работа в общеобразовательном учреждении / А.М. Новиков. – М: ФиС, 1998. – 150 с.
15. Петров, П.К. Курсовые и выпускные квалификационные работы по физической культуре / П.К. Петров. – М: ФиС, 2001. – 264 с.
16. Пилюян, Р.А. Основы научно-методической деятельности (на примере физкультурного вуза): учебное пособие / Р.А. Пилюян. – М: СпортАкадемПресс, 1997. – 58 с.
17. Статистика: обработка спортивных данных на компьютере: учеб. пособие / ред. М.П. Шестаков, Г.И. Попов. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 276 с.
18. Черепанов, В.С. Экспертные оценки в педагогических исследованиях / В.С. Черепанов. – М: Советский спорт, 2005. – 152 с.