


Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова»  
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Естественно-географический факультет  
Кафедра биологии человека и основ медицинских знаний

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебно-методической  
работе

 И.О. Петрищев  
«30» августа 2017 г.

**УПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЕМ ДВИГАТЕЛЬНО-  
КООРДИНАЦИОННЫХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ,  
УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

Программа учебной дисциплины вариативной части

для направления подготовки  
44.04.01 Педагогическое образование  
(шифр и наименование)

направленность (профиль) образовательной программы  
Управление системой физкультурного образования и спортивной подготовки

(очная форма обучения)

Составитель: Назаренко Л.Д., д.п.н.,  
профессор кафедры биологии человека и  
основ медицинских знаний

Рассмотрено и утверждено на заседании Учёного совета естественно-  
географического факультета, протокол от 26 июня 2017 г. № 10

Ульяновск, 2017

## 1. Наименование дисциплины

Дисциплина «Управление развитием двигательного-координационных качеств у детей, подростков, учащейся молодежи» включена в вариативную часть Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Управление системой физкультурного образования и спортивной подготовки», очной формы обучения.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Целью освоения дисциплины «Управление развитием двигательного-координационных качеств у детей, подростков, учащейся молодежи» является: показать роль физической культуры и спорта в формировании личности.

В результате освоения программы магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Управление развитием двигательного-координационных качеств у детей, подростков, учащейся молодежи»:

Этап формирования	теоретический	модельный	практический
	знает	умеет	владеет
Компетенции			
способность применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества образовательного процесса по различным образовательным программам (ПК-1)	ОР-1 отдельные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта; ОР-2 различные современные методики и технологии диагностики, оценивания качества образовательного процесса в образовательной организации по различным образовательным программам в сфере физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта;	ОР-3 использовать отдельные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта; ОР-4 применять современные методики и технологии диагностики, оценивания качества образовательного процесса в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта по различным образовательным программам; изложить теоретический материал, продемонстрировать конкретные двигательные действия, физические упражнения;	ОР-5 отдельными навыками диагностики и оценивания качества образовательного процесса по отдельным образовательным программам в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта; ОР-6 опытом реализации методик и технологий диагностики и оценивания качества образовательного процесса в образовательной организации по различным образовательным программам в области физической культуры и спорта; нормативными методами организации и проведения уроков физической культуры (тренировочных

			занятий) и умение их применять в конкретных условиях; методами решения педагогических (учебных и воспитательных) ситуаций; навыками использования в педагогической деятельности современных методов физического воспитания (спортивной тренировки).
--	--	--	---

### 3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Управление развитием двигательного-координационных качеств у детей, подростков, учащейся молодежи» является дисциплиной вариативной части Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки 44.04.01. Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Управление системой физкультурного образования и спортивной подготовки», очной формы обучения (Б1.В.ДВ.3.1. Управление развитием двигательного-координационных качеств у детей, подростков, учащейся молодежи).

Изучаемая дисциплина базируется на знаниях дисциплин психолого-педагогического цикла (теория и методика физической культуры) и предметного блока (инновационные процессы в физкультурном образовании; современные концепции и технологии спортивной деятельности; средства и методы развития двигательного-координационных качеств), содержание которых трансформируется с учетом профессиональной направленности будущих специалистов. Знания, полученные при изучении дисциплины, используются в научно-исследовательской работе магистрантов.

### 4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
3	4	144	4	32	-	108	Зачет с оценкой
Итого:	4	144	4	32	-	108	Зачет с оценкой

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения				
	Лекц. занятия	Лаборатор. занятия	Практ. занятия	Сам. работа	Объем уч. работ прим. интеракт. форм
Тема 1. Физиологический механизм двигательной координации.	4			12	
Тема 2. Мышечная сила. Скорость (быстрота) движений. Выносливость.			4	12	2
Тема 3. Ведущее значение ловкости в управлении движениями.			4	12	2
Тема 4. Значимость гибкости в различных видах спорта.			4	12	2
Тема 5. Точность движений как одна из ведущих двигательных координаций.			4	12	2
Тема 6. Устойчивость тела как фактор повышения результативности соревновательной деятельности. Характеристика прыгучести как одной из ведущих двигательной координации. Значимость меткости для совершенствования бросковых и метательных движений.			4	12	2
Тема 7. Двигательный ритм как основа формирования двигательных действий. Пластичность как один из показателей уровня спортивного мастерства.			4	12	2
Тема 8. Взаимосвязь и взаимообусловленность двигательно-координационных качеств.			4	12	
Тема 9. Структурный анализ двигательно-координационных качеств.			4	12	
Всего:	4		32	108	16

**5.2. Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины**

**Тема 1. Физиологический механизм двигательной координации.**

Взгляды И.М. Сеченова, И.П. Павлова, Н.Е. Бернштейна на физиологические механизмы управления двигательной координации. Учение о доминанте А.А. Ухтомского. Принципы «общего конечного пути» Ч. Шеррингтона. Механизм управления движения по Н.А. Бернштейну (1947,1966) сущность многоуровневой системы управления движениями. Иерархическая, многоярусная «система колец управления и коррегирования». Основные направления управления движениями. Различные подходы к определению двигательной координации. Значение различных отделов центральной нервной системы в механизмах координации движений. Роль коры больших полушарий головного мозга в управлении произвольных движений. Программирование движений.

Принцип сенсорных коррекций, предложенный Н.А. Бернштейном, 1947. Особенности деятельности функциональной системы П.К. Анохина. Ее компоненты. Схема кольцевой функциональной системы управления движениями. Координация двигательной и вегетативной функции, ее механизмы. Возрастные особенности двигательной координации. Специфика формирования ритма движений у детей разного возраста.

### **Тема 2. Мышечная сила. Скорость (быстрота) движений. Выносливость.**

Разновидности силовых качеств, их характеристика. Факторы, обуславливающие прирост показателей мышечной силы. Нетрадиционные подходы к развитию мышечной силы. Формы ее проявления. Взгляды В.С. Фарфеля (1975) на механизм развития быстроты движения. Возрастные особенности развития быстроты движений. Выносливость, ее виды, особенности ее формирования. Анализ различных подходов к развитию выносливости.

**Интерактивная форма:** работа в парах с электронными учебниками.

### **Тема 3. Ведущее значение ловкости в управлении движениями.**

Физиологическое обоснование компонентов ловкости. Специфика проявления ловкости в различных видах спорта. Факторы, влияющие на формирование ловкости. Количественные и качественные критерии оценки ловкости. Возрастные особенности развития ловкости.

**Интерактивная форма:** семинар-беседа, работа в парах с электронными учебниками.

### **Тема 4. Значимость гибкости в различных видах спорта.**

Структурное содержание гибкости. Факторы, влияющие на ее развитие. Количественные и качественные критерии оценки. Возрастные особенности развития гибкости.

**Интерактивная форма:** семинар-беседа, работа в парах с электронными учебниками.

### **Тема 5. Точность движений как одна из ведущих двигательных координаций.**

Разновидности и проявления точности в различных видах спорта. Компоненты точности движений. Факторы и условия, обеспечивающие прирост показателей ловкости. Критерии оценки точности двигательных действий. Возрастные особенности развития.

**Интерактивная форма:** семинар-беседа, работа в парах с электронными учебниками.

### **Тема 6. Устойчивость тела как фактор повышения результативности соревновательной деятельности. Характеристика прыгучести как одной из ведущей двигательной координации. Значимость меткости для совершенствования бросковых и метательных движений.**

Взгляды Н.А. Бернштейна, Д.Д. Донского, В.С. Фарфеля на равновесие двигательных координационных качеств. Структурное содержание равновесия. Возрастные особенности развития равновесия в разных видах спорта. Физиологический механизм прыгучести. Возрастные особенности развития прыгучести. Характерные особенности меткости и ее компоненты. Разновидности и проявления меткости. Факторы, влияющие на повышение уровня меткости. Количественные и качественные критерии оценки.

**Интерактивная форма:** семинар-беседа, работа в парах с электронными учебниками.

### **Тема 7. Двигательный ритм как основа формирования двигательных действий. Пластичность как один из показателей уровня спортивного мастерства.**

Ритмичность, ее компоненты. Специфические и неспецифические проявления ритмичности. Комплекс критериев оценки ритмичности. Возрастные особенности развития ритмичности. Вклад Н.А. Берштейна (1991) в обоснование значимости пластичности движений. Структурное содержание пластичности. Количественные и качественные критерии оценки.

**Интерактивная форма:** семинар-беседа, работа в парах с электронными учебниками.

#### **Тема 8. Взаимосвязь и взаимообусловленность двигательно-координационных качеств.**

Положительный и отрицательный перенос двигательного навыка в процессе развития двигательно-координационных качеств. Роль экстраполяции при развитии двигательно-координационных качеств. Условия, обеспечивающие эффективность взаимодействия двигательно-координационных качеств.

#### **Тема 9. Структурный анализ двигательно-координационных качеств.**

Специфика их проявлений в различных видах спорта. Классификация двигательных координаций по Л.Д. Назаренко (2003). Основные подходы и требования к классификации. Выявление ведущих и фоновых двигательно-координационных качеств в различных видах спорта. Их значимость в разных видах деятельности. Динамика соотношения двигательно-координационных качеств на разных этапах спортивной подготовки.

### **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Общий объем самостоятельной работы магистрантов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу магистрантов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:

- подготовки к устным докладам (мини-выступлениям);
- подготовка к защите реферата;
- подготовка к защите индивидуальных практических работ.

#### *Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине*

#### **Пример контрольной работы.**

##### **Тема 1. Физиологический механизм двигательной координации.**

1. Различные подходы к определению двигательной координации.
2. Значение различных отделов центральной нервной системы в механизмах координации движений.
3. Роль коры больших полушарий головного мозга в управлении произвольных движений.
4. Программирование движений.
5. Принцип сенсорных коррекций, предложенный Н.А. Бернштейном, 1947.
6. Специфика формирования ритма движений у детей разного возраста.

**Тема 2.** Мышечная сила. Скорость (быстрота) движений. Выносливость.

1. Анализ средств и методов развития мышечной силы, представленных в школьной программе по физической культуре для учащихся 1-11 классов.

2. Анализ средств и методов развития быстроты движений в разных видах спорта.

3. Анализ средств и методов развития выносливости в разных видах спорта.

4. Выявление особенностей методики развития мышечной силы у школьников разных возрастных групп.

5. Выявление условий повышения эффективности развития быстроты движений у школьников разных возрастных групп.

**Тема 3.** Ведущее значение ловкости в управлении движениями.

1. Специфика проявления ловкости в различных видах спорта.

2. Количественные и качественные критерии оценки ловкости.

3. Возрастные особенности развития ловкости.

**Тема 4.** Значимость гибкости в различных видах спорта.

1. Место гибкости в ряду базовых двигательных координаций

2. Физиологический механизм гибкости

3. Методика развития и совершенствования гибкости

4. Критерии оценки гибкости

5. Критерии оценки прироста показателей гибкости

**Тема 5.** Точность движений как одна из ведущих двигательных координаций.

1. Обоснование системы тестов для определения уровня развития точности с учетом ее структурного содержания.

2. Обоснование эстетического компонента точности двигательных действий.

3. Факторы, обуславливающие развитие точности движений

**Тема 6.** Устойчивость тела как фактор повышения результативности соревновательной деятельности. Характеристика прыгучести как одной из ведущих двигательной координации. Значимость меткости для совершенствования бросковых и метательных движений.

1. Значение равновесия в двигательной деятельности

2. Методика совершенствования равновесия

3. Критерии оценки развития равновесия

4. Взрывная сила как важный компонент прыгучести.

5. Количественные и качественные критерии оценки прыгучести.

6. Методика развития меткости.

7. Критерии оценки развития меткости.

**Тема 7.** Двигательный ритм как основа формирования двигательных действий. Пластичность как один из показателей уровня спортивного мастерства.

**Тема 8.** Взаимосвязь и взаимообусловленность двигательно-координационных качеств.

1. Физиологическое обоснование структурного единства двигательных координаций.

2. Роль экстраполяции в формировании двигательных координаций.

3. Прирост показателей двигательных координаций как стимулирующий фактор приобщения к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

4. Методика оценки показателей прироста двигательных координаций.

5. Повышение информированности в области физической культуры и спорта как стимул для систематических занятий физическими упражнениями.
6. Направляющая роль школьного учителя физической культуры в приобщении учащихся к систематически самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

**Тема 9. Структурный анализ двигательно-координационных качеств.**

1. Физиологический механизм ритмичности.
2. Факторы, обуславливающие развитие двигательного ритма.
3. Формообразующая значимость ритма.
4. Роль игры в формировании двигательного ритма.
5. Пластичность движений как показатель технического совершенства двигательного действия. Условия проявления пластичности.
6. Факторы, влияющие на формирование пластичности.

***Примерные тестовые задания***

**1. По определению А.А. Ухтомского «временно господствующий очаг возбуждения в центральной нервной системе, создающий скрытую готовность организма к определённой деятельности при одновременном торможении других рефлекторных актов» - это ...**

**2. Свойства доминанты (*убрать лишнее*)**

- A. повышенная возбудимость, т.е. чувствительность к возбуждению
- B. устойчивость во времени
- C. торможение других очагов возбуждения
- D. использование "чужого" возбуждения из других очагов для усиления собственного
- E. иррадиация и индукция

**3. Принцип доминанты был сформулирован выдающимся отечественным физиологом**

- A. А.А. Ухтомским
- B. Н.Е. Введенским
- C. И.М. Сеченовым
- D. И.П. Павловым
- E. Н.Е. Бернштейном

**4. Законы формирования доминанты и её динамика (развитие во времени) (*убрать лишнее*)**

- A. генерализация доминанты
- B. концентрация доминанты (локализация)
- C. дифференциация доминанты
- D. акцентуация доминанты
- E. консолидация доминанты.
- F. констелляция доминанты.
- G. изоляция доминанты
- H. разрушение доминанты (затухание доминанты)



### ***Вопросы для самостоятельного изучения обучающимися (темы мини-выступлений)***

1. Анализ средств и методов развития мышечной силы, представленных в школьной программе по физической культуре для учащихся 1-11 классов.
2. Анализ средств и методов развития быстроты движений в разных видах спорта.
3. Анализ средств и методов развития выносливости в разных видах спорта.
4. Выявление особенностей методики развития мышечной силы у школьников разных возрастных групп.
5. Выявление условий повышения эффективности развития быстроты движений учащихся младших классов.
6. Комплекс педагогических воздействий для стимулирования прироста показателей точности движений у школьников разных возрастных групп.
7. Сопоставленный анализ значимости словесных, наглядных и практических методов обучения у школьников разного возраста.
8. Зависимость темпов прироста показателей гибкости от форм занятий физическими упражнениями (других двигательных координаций).
9. Изменение структуры школьного урока физической культуры в зависимости от развития качественных сторон двигательной деятельности.
10. Уровень профессиональной информированности школьного учителя физической культуры как фактор управления развитием двигательных-координационных качеств.
11. Выбор форм физического воспитания для прироста показателей различных качественных сторон двигательной деятельности.
12. Использование малых форм физического воспитания для прироста показателей двигательных-координационных качеств.
13. Ведение дневника физической самоподготовки как фактор активизации двигательной активности учащихся разного возраста.
14. Прирост показателей точности как стимул для приобщения учащихся к самостоятельному, систематическому выполнению физических упражнений.
15. Повышение уровня физической подготовленности как условие выбора вида профессиональной деятельности.
16. Формирование творческого мышления в процессе развития ловкости.
17. Увеличение объема двигательной памяти в процессе развития точности движений.
18. Формирование логического мышления в процессе развития двигательных координаций.
19. Развитие аналитических способностей в процессе формирования качественных сторон.
20. Управление развитием внимания при формировании двигательных координаций.
21. Эстетический компонент двигательных координаций.
22. Влияние уровня развития двигательных-координационных качеств на формирование личностных качеств школьников.
23. Повышение уровня физической подготовленности для самопознания и самосовершенствования школьника.

### ***Содержание и защита итоговой практической работы***

Каждый магистрант после выполнения и защиты текущих практических работ готовит фрагмент учебной мультимедийной презентации по заданной теме объемом не менее 10 слайдов – итоговая работа.

а) структура мультимедийной презентации:

- титульный лист;
- оглавление;
- содержание (изложение учебного материала) в виде текстовой, графической информации, аудио и видеоматериалов;
- система самоконтроля и самопроверки;
- словарь терминов;
- использованные источники с краткой аннотацией.

б) критерии оценивания

Магистрант должен продемонстрировать умения и навыки работы с прикладным программным обеспечением общего и специального назначения.

***Перечень учебно-методических изданий кафедры по вопросам организации самостоятельной работы обучающихся***

- 1 Назаренко, Л.Д. Развитие двигательного-координационных качеств как фактор оздоровления детей и подростков / Л.Д. Назаренко. – М.: Теория и практика физической культуры, 2001. – 332 с.
2. Назаренко, Л. Д. Средства и методы развития двигательных координаций / Л.Д. Назаренко. – М.: Теория и практика физической культуры, 2003. – 259 с.

**7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

**Организация и проведение аттестации магистра**

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение магистрам комплекса теоретических знаний, но на выработку у студентов компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки магистра необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Проверка знаний студентов осуществляется на каждом занятии в различных формах контроля усвоенных знаний и умений по пройденной теме. По отдельным разделам курса проводится контроль в форме контрольной работы, компьютерного тестирования или индивидуального творческого задания.

Успеваемость студентов проверяется в ходе занятий (текущий учет) и на зачете. Обязательным условием получения зачета является выполнение практического материала в рамках программы.

Текущий учет представляет собой систематическую проверку качества выполнения изучаемых на занятиях тем, а также домашних заданий.

**Цель проведения аттестации** – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

**Типы контроля:**

**Текущая аттестация** представлена следующими работами: тестовыми заданиями, написанием рефератов (презентаций), проведением «Круглых столов» и различных диспутов.

Достоинства предложенной системы проведения аттестации: систематичность, непосредственно коррелирующаяся с требованием постоянного и непрерывного

мониторинга качества обучения, а также возможность балльно-рейтинговой оценки успеваемости магистранта.

**Промежуточная аттестация** осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить более крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных профессиональных компетенций.

**Темой индивидуального задания** является тема для публичного выступления.

**Контрольная работа** – перечень контрольных вопросов.

*Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы*

Компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатели формирования компетенции - образовательные результаты (ОР)		
		Знать	Уметь	Владеть
ПК-1 способность применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества образовательного процесса по различным образовательным программам	<b>Теоретический (знать)</b> основные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта;	ОР-1 отдельные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта; ОР-2 различные современные методики и технологии диагностики, оценивания качества образовательного процесса в образовательной организации по различным образовательным программам в сфере физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической		

		культуры и спорта;		
	<p><b>Модельный (уметь)</b>          применять основные современные методики и технологии организации образовательной деятельности;          изложить теоретический материал, продемонстрировать конкретные двигательные действия, физические упражнения;</p>		<p>ОР-3          использовать отдельные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта;</p> <p>ОР-4          применять современные методики и технологии диагностики, оценивания качества образовательного процесса в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта по различным образовательным программам;          изложить теоретический материал, продемонстрировать конкретные двигательные</p>	

			действия, физические упражнения;	
	<p><b>Практический (владеть)</b> основными навыками диагностики и оценивания качества образовательного процесса по основным образовательным программам в области физической культуры и спорта; нормативными методами организации и проведения уроков физической культуры (тренировочных занятий) и умение их применять в конкретных условиях; методами решения педагогических (учебных и воспитательных) ситуаций; навыками использования в педагогической деятельности современных методов физического воспитания (спортивной тренировки).</p>			<p>ОР-5 отдельными навыками диагностики и оценивания качества образовательного процесса по отдельным образовательным программам в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта; ОР-6 опытом реализации методик и технологий диагностики и оценивания качества образовательного процесса в образовательной организации по различным образовательным программам в области физической культуры и спорта; нормативными методами организации и проведения уроков физической культуры (тренировочных занятий) и умение их применять в конкретных условиях; методами решения</p>

				педагогических (учебных и воспитательных) ситуаций; навыками использования в педагогической деятельности современных методов физического воспитания (спортивной тренировки).
--	--	--	--	--

**7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:**

**Карта диагностики сформированности образовательных результатов**

РАЗДЕЛЫ (ТЕМЫ) ДИСЦИПЛИНЫ	НАИМЕНОВАНИЕ СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ, используемого для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Показатели формирования компетенции (ОР)					
		ОР-1	ОР-2	ОР-3	ОР-4	ОР-5	ОР-6
Тема 1. Физиологический механизм двигательной координации.	<b>ОС-1</b> Мини выступление перед группой <b>ОС-2</b> Решение тестовых заданий	+		+			+
Тема 2. Мышечная сила. Скорость (быстрота) движений. Выносливость.			+	+	+	+	+
Тема 3. Ведущее значение ловкости в управлении движениями.			+	+	+	+	+
Тема 4. Значимость гибкости в различных видах спорта.			+	+	+	+	+
Тема 5. Точность движений как одна из ведущих двигательных координаций.			+	+	+	+	+
Тема 6. Устойчивость тела как фактор повышения результативности соревновательной деятельности. Характеристика прыгучести как одной из ведущей двигательной координации. Значимость меткости для совершенствования бросковых и метательных движений.				+	+	+	+
Тема 7. Двигательный ритм как основа формирования двигательных действий. Пластичность как один из показателей уровня спортивного мастерства.				+	+	+	+
Тема 8. Взаимосвязь и взаимообусловленность двигательно-координационных качеств.	<b>ОС-3</b> Защита итоговой практической работы <b>ОС-4</b> Контрольная работа	+		+			+
Тема 9. Структурный анализ двигательно-координационных качеств.		+		+	+	+	+
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>ОС-5</b> зачет в форме устного собеседования по вопросам						

## Критерии и шкалы оценивания

### ОС-1 Мини выступление

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Знает содержание современных проблем науки и образования, пути их решения, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;	Теоретический (знать)	4
Самостоятельно строит процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;	Модельный (уметь)	4
Владеет знаниями современных проблем науки и образования для решения профессиональных задач в области физической культуры и спорта;	Практический (владеть)	5
Всего:		13

### ОС-2 Тестовые задания

Критерий	Максимальное количество баллов
Правильно выбранный ответ	1
Всего:	13

### ОС-3 Защита итоговой практической работы

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Знает отдельные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта;	Теоретический (знать)	4
Использует отдельные современные методики и технологии организации образовательной деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта;	Модельный (уметь)	4

Владеет опытом реализации методик и технологий диагностики и оценивания качества образовательного процесса в образовательной организации по различным образовательным программам в области физической культуры и спорта; нормативными методами организации и проведения уроков физической культуры (тренировочных занятий) и умение их применять в конкретных условиях; методами решения педагогических (учебных и воспитательных) ситуаций; навыками использования в педагогической деятельности современных методов физического воспитания (спортивной тренировки).	Практический (владеть)	5
Всего:		13

#### ОС-4 Контрольная работа

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Знает различные современные методики и технологии диагностики, оценивания качества образовательного процесса в образовательной организации по различным образовательным программам в сфере физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта;	Теоретический (знать)	13
Применяет современные методики и технологии диагностики, оценивания качества образовательного процесса в области физического воспитания, спортивной тренировки, педагогики и психологии физической культуры и спорта по различным образовательным программам; излагает теоретический материал, демонстрирует конкретные двигательные действия, физические упражнения;	Модельный (уметь)	13
Владеет способами осмысления и критического анализа научной информации; навыками совершенствования и развития	Практический (владеть)	14



своего научного потенциала; навыками использования научного языка, научной терминологии; в полной мере знаниями о современных проблемах науки и образования.		
Всего:		40

### ОС-5 Зачет в форме устного собеседования по вопросам

При проведении зачета учитывается уровень знаний обучающегося при ответах на вопросы (теоретический этап формирования компетенций), умение обучающегося отвечать на дополнительные вопросы по применению теоретических знаний на практике и по выполнению обучающимся заданий текущего контроля (модельный и практический этапы формирования компетенций).

#### Критерии и шкала оценивания зачета:

Критерий	Этапы формирования компетенций	Количество баллов
Знает современные парадигмы в предметной области науки; современные ориентиры развития образования в сфере физической культуры и спорта; основные этапы развития науки; основные модели современного научного знания; основные требования ко всем этапам и формам научной деятельности в области физической культуры и спорта;	Теоретический (знать)	0-15
Анализирует современные проблемы науки и образования в сфере физической культуры и спорта, пути их решения, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности; адаптирует современные достижения науки и наукоемких технологий к образовательному процессу; применяет знания в своей исследовательской деятельности; доказательно и ясно представляет свои выводы всем заинтересованным лицам и организациям;	Модельный (уметь)	16-27
Владеет способами осмысления и критического анализа научной информации в сфере физической культуры и спорта; навыками совершенствования и развития своего научного потенциала; навыками использования научного языка, научной терминологии; в	Практический (владеть)	28-39

полной мере знаниями о современных проблемах науки и образования в сфере физической культуры и спорта при решении профессиональных задач.		
---	--	--

**7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы:**

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ**

1. Особенности методики развития мышечной силы в разных видах спорта.
2. Особенности методики развития быстроты движений в разных видах спорта.
3. Особенности методики развития выносливости в разных видах спорта.
4. Обоснование ведущей роли игрового метода в формировании ловкости движений у школьников младшего возраста.
5. Обоснование ведущей роли словесных методов обучения в формировании двигательного ритма.
6. Обоснование значимости домашних заданий по физической культуре для прироста показателей равновесия (и других двигательных координаций).
7. Особенности педагогического и медицинского контроля при развитии двигательно-координационных качеств.
8. Значимость подвижных игр для прироста показателей двигательных координаций.
9. Роль самостоятельных занятий физическими упражнениями для прироста показателей равновесия, точности, ловкости.
10. Роль двигательно-координационных качеств в формировании морально-волевых качеств школьника.
11. Роль ведущих морально-волевых и нравственных качеств для повышения уровня физической подготовленности.
12. Возрастающая роль родителей в формировании двигательно-координационных качеств.

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.6 программы.

**7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенции.**

Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся представлена в таблице.

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
-------	----------------------------------	---	---

1.	Доклад, устное сообщение (мини-выступление)	Доклад - продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-исследовательской или научной темы. Тематика докладов выдается на первых семинарских занятиях, выбор темы осуществляется студентом самостоятельно. Подготовка осуществляется во внеаудиторное время. На подготовку дается одна-две недели. За неделю до выступления студент должен согласовать с преподавателем план выступления. Регламент – 5-7 мин. на выступление.	Темы докладов
2.	Решение тестовых заданий	Решение тестовых заданий выполняется в форме письменного тестирования по теоретическим вопросам курса. Регламент – 1-1.5 минуты на один вопрос.	Тестовые задания
3.	Отчет по итоговой практической работе	Может выполняться индивидуально либо в малых группах (по 2 человека) в аудиторное и во внеаудиторное время (сбор материала по теме работы). Текущий контроль проводится в течение выполнения практической работы. Прием и защита работы осуществляется на последнем занятии или на консультации преподавателя.	Задания для выполнения итоговой практической работы
4.	Контрольная работа	Контрольная работа выполняется в форме устного ответа по теоретическим вопросам курса.	Перечень контрольных вопросов
5.	Зачет в форме устного собеседования по вопросам	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. При выставлении оценки «зачтено»/«незачтено» учитывается уровень приобретенных компетенций магистранта. Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - практикоориентированными заданиями.	Комплект примерных вопросов к зачету.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

### Критерии оценивания знаний студентов по дисциплине 3 семестр

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов за занятие	Максимальное количество баллов по дисциплине
1.	Посещение лекций	1	2
2.	Посещение лабораторных занятий	2	32

3.	Работа на занятии	13	208
4.	Контрольная работа	40	40
5.	Зачет	78	78
ИТОГО:	2 зачетные единицы		400

### Формирование балльно-рейтинговой оценки работы студента

Семестр	Баллы	Посещение лекционных занятий	Посещение лабораторных занятий	Работа на лаб.занятиях	Контрольные мероприятия	Форма итоговой аттестации
3	Разбалловка по видам работ	2x1=2 баллов	16x2=32 баллов	16x13=208 баллов	40x2=80 балла	78 баллов
	Суммарный макс. балл	2 баллов max	34 баллов max	242 баллов max	322 баллов max	400 баллов max

### Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра

По итогам семестра, трудоёмкость которого составляет 4 ЗЕ, студент набирает определённое количество баллов, которое соответствует оценке по принятой шкале, характеризующей качество освоения студентом знаний, умений и навыков по дисциплине согласно следующей таблице:

Оценка	Баллы (4 ЗЕ)
«отлично»	361-400
«хорошо»	281-360
«удовлетворительно»	201-280
«неудовлетворительно»	Менее 200

## 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

### Основная литература

1. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я.Кикоть, С.С. Егоров, И.А.Мацур. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 432 с. [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=117573](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=117573)
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : введение в предмет : учеб.для высш. спец. физ. учеб. заведений / Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стер. - СПб.и др. : Лань : Омега-Л, 2004. – 158 с.
3. Муллер А. Б. Физическая культура студента: учеб.пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. <http://znanium.com/bookread2.php?book=443255>

### Дополнительная литература

1. Назаренко Л.Д. Развитие двигательного-координационных качеств как фактор оздоровления детей и подростков / Л.Д. Назаренко. – М.: Теория и практика физической культуры, 2001. – 332 с.
2. Назаренко Л.Д. Средства и методы развития двигательных координаций / Л.Д. Назаренко. – М.: Теория и практика физической культуры, 2003. – 259 с.

3. Переверзев В.А. Григорович Е. С. Романов К. Ю. Физическая культура : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 350 с. <http://znanium.com/bookread2.php?book=509590>
4. Сальников А.Н. Физическая культура /А.Н. Сальников. – М.: Изд-во: Приор-издат, 2005. - 124 с.
5. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник. - 13-е изд., испр., доп. – М.: Академия, 2016. – 496 с.

**9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

*Карта доступности студентов к электронным фондам*

№	Наименование дисциплины	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	Управление развитием двигательных координационных качеств у детей, подростков и учащейся молодежи	<a href="http://window.edu.ru/resource/801/67801">http://window.edu.ru/resource/801/67801</a>	Спортивная электронная библиотека	Свободный доступ
		<a href="http://libsport.ru">http://libsport.ru</a>		
		<a href="http://pedlib.ru/katalogy/katalog.php?id">http://pedlib.ru/katalogy/katalog.php?id</a>	Педагогическая библиотека, раздел Педагогика	Свободный доступ
		<a href="http://www.infosport.ru">http://www.infosport.ru</a>	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ
		<a href="http://www.elibrary.ru/">http://www.elibrary.ru/</a>	Научная электронная библиотека. eLIBRARY - Научная электронная библиотека	Свободный доступ
		<a href="http://www.libsport.ru/">http://www.libsport.ru/</a>	Российская Спортивная Энциклопедия	Свободный доступ
		<a href="http://www.teoriya.ru/">http://www.teoriya.ru/</a>	Научный портал «Теория. Ру»	Свободный доступ
		<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a>	Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры"	Свободный доступ
		<a href="http://www.teoriya.ru/fkvot/">http://www.teoriya.ru/fkvot/</a>	Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка"	Свободный доступ
		<a href="http://lesgaft-notes.spb.ru/">http://lesgaft-notes.spb.ru/</a>	Научно теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта»	Свободный доступ
<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>	Сайт «Я иду на урок физкультуры» создан на основе материалов журнала «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября»	Свободный доступ		
<a href="http://ipk.ulstu.ru/?q=node/2659">http://ipk.ulstu.ru/?q=node/2659</a>	Интернет ресурс клуба учителей физической культуры Ульяновской области. Раздел «В помощь учителю физической культуры»	Свободный доступ		

	<a href="http://www.olympic.org/">http://www.olympic.org/</a>	Международный олимпийский комитет	Свободный доступ
	<a href="http://www.paralympic.org/">http://www.paralympic.org/</a>	Международный паралимпийский комитет	Свободный доступ
	<a href="http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp">http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp</a>	Международные спортивные федерации	Свободный доступ
	<a href="http://www.iaso.org/">http://www.iaso.org/</a>	Международная ассоциация спортивной информации	Свободный доступ
	<a href="http://www.olympic.ru/">http://www.olympic.ru/</a>	Российский олимпийский комитет	Свободный доступ
	<a href="http://www.aaflo.org/4s1/links_frmst.htm">http://www.aaflo.org/4s1/links_frmst.htm</a>	Ссылки на центры спортивной информации	Свободный доступ
	<a href="http://www.aaflo.org/">http://www.aaflo.org/</a>	Фонд любительского спорта Лос-Анджелеса (AAFLA) является научным и обучающим центром, цель которого - развитие спортивной науки и образования. Фонд располагает самой большой научной библиотекой Северной Америки (Центра спортивных ресурсов Пауля Циффрена)	Свободный доступ
	<a href="http://zb-sport.dshs-koeln.de/">http://zb-sport.dshs-koeln.de/</a>	Центральная научная спортивная библиотека Германии	Свободный доступ
	<a href="http://lib.sportedu.ru/">http://lib.sportedu.ru/</a>	Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту Российского государственного университета физической культуры и спорта. Возможен поиск информации в электронном каталоге. В разделе новости представлены материалы конференций, проводимых на базе РГУФК	Свободный доступ
	<a href="http://www.sibsport.ru/www/sibsport.nsf/0/5638BC150E2675F546256E62002384EB?opendocument">http://www.sibsport.ru/www/sibsport.nsf/0/5638BC150E2675F546256E62002384EB?opendocument</a>	Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры	Свободный доступ
	<a href="http://www.gssiweb.com/">http://www.gssiweb.com/</a>	Институт спортивной науки	Свободный доступ
	<a href="http://www-rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/index.htm">http://www-rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/index.htm</a>	Наука о тренерской работе (Abstracts)	Свободный доступ
	<a href="http://www.infosport.ru/sp/">http://www.infosport.ru/sp/</a>	Энциклопедия по видам спорта	Свободный доступ
	<a href="http://lib.sportedu.by/intermet/title/code_ru.pdf">http://lib.sportedu.by/intermet/title/code_ru.pdf</a>	Всемирный антидопинговый кодекс на русском языке	Свободный доступ
	<a href="http://www.vniifk.ru/">http://www.vniifk.ru/</a>	Сайт Всероссийского научно –	Свободный

		исследовательского института физической культуры	доступ
	<a href="http://science.sportedu.ru/">http://science.sportedu.ru/</a>	Сайт НИИ Спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма	Свободный доступ
	<a href="http://sportteacher.ru/association/">http://sportteacher.ru/association/</a>	Сайт объединения учителей физической культуры России	Свободный доступ
	<a href="http://news.sportbox.ru/">http://news.sportbox.ru/</a>	ежедневные новости спорта	Свободный доступ

**Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает  
«УлГПУ им. И.Н. Ульянова»**

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей
1	«ЭБС ZNANIUM.COM»	Договор № 1718 от 30.05.2016	с 30.05.2016 по 30.05.2017	6 000
2	ЭБС «Айбукс.ру/ibooks/ru»	Контракт № 628 от 30.05.2016	с 30.05.2016 по 30.05.2017	100% доступ
3	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Договор № 1010 от 26.07.2016	с 22.08.2016 по 21.11.2017	6 000
4	ЭБС IPRbooks	Соглашение №2301/16 на предоставление длительного тестового доступа от 01.09.2016	с 01.10.2016 по 31.12.2016	100% доступ

**10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись лекции – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу магистрантов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

**Подготовка к практическим занятиям.**

При подготовке к практическим занятиям магистрант должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая

в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, магистранту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит магистрантов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задание. В течение отведенного времени на выполнение работы магистрант может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных работ, собеседование со магистрантом.

Результаты выполнения практических работ оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

## **Планы практических занятий**

### **Практическая работа № 1. Мышечная сила. Скорость (быстрота) движений. Выносливость.**

**Цель работы:** изучить основы подходы к развитию мышечной силы, скорости движений и выносливости.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

#### **Вопросы для обсуждения:**

Разновидности силовых качеств, их характеристика.

Факторы, обуславливающие прирост показателей мышечной силы.

Нетрадиционные подходы к развитию мышечной силы. Формы ее проявления.

Взгляды В.С. Фарфеля (1975) на механизм развития быстроты движения.

Возрастные особенности развития быстроты движений.

Выносливость, ее виды, особенности ее формирования.

Анализ различных подходов к развитию выносливости.

#### **Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

### **Практическая работа № 2. Ведущее значение ловкости в управлении движениями.**

**Цель работы:** ознакомиться с ролью ловкости в управлении движениями, особенностями и методами ее развития.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

#### **Вопросы для обсуждения:**

Физиологическое обоснование компонентов ловкости.

Специфика проявления ловкости в различных видах спорта.

Факторы, влияющие на формирование ловкости.

Количественные и качественные критерии оценки ловкости.

Возрастные особенности развития ловкости.

#### **Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

### **Практическая работа № 3. Значимость гибкости в различных видах спорта.**



**Цель работы:** осознать значимость развития гибкости в различных видах спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

**Вопросы для обсуждения:**

- Структурное содержание гибкости.
- Факторы, влияющие на ее развитие.
- Количественные и качественные критерии оценки.
- Возрастные особенности развития гибкости.

**Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

**Практическая работа № 4. Точность движений как одна из ведущих двигательных координаций.**

**Цель работы:** выявить роль точности движений как одной из ведущих двигательных координаций.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

**Вопросы для обсуждения:**

- Разновидности и проявления точности в различных видах спорта.
- Компоненты точности движений.
- Факторы и условия, обеспечивающие прирост показателей ловкости.
- Критерии оценки точности двигательных действий.
- Возрастные особенности развития.

**Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

**Практическая работа № 5. Устойчивость тела как фактор повышения результативности соревновательной деятельности. Характеристика прыгучести как одной из ведущей двигательной координации. Значимость меткости для совершенствования бросковых и метательных движений.**

**Цель работы:** изучить основы подходы к развитию устойчивости тела, прыгучести и меткости.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

**Вопросы для обсуждения:**

- Взгляды Н.А. Бернштейна, Д.Д. Донского, В.С. Фарфеля на равновесие двигательных координационных качеств.
- Структурное содержание равновесия.
- Возрастные особенности развития равновесия в разных видах спорта.
- Физиологический механизм прыгучести.
- Возрастные особенности развития прыгучести.
- Характерные особенности меткости и ее компоненты.
- Разновидности и проявления меткости.
- Факторы, влияющие на повышение уровня меткости.

Количественные и качественные критерии оценки.

**Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

**Практическая работа № 6. Двигательный ритм как основа формирования двигательных действий. Пластичность как один из показателей уровня спортивного мастерства.**

**Цель работы:** ознакомиться с ролью двигательного ритма и пластичности как основы формирования двигательных действий и показателей уровня спортивного мастерства.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

**Вопросы для обсуждения:**

Ритмичность, ее компоненты.

Специфические и неспецифические проявления ритмичности.

Комплекс критериев оценки ритмичности.

Возрастные особенности развития ритмичности.

Вклад Н.А. Берштейна (1991) в обоснование значимости пластичности движений.

Структурное содержание пластичности.

Количественные и качественные критерии оценки.

**Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

**Практическая работа № 7. Взаимосвязь и взаимообусловленность двигательно-координационных качеств.**

**Цель работы:** выявить взаимосвязь и взаимообусловленность двигательно-координационных качеств.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.
2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

**Вопросы для обсуждения:**

Положительный и отрицательный перенос двигательного навыка в процессе развития двигательно-координационных качеств.

Роль экстраполяции при развитии двигательно-координационных качеств.

Условия, обеспечивающие эффективность взаимодействия двигательно-координационных качеств.

**Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

**Практическая работа № 8. Структурный анализ двигательно-координационных качеств.**

**Цель работы:** провести структурный анализ двигательно-координационных качеств.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме практической работы.

2. Повторить лекционный материал по теме «Физиологический механизм двигательной координации», ответить на контрольные вопросы.

**Вопросы для обсуждения:**

Специфика их проявлений в различных видах спорта.

Классификация двигательных координаций по Л.Д. Назаренко (2003).

Основные подходы и требования к классификации.

Выявление ведущих и фоновых двигательно-координационных качеств в различных видах спорта.

Их значимость в разных видах деятельности.

Динамика соотношения двигательно-координационных качеств на разных этапах спортивной подготовки.

**Форма представления отчета:**

Магистрант должен представить решение предложенных задач в устной или письменной форме.

**Подготовка к устному докладу.**

Доклады делаются по каждой теме с целью проверки теоретических знаний обучающегося, его способности самостоятельно приобретать новые знания, работать с информационными ресурсами и извлекать нужную информацию.

Доклады заслушиваются в начале практического занятия после изучения соответствующей темы. Продолжительность доклада не должна превышать 7 минут. Тему доклада магистрант выбирает по желанию из предложенного списка.

При подготовке доклада магистрант должен изучить теоретический материал, используя основную и дополнительную литературу, обязательно составить план доклада (перечень рассматриваемых им вопросов, отражающих структуру и последовательность материала), подготовить раздаточный материал или презентацию. План доклада необходимо предварительно согласовать с преподавателем.

Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Преподаватель следит, чтобы выступление не сводилось к простому воспроизведению текста, не допускается простое чтение составленного конспекта доклада. Выступающий также должен быть готовым к вопросам аудитории и дискуссии.

**Выполнение итоговой практической работы.**

Для закрепления практических навыков по использованию информационных технологий магистранты выполняют итоговое задание - самостоятельно или работая в малых группах по 2 человека, под руководством преподавателя.

Текущая проверка разделов работы осуществляется в ходе выполнения работы на занятиях и на консультациях. Защита итоговой работы проводится на последнем занятии или на консультации преподавателя. Для оказания помощи в самостоятельной работе проводятся индивидуальные консультации.

**Подготовка к тесту.**

При подготовке к тесту необходимо изучить теоретический материал по дисциплине. С целью оказания помощи магистрантам при подготовке к тесту преподавателем проводится групповая консультация с целью разъяснения наиболее сложных вопросов теоретического материала.

**11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

\* Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.

- \* Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows, лицензия EAV-0120085134, контракт №1110 от 15.12.2014 г., действующая лицензия.
- \* Операционная система WindowsPro 7 RUS Upgrd OLP NL Acdmc, Open License: 47357816, договор №17-10-оаз ГК от 29.10.2010 г., действующая лицензия.
- \* Офисный пакет программ Microsoft Office Standard 2010 OLP NL Academic, Open License: 60696830, договор №200712-1Ф от 20.07.2012 г., действующая лицензия.
- \* Программа для просмотра файлов формата Dj Vu Win Dj View, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.
- \* Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.
- \* Браузер Google Chrome, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.

## 12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Образовательный процесс обеспечивается достаточным аудиторным фондом, оснащенный необходимым учебным оборудованием.

Для проведения лекционных занятий могут быть использованы лекционные аудитории; специализированные лекционные аудитории (оснащенные аудиовизуальными и мультимедийными средствами). Для проведения практических занятий, а также промежуточного и итогового тестирования используются малые аудитории, специализированные малые аудитории (кабинет музейного проектирования, технически оснащенные аудитории), компьютерные классы.

<b>Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</b>
Аудитория № 220 для семинарских и практических занятий	Посадочные места – 27; Стол ученический трехместный– 9 шт.; Стол преподавателя (однотумбовый) – 2 шт; Стул ученический – 28 шт; Ноутбук hp ProDook 4740s C4Z69EA#ACB с пред. программным обеспечением - 1шт; Проектор BenQ DLP 1024*768,2200 Lumen - 1шт; Доска 1000*3000 зеленая ДА-32э 5р.п. – 1 шт; Шкаф закрытый – 5 шт; Холодильник «Полнос» - 1 шт; Дистиллятор АДЭа-10 СЭМО – 1 шт; Полиреоплетизмограф - 1 шт; Ростометр РЭП – 1 в комплекте с весами ВМЕН – 150 - 1 шт; Ножницы разные (анатомия) - 1 шт.	<b>Лицензионные программы</b> * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows, лицензия EAV-0120085134, контракт №260916-ЛД от 12.12.2016 г., действующая лицензия. * Операционная система Windows 8 Pro OEM, Гражданско-правовой договор № КОТ-5/2012 от 27.12.2012 г., действующая лицензия. * Офисный пакет программ OfficeProPlus 2010 RUS OLP NL Acdmc, Гражданско-правовой договор №17-10-оаз ГК -01 от 29.10.2010 г., действующая лицензия. * Программа для просмотра файлов формата DjVu WinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe

		<p>Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Браузер Google Chrome, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Пакет офисных программ Apache OpenOffice, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</p> <p>* Медиаплеер Media Player Classic - Home Cinema открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</p> <p>* Медиаплеер VLC media player открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</p> <p>* Медиаплеер The KMPlayer открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p>
<p>Аудитория № 217 для лекционных занятий</p>	<p>Посадочные места – 72; Комплект учебной мебели – 2 шт; Кафедра – 1 шт; Стул ученический – 2 шт; Стол под кафедру – 1 шт; Стол однотумбовый - 1шт; Стол двухтумбовый - 1шт; Доска ДК11Э2010-1шт; Жалюзи – 2 шт; Комплект мультимедийного оборудования: Ноутбук hp ProDook 4740s C4Z69EA#ACB с пред. программным обеспечением - 1шт; Проектор BenQ DLP 1024*768,2200 Lumen - 1шт; Экран на штативе RoqverScreen MW 203*203 матовый - 1шт.</p>	<p><b>Лицензионные программы</b></p> <p>* Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows, лицензия EAV-0120085134, контракт №260916-ЛД от 12.12.2016 г., действующая лицензия.</p> <p>* Операционная система Windows 8 Pro OEM, Гражданско-правовой договор № КОТ-5/2012 от 27.12.2012 г., действующая лицензия.</p> <p>* Офисный пакет программ OfficeProPlus 2010 RUS OLP NL Acdmc, Гражданско-правовой договор №17-10-оаэ ГК -01 от 29.10.2010 г., действующая лицензия.</p> <p>* Программа для просмотра файлов формата DjVu WinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Браузер Google Chrome, открытое программное обеспечение, бесплатная</p>

		<p>лицензия, пролонгировано.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>* Пакет офисных программ Apache OpenOffice, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</li><li>* Медиаплеер Media Player Classic - Home Cinema открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</li><li>* Медиаплеер VLC media player открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</li><li>* Медиаплеер The KMPlayer открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</li></ul>
--	--	---