

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ

Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)



**Рабочая программа дисциплины**

**Физкультурно-оздоровительная работа с различными  
категориями населения**

Направление подготовки

**44.03.05 Педагогическое образование  
(с двумя профилями подготовки)**

Профиль подготовки

**Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности**

Квалификация (степень) выпускника

**Бакалавр**

Форма обучения

**Очная**

Балашов

2023

Статус	Фамилия, имя, отчество	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Викулов Алексей Викторович		21.06.23
Председатель НМК	Мазалова Марина Алексеевна		21.06.23
Заведующий кафедрой	Викулов Алексей Викторович		21.06.23
Начальник УМО	Бурлак Наталия Владимировна		21.06.23

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	3
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....	3
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....	3
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	4
5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОСВОЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ...6	
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	7
7. ДАННЫЕ ДЛЯ УЧЕТА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ В БАРС .....	18
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	19
9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	21

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – совершенствование компетенции ОПК-8, ПК-1.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в Блок 1 «Дисциплины (модули)», относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, является дисциплиной по выбору обучающихся.

Для освоения дисциплины «Физкультурно-оздоровительная работа с различными категориями населения» студенты используют знания и практические навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методика воспитательной работы», «Теория и методика физического воспитания и спорта».

Освоение данной дисциплины является необходимым для дальнейшего изучения дисциплин «Методика обучения физической культуре», «Плавание», «Теория и методика адаптивной физической культуры», «Частные методики адаптивной физической культуры», а также для прохождения преддипломной (научно—исследовательской) практики.

## 3. Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
<b>ОПК-8.</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.	<b>1.1_Б.ОПК-8.</b> В профессиональной деятельности опирается на научные знания из области социальных, гуманитарных, естественных и точных наук.	<b>З_1.1_Б.ОПК-8.</b> Владеет системой научных знаний в соответствующей области в объеме, предусмотренном программой дисциплины; имеет представление о методах и прикладном значении соответствующих наук. <b>З_1.2_Б.ОПК-8.</b> Осознает целостность мира, системный характер научной картины мира; понимает роль общенаучных понятий, методов и междисциплинарных знаний в формировании целостной картины мира.
<b>ПК-1.</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность по профильным предметам (дисциплинам, модулям) в рамках основных образовательных программ общего образования, по программам дополнительного образования детей и взрослых	<b>1.1_Б.ПК-1.</b> Осуществляет преподавание учебных дисциплин по профилю (профилям) подготовки в рамках основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.	<b>З_1.1_Б.ПК-1.</b> Владеет системой научных знаний в соответствующей области (по профилю подготовки). <b>В_1.2_Б.ПК-1.</b> Владеет навыком решения задач / выполнения практических заданий из школьного курса; обосновывает выбор способа выполнения задания.

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов

№ п/п	Раздел дисциплины и темы занятий	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практическая работа	Из них – практическая подготовка	Самостоятельная работа	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Тема 1. Проблемы развития оздоровительно-рекреативной физической культуры и массового спорта в России	6		2	2	0	2	Опрос
2	Тема 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста	6		2	2	0	2	Опрос, подготовка реферата
3	Тема 3. Специфика физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	6		2	2	0	2	Опрос, подготовка презентации
4	Тема 4. Оздоровительно-рекреативная физическая культура учащейся молодежи	6		2	2	0	4	Опрос, подготовка реферата
5	Тема 5. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц зрелого возраста	6		2	2	0	4	Опрос, подготовка презентации
6	Тема 6. Организационно-управленческие основы физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства	6		2	2	0	4	Опрос, подготовка реферата
7	Тема 7. Физкультурно-оздоровительная работа с населением в клубах по месту жительства	6		2	2	0	4	Опрос, подготовка презентации
8	Тема 8. Основы массовой физкультурно-оздоровительной работы в трудовых коллективах	6		2	2	0	4	Опрос, подготовка реферата
9	Тема 9. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц пожилого возраста	6		0	2	0	4	Опрос, подготовка презентации
10	Тема 10. Основы планирования, контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением	6		0	4	0	4	подготовка к тестированию
	<b>Всего</b>			<b>16</b>	<b>22</b>	<b>0</b>	<b>34</b>	
	<b>Промежуточная аттестация</b>							<b>экзамен 36 часов</b>
	<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>			<b>3 з.е., 108 часов</b>				

#### Содержание дисциплины

##### Тема 1. Проблемы развития оздоровительно-рекреативной физической культуры и массового спорта в России

Специфические особенности и приоритеты в развитии массового физкультурно-спортивного движения. Организация управления физической культурой и спортом на федеральном уровне. Тенденции развития физической культуры и спорта в регионах

##### Тема 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста

Возрастные особенности детей дошкольного возраста. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня дошкольного образовательного учреждения. Специфика организации активного отдыха дошкольников

##### Тема 3. Специфика физкультурно-оздоровительной работы со школьниками

Возрастные особенности детей школьного возраста. Специфика физкультурно-

оздоровительной работы в режиме учебного дня школы. Организация внеурочных форм занятий физической культурой с учащимися общеобразовательных школ

**Тема 4. Оздоровительно-рекреативная физическая культура учащейся молодёжи**

Возрастные особенности лиц юношеского возраста. Методические основы физического воспитания учащейся молодёжи. Особенности организации занятий физической культурой студентов в учебных заведениях

**Тема 5. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц зрелого возраста**

Возрастные особенности людей зрелого возраста. Направленность оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц зрелого возраста. Организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого возраста

**Тема 6. Организационно-управленческие основы физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства**

Содержание и организация физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления. Организация спортивно-массовых мероприятий с населением по месту жительства

**Тема 7. Физкультурно-оздоровительная работа с населением в клубах по месту жительства**

Организационные основы физкультурно-спортивного клуба по месту жительства. Специфика работы с детьми, подростками и молодёжью в клубах по месту жительства. Характеристика деятельности центров физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства

**Тема 8. Основы массовой физкультурно-оздоровительной работы в трудовых коллективах**

Физическая культура на производстве. Физическая культура непосредственно в рамках трудового процесса. Физическая культура вне рамок трудовой деятельности

**Тема 9. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц пожилого возраста**

Возрастные особенности людей пожилого возраста. Содержание занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с лицами пожилого возраста. Методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми

**Тема 10. Основы планирования, контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением**

Специфика планирования физкультурно-оздоровительной работы в трудовом коллективе и по месту жительства. Документация планирования физкультурно-оздоровительной работы. Виды контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением

## **5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины**

### **Основные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

- Технология развития критического мышления и проблемного обучения (реализуется при решении учебных задач проблемного характера).

### **Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья предполагается использование при организации образовательной деятельности адаптивных образовательных технологий в соответствии с условиями, изложенными в ОПОП (раздел «Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»), в частности: предоставление специальных учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, и т.п. – в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся.

При наличии среди обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья в раздел «Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины» рабочей программы вносятся необходимые уточнения в соответствии с «Положением об организации образовательного процесса, психолого-педагогического сопровождения, социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в БИ СГУ» (П 8.70.02.05-2016).

### **Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

- Использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет (см. перечень ресурсов в п. 8 настоящей программы).
- Использование прикладных компьютерных программ по профилю подготовки.
- Проверка файла работы на заимствования с помощью ресурса «Антиплагиат».

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.**

### **Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

#### **6.1. Самостоятельная работа студентов по дисциплине**

Часть времени курса отводится на самостоятельную работу студентов и написание письменных работ с использованием первоисточников, учебников и другой рекомендованной литературы. Самостоятельная работа студентов представлена в программе дисциплины, в виде вопросов и заданий к практическим занятиям, примерными темами рефератов, тестовыми заданиями.

Самостоятельная работа предполагает выполнение заданий, направленных на обобщение и закрепление изученного материала, на поиск дополнительных материалов к практическим занятиям, а так же на формирование умений и навыков рационального умственного труда. Выполнение задания в зависимости от сложности оценивается в конечном итоге от 0 до 28 баллов. Самостоятельная работа выполняется студентом в течение изучения соответствующей темы и сдается на проверку не позднее 3 дней после последнего занятия по данной теме.

Преподаватель на практическом занятии задает текст для прочтения, анализа, интерпретации или вопрос для самостоятельного размышления (как правило, вопросы носят остро социальный характер и служат для формирования мировоззрения студентов). Результаты самостоятельной работы проверяются в ходе *устного опроса* или в форме *письменной работы (реферата)*.

#### **Устный опрос.**

Тема сообщения указывается преподавателем и соответствует плану семинарских занятий.

Сообщение предполагает устное выступление студента в пределах 15 минут. По результатам выступления формируется дискуссия: присутствующие задают вопросы (не менее 3 вопросов). В конце выступления возможен краткий опрос основных положений: докладчик или преподаватель задают вопросы аудитории.

При составлении сообщения студент должен использовать не менее трех источников (учебник и специализированная литература по теме).

Знакомство с оригинальными текстами (по дисциплине), изложение и анализ оригинала оценивается дополнительными баллами.

В течение семестра студент может сделать, как минимум, 2 сообщения.

#### **Критерии оценивания устного опроса:**

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания:

- 1) полноту и правильность ответа;
- 2) степень осознанности, понимания изученного;
- 3) языковое оформление ответа.

Оценка **«отлично»** ставится, если студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные, излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка **«хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил, не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

**Самостоятельная работа включает** подготовку рефератов и мультимедийных презентаций по вопросам, предложенным для самостоятельного изучения в теоретической части практических занятий. Подготовка ведется к каждому практическому занятию.

Методические рекомендации: подготовка ведется с использованием текста лекции по соответствующей теме, с использованием учебников и учебных пособий, указанных в списке литературы.

#### **Критерии оценивания практического занятия**

Оценка **«отлично»** выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практического занятия, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, может ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практического занятия, умение обозначить проблемные вопросы в соответствующей области дисциплины «Физкультурно-оздоровительная работа с различными категориями населения», проанализировать их и предложить варианты решений, дать исчерпывающие ответы на уточняющие и дополнительные вопросы, определяет междисциплинарные связи по условию решения предложенного задания.

Оценка **«хорошо»** выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, т.е., в целом освоил предлагаемый учебный материал, но ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практического занятия, допуская незначительные неточности при выполнении предложенных заданий, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма предложенного решения задания.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, показавшему неполные знания, допустившему ошибки и неточности при ответе на вопросы практического занятия, продемонстрировавшему неумение логически выстроить материал ответа и сформулировать свою позицию по проблемным вопросам. Студент испытывает затруднения при выполнении предложенного задания, для правильного выполнения которого, студенту требуются наводящие вопросы преподавателя.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

В процессе занятий со студентами может проводиться собеседование по вопросам изучаемой темы, обсуждение проблемных тем.

#### **Критерии оценивания ответа студента при собеседовании:**

Оценка **«отлично»** выставляется студенту, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется в



терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 2-3 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

### ***6.1.1. Подготовка к практическим занятиям***

#### **Практическое занятие 1**

#### **Тема 1. Проблемы развития оздоровительно-рекреативной физической культуры и массового спорта в России**

*Вопросы для обсуждения:*

1. В чем состоят специфические особенности и приоритеты в развитии массового физкультурно-спортивного движения?
2. Организация управления физической культурой и спортом на федеральном уровне.
3. Дайте характеристику тенденций развития физической культуры и спорта в регионах.

#### **Практическое занятие 2**

#### **Тема 2. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику возрастных особенностей детей дошкольного возраста.
2. Дать характеристику содержания физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
3. В чем состоит специфика организации активного отдыха дошкольников?

#### **Практическое занятие 3**

#### **Тема 3. Специфика физкультурно-оздоровительной работы со школьниками**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику возрастных особенностей детей школьного возраста.
2. Дать характеристику специфики физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня школы.
3. В чем состоит организация внеурочных форм занятий физической культурой с учащимися общеобразовательных школ?

#### **Практическое занятие 4**

##### **Тема 4. Оздоровительно-рекреативная физическая культура учащейся молодёжи**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику возрастных особенностей лиц юношеского возраста.
2. Дать характеристику методических подходов физического воспитания учащейся молодёжи.
3. Определите особенности организации занятий физической культурой студентов в учебных заведениях

#### **Практическое занятие 5**

##### **Тема 5. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц зрелого возраста**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику возрастных особенностей людей зрелого возраста.
2. Дать характеристику направленности оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц зрелого возраста.
3. В чем состоит организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого возраста?

#### **Практическое занятие 6**

##### **Тема 6. Организационно-управленческие основы физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику содержания физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления.
2. В чем состоит организация физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления?
3. В чем состоит организация спортивно-массовых мероприятий с населением по месту жительства?

#### **Практическое занятие 7**

##### **Тема 7. Физкультурно-оздоровительная работа с населением в клубах по месту жительства**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику организационных подходов деятельности физкультурно-спортивного клуба по месту жительства.
2. В чем состоит специфика работы с детьми, подростками и молодёжью в клубах по месту жительства?
3. Дать характеристику деятельности центров физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства

#### **Практическое занятие 8**

##### **Тема 8. Основы массовой физкультурно-оздоровительной работы в трудовых коллективах**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику физической культуры на производстве.
2. Дать характеристику физической культуры непосредственно в рамках трудового процесса.
3. Дать характеристику физической культуры вне рамок трудовой деятельности

#### **Практическое занятие 9**

## **Тема 9. Оздоровительно-рекреативная физическая культура лиц пожилого возраста**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Дать характеристику возрастным особенностям людей пожилого возраста.
2. Дать характеристику содержания занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с лицами пожилого возраста.
3. Определите методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми

### **Практическое занятие 10**

## **Тема 10. Основы планирования, контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением**

*Вопросы для обсуждения:*

1. В чем состоит специфика планирования физкультурно-оздоровительной работы в трудовом коллективе и по месту жительства.
2. Документация планирования физкультурно-оздоровительной работы.
3. Виды контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением

### **Практическое занятие 11**

## **Тема 10. Основы планирования, контроля и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы с населением**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Для чего необходим периодический (поэтапный) педагогический контроль и учёт?
2. Какие методы предварительного педагогического контроля являются основными?
3. Дать характеристику методов текущего и оперативного контроля.

### **6.1.2. Реферат**

1. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с различными возрастными группами.
2. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий по месту жительства.
3. Содержание и методика физкультурно-оздоровительной работы на производстве.
4. Организация и методика проведения спортивно-массовых мероприятий.
5. Особенности управления в сфере физической культуры и спорта.
6. Реклама физкультурно-оздоровительной работы.
7. Нетрадиционные методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми и взрослыми.
8. Формирование интереса и потребности младших школьников в укреплении здоровья и организации здорового образа жизни.
9. Использование закалывающих процедур в режиме дня младших школьников.
10. Профилактика заболеваний младших школьников.
11. Влияние физкультминуток и динамической перемены на умственную работоспособность школьников.
12. Содержание и организация воспитательной работы в школе по здоровому образу жизни.
13. Спорт и здоровье.
14. Вредные привычки и здоровье (подростки, юноши, студенты, взрослые).
15. Влияние нетрадиционных видов двигательной активности
16. средств оздоровления на состояние здоровья детей и взрослых.
17. Методика урока физической культуры с оздоровительной направленностью.

18. Содержание и методика использования оздоровительных систем в работе с детьми, подростками, взрослым населением.
19. Сохранение и укрепление социального здоровья младших школьников в условиях учебно-воспитательного процесса.
20. Использование оздоровительных средств на уроках физической культуры.
21. Исследование уровня здоровья школьников.
22. Взаимосвязь уровня развития двигательных качеств и заболеваемости младших школьников.
23. Взаимодействие работы педагога и родителей при формировании здорового образа жизни младших школьников.
24. Взаимосвязь двигательного режима школьников и уровня их здоровья.
25. Формирование культуры здоровья студенческой молодёжи.
26. Формирование культуры здоровья у педагогов образовательных учреждений.
27. Организация и методика проведения внеклассной работы по здоровому образу жизни в условиях общеобразовательной школы.
28. Формирование культуры здоровья школьников в классах предпрофессиональной подготовки.
29. Особенности обучения школьников основам ЗОЖ.
30. Использование закалывающих процедур в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
31. Организация и методика работы с родителями по формированию ЗОЖ.
32. Психо-гимнастика как средство регуляции эмоционального состояния.
33. Методика проведения дыхательной гимнастики с детьми дошкольного возраста.
34. Методика проведения дыхательной гимнастики с младшими школьниками.
35. Особенности проведения глазодвигательной гимнастики с учащимися 14 классов.
36. Методика проведения корригирующей гимнастики с детьми дошкольного возраста.
37. Организация кружковой работы по ритмической гимнастике в дошкольном учреждении.
38. Организация работы секции по ритмической гимнастике в условиях общеобразовательной школы.
39. Исследование уровня теоретических знаний у детей 5-7 лет области физической культуры.
40. Исследование уровня знаний у дошкольников в области ЗОЖ.
41. Исследование уровня знаний у младших школьников в области физической культуры.
42. Исследование уровня знаний у младших школьников в области ЗОЖ.
43. Исследование уровня физического здоровья детей дошкольного возраста.
44. Исследование уровня физического здоровья младших школьников.
45. Профилактика вредных привычек у подростков.
46. Профилактика нарушений осанки у младших школьников.
47. Взаимосвязь уровня физического здоровья и заболеваемости с индивидуально-типологическими особенностями младших школьников специальной медицинской группы.
48. Исследование физического развития, работоспособности и заболеваемости школьников различных профилей обучения.
49. Изучение уровня физического состояния у школьников, занимающихся и не занимающихся спортом.
50. Взаимосвязь физического развития, заболеваемости и физической подготовленности школьников.
51. Использование традиционных и нетрадиционных методик дыхательной

гимнастики в школьной практике.

52. Коррекция зрения у младших школьников.

53. Влияние подвижных игр на формирование физического здоровья детей дошкольного возраста.

54. Влияние дыхательной гимнастики на формирование физического здоровья детей.

55. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы.

56. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний дыхательной системы.

57. Комплексная оздоровительная программа в профилактике простудных заболеваний.

58. Комплексная оздоровительная программа в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата.

### ***Методические рекомендации по выполнению реферата***

Написание реферата является одной из форм обучения, направленной на организацию и повышение уровня самостоятельной работы студентов, целью которой является расширение их научного кругозора, ознакомление с методологией научного поиска.

Реферат, как форма обучения студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы.

При написании реферата необходимо:

- с максимальной полнотой использовать литературу по выбранной теме (как рекомендуемую, так и самостоятельно подобранную) для правильного понимания авторской позиции;

- соблюдать оригинальность не менее 30% согласно системе antiplagiat.ru;

- верно (без искажения смысла) передать авторскую позицию в своей работе;

- уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с тем или иным автором по данной проблеме.

В реферате необходимо изложить основные аспекты проблемы не только грамотно, но и в соответствии с той или иной логикой (хронологической, тематической, событийной и др.). Реферат должен заканчиваться подведением итогов проведенной исследовательской работы: содержать краткий анализ-обоснование преимуществ той точки зрения по рассматриваемому вопросу, с которой Вы солидарны.

### ***Критерии оценивания.***

Качественно выполненный реферат оценивается от 1 до 10 баллов, добавляемых в балльно-рейтинговую оценку студента.

### ***6.1.3. Подготовка мультимедийной презентации***

#### **Критерии оценки мультимедийной презентации:**

Оценка «отлично» (8-10 баллов) выставляется студенту, если: презентация соответствует теме самостоятельной работы; - оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и т.п.); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; вы-держан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок.

Оценка «хорошо» (4-7) выставляется студенту, если: презентация соответствует теме самостоятельной работы; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и т.п.); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы

графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок.

Оценка «неудовлетворительно» (0 баллов) выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу.

Во всех остальных случаях работа оценивается на «удовлетворительно» (1-3 балла).

**Требования к оформлению:** Презентация создается по указанной теме. Объем презентации не менее 10 слайдов. Фон слайдов – однотонный. Выравнивание текста слева, заголовки – по центру. Шрифт текста на слайде – 28-30 пт. Рекомендуется на слайде располагать рисунки или иллюстрации. При создании презентации, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет. При защите учитывается наглядность презентации, содержание и соответствие материала

#### **6.1.4. Подготовка к тестированию**

##### **Демонстрационная версия теста**

##### **1. Спорт – это:**

- уникальный социальный институт развития, распространения и освоения культуры двигательной деятельности человека и человечества;
- соревновательная деятельность человека;
- часть физической культуры;
- соревнование, игра.

##### **2. Адаптивный спорт – это:**

- спорт для лиц с ограниченными возможностями;
- спорт, содержащий в своей основе высокие гуманистические традиции, реализующие идеалы олимпизма;
- уникальный социальный институт развития, распространения и освоения культуры двигательной деятельности человека и человечества;
- спорт, в котором соревнование и высокий спортивный результат имеют место, но большей степени он рассматривается как средство физического воспитания, физической рекреации и двигательной реабилитации.

##### **3. Олимпийский спорт – это:**

- спорт, содержащий в своей основе высокие гуманистические традиции, реализующие идеалы олимпизма;
- спорт для лиц с ограниченными возможностями;
- уникальный социальный институт развития, распространения и освоения культуры двигательной деятельности человека и человечества;
- спорт, в котором соревнование и высокий спортивный результат имеют место, но в большей степени он рассматривается как средство физического воспитания, физической рекреации и двигательной реабилитации.

##### **4. Массовый спорт – это:**

- в спорт, в котором соревнование и высокий спортивный результат имеют место, но большей степени он рассматривается как средство физического воспитания, физической рекреации и двигательной реабилитации;
- уникальный социальный институт развития, распространения и освоения культуры двигательной деятельности человека и человечества;
- спорт для лиц с ограниченными возможностями;
- спорт, содержащий в своей основе высокие гуманистические традиции, реализующие идеалы олимпизма.

#### **Методические рекомендации по подготовке**

На выполнение теста отводится ограниченное время. Оно может варьироваться в зависимости от уровня тестируемых, сложности и объема теста. Как правило, время выполнения тестового задания определяется из расчета 30-45 секунд на один вопрос.

Критерии оценки выполненных студентами тестов определяются преподавателем самостоятельно. Рекомендуются следующие критерии оценки:

- 85% – 100% правильных ответов – «отлично»;
- 66% – 84% правильных ответов – «хорошо»;
- 50% – 65% правильных ответов – «удовлетворительно»;
- менее 50% правильных ответов – «неудовлетворительно».

При подведении итогов по выполненной работе рекомендуется проанализировать допущенные ошибки, прокомментировать имеющиеся в тестах неправильные ответы.

## 6.2. Оценочные средства

### для текущего контроля успеваемости по дисциплине

В связи с принятой в СГУ имени Н. Г. Чернышевского балльно-рейтинговой системой учета достижений студента (БАРС) баллы полученные в ходе текущего контроля, распределяются по четырем группам:

- лекции;
- практические занятия;
- самостоятельная работа;
- промежуточная аттестация.

1. Посещение лекций и участие в опросах по пройденному материалу – от 0 до 16 баллов (по 2 балла за посещение занятия).

2. Посещение практических занятий, выполнение программы занятий – от 0 до 26 баллов (за среднюю оценку при опросах 3-3,5 – 10 баллов, 3,6-4,2 – 15 баллов, 4,3-5,0 – 26 баллов).

3. Самостоятельная работа:

- подготовка мультимедийных презентаций по темам (от 0 до 10 баллов);
- подготовка рефератов (от 0 до 10 баллов);
- тестирование (от 0 до 8 баллов).

4. Промежуточная аттестация.

#### Критерии оценки по промежуточной аттестации

Оценка	Критерии
0-5 баллов (неудовлетворительно)	Отличает какой-либо объект от аналогов только тогда, когда ему их предъявляют в готовом виде. Узнает предмет, но не может дать формулировку основных понятий. Не разбирается в предмете вопроса.
6-10 баллов (удовлетворительно)	Полное воспроизведение изученных правил, определений, формулировок и т.п., однако затрудняется что-либо объяснить. Отвечает на вопросы по перечислению и описанию отдельных фактов, правил, положений. В ответе демонстрирует полное и точное изложение основных категорий без существенных искажений в толковании терминов.
11 - 20 баллов (хорошо)	Осознанное усвоение теоретических знаний, проявляет способность к самостоятельным выводам. Отвечает на большинство вопросов по содержанию теории, связанных с аргументацией, обоснованием, разъяснением смысла. В ответе выявляет причинно-следственные связи, разъясняет закономерности явлений.
21-30 баллов (отлично)	Творчески применяет полученную ранее информацию, использует в ответе факты из дополнительной литературы, формулирует самостоятельно новые знания на базе усвоенных. Отвечает на вопросы, требующие творческого мышления. Может самостоятельно ставить проблемные вопросы и ситуации и демонстрировать пути их решения. Иллюстрирует ответы

соответствующими примерами, теория используется для анализа и объяснения практики, сравниваются различные подходы и обосновывается личная позиция.
--

### 6.3 Оценочные средства для промежуточной аттестации по дисциплине Вопросы к экзамену

1. Специфические особенности и приоритеты в развитии массового физкультурно-спортивного движения.
2. Организация управления физической культурой и спортом на федеральном уровне.
3. Тенденции развития физической культуры и спорта в регионах
4. Возрастные особенности детей дошкольного возраста для проведения оздоровительной работы.
5. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня дошкольного образовательного учреждения.
6. Специфика организации активного отдыха дошкольников.
7. Возрастные особенности детей школьного возраста для проведения оздоровительной работы.
8. Специфика физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня школы.
9. Организация внеурочных форм занятий физической культурой с учащимися общеобразовательных школ
10. Возрастные особенности лиц юношеского возраста для проведения оздоровительной работы.
11. Методические основы физического воспитания учащейся молодёжи.
12. Особенности организации занятий физической культурой студентов в учебных заведениях
13. Возрастные особенности людей зрелого возраста для проведения оздоровительной работы.
14. Направленность оздоровительно-рекреативной физической культуры лиц зрелого возраста.
15. Организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого возраста
16. Содержание и организация физкультурно-спортивной деятельности комитетов территориального общественного самоуправления.
17. Организация спортивно-массовых мероприятий с населением по месту жительства
18. Организационные основы физкультурно-спортивного клуба по месту жительства.
19. Специфика работы с детьми, подростками и молодёжью в клубах по месту жительства.
20. Организация оздоровительной работы на производстве.
21. Особенности физической культуры непосредственно в рамках трудового процесса.
22. Физическая культура вне рамок трудовой деятельности
23. Возрастные особенности людей пожилого возраста для проведения оздоровительной работы.
24. Содержание занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с лицами пожилого возраста.
25. Методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми.

#### Критерии оценки по промежуточной аттестации

Оценка	Критерии
10 баллов	Отличает какой-либо объект от аналогов только тогда, когда ему их предъявляют в готовом виде. Узнает предмет, но не может дать формулировку основных понятий. Не разбирается в предмете вопроса.



20 баллов	<p>Полное воспроизведение изученных правил, определений, формулировок и т.п., однако затрудняется что-либо объяснить.</p> <p>Отвечает на вопросы по перечислению и описанию отдельных фактов, правил, положений. В ответе демонстрирует полное и точное изложение основных категорий без существенных искажений в толковании терминов.</p>
30 баллов	<p>Осознанное усвоение теоретических знаний, проявляет способность к самостоятельным выводам.</p> <p>Отвечает на большинство вопросов по содержанию теории, связанных с аргументацией, обоснованием, разъяснением смысла. В ответе выявляет причинно-следственные связи, разъясняет закономерности явлений.</p>
40 баллов	<p>Творчески применяет полученную ранее информацию, использует в ответе факты из дополнительной литературы, формулирует самостоятельно новые знания на базе усвоенных.</p> <p>Отвечает на вопросы, требующие творческого мышления. Может самостоятельно ставить проблемные вопросы и ситуации и демонстрировать пути их решения. Иллюстрирует ответы соответствующими примерами, теория используется для анализа и объяснения практики, сравниваются различные подходы и обосновывается личная позиция.</p>

## 7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

**Таблица 1. Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности**

Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
16	0	26	28	0	0	30	100

### Программа оценивания учебной деятельности студента 6 семестр

#### Лекции

Посещаемость, опрос, активность и др. – от 0 до 16 баллов.

#### Лабораторные занятия

Не предусмотрены.

#### Практические занятия

Контроль выполнения практических заданий в течение одного семестра - от 0 до 26 баллов.

**Самостоятельная работа.** Всего за семестр от 0 до 28 баллов.

1. Подготовка мультимедийных презентаций по темам (от 0 до 10 баллов).
2. Подготовка рефератов (от 0 до 10 баллов).
3. Подготовка к тестированию (от 0 до 8 баллов).

#### Автоматизированное тестирование

Не предусмотрено

#### Другие виды учебной деятельности

Не предусмотрены.

**Промежуточная аттестация.** Экзамен. Всего за семестр от 0 до 30 баллов

**21-30 баллов** – ответ на «отлично»

**11-20 баллов** – ответ на «хорошо»

**6-10 баллов** – ответ на «удовлетворительно»

**0-5 баллов** – неудовлетворительный ответ.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за один семестр по дисциплине «Физкультурно-оздоровительная работа с различными категориями населения» составляет 100 баллов.

**Таблица 2. Пересчет полученной студентом суммы баллов в экзамен**

0-50	«неудовлетворительно»
51-60 баллов	«удовлетворительно»
61-80 баллов	«хорошо»
81 и более баллов	«отлично»

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

### а) литература

1. Барчуков, И. С. Физическая культура. Методики практического обучения : учебник / И. С. Барчуков. – Москва : КноРус, 2019. – 297 с. – ISBN 978-5-406-02735-6. – URL: <https://book.ru/book/931924> (дата обращения: 15.05.2023).
2. Балтрунас, М. И. Теория и методика обучения физической культуре : учебное пособие / М. И. Балтрунас, С. В. Быченков. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 135 с. – ISBN 978-5-4486-0765-3. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/81323.html> (дата обращения: 15.05.2023).
3. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. – 2-е изд. – Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. – 131 с. – ISBN 978-5-4497-0149-7. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html> (дата обращения: 15.05.2023).

## **б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

### **1. Средства MicrosoftOffice**

- MicrosoftOfficeWord – текстовый редактор;
- MicrosoftOfficeExcel – табличный редактор;
- MicrosoftOfficePowerPoint – программа подготовки презентаций;

### **2. ИРБИС – система автоматизации библиотек.**

### **3. Операционная система специального назначения «ASTRA LINUX SPECIAL EDITION».**

## **Интернет-ресурсы**

**Единое окно** доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru>

**Кругосвет** [Электронный ресурс]: Универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия. – URL: <http://www.krugosvet.ru>

**eLIBRARY.RU** [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>

**ibooks.ru**[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://ibooks.ru>

## **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

- Учебные аудитории, оборудованные комплектом мебели, доской.
- Комплект проекционного мультимедийного оборудования.
- Библиотека с информационными ресурсами на бумажных и электронных носителях.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)».

Автор – доцент Викулов А.В.

Программа одобрена кафедрой физической культуры и безопасности жизнедеятельности (Протокол № 11 от «01» июня 2023 года).