Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

**«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики бокса

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Теория и методика избранного вида спорта**

**(Кикбоксинг)**

Основная профессиональная образовательная программа

высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

**49.03.01. Физическая культура**

Направленность (профиль):

**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

**Очная/заочная**

|  |  |
| --- | --- |
| **Согласовано:**  **Руководитель ОПОП по направлению**  **49.03.01 Физическая культура**  **профиль подготовки**  **Спортивная тренировка в избранном**  **виде спорта**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ФИО руководителя ОПОП** | **Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры**  **«19 » июня\_2019г., протокол №\_**  **Зав. Кафедрой Симаков А.М., к.п.н., доцент** |
|  | **Рекомендована решением**  **Учебно-методического совета**  **«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г., протокол №\_** |
|  | **Авторы-разработчики:**  ***Щеглов И.М. ст. преподаватель кафедры***  ***Теории и методики кикбоксинга*** |

Санкт-Петербург 2019

Приложение 2

к рабочей программе дисциплины

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

к рабочей программе дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА

(кикбоксинг)

# Методические указания для студентов по выполнению самостоятельной работы

# Самостоятельная работа студентов является важнейшей составной частью процесса обучения. Целью самостоятельной работы студентов является закрепление тех знаний, которые они получили на аудиторных занятиях, а также способствовать развитию у студентов творческих навыков, инициативы, умению организовать свое время.

# Настоящие методические указания позволят студентам овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю подготовки, опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование компетенций, предусмотренных учебным планом по данному профилю.

# *Ниже представлено примерное содержание методических указаний для обучающихся по освоению дисциплины, которое может быть дополнено в соответствии с особенностями дисциплины.*

## Методические указания по подготовке к практическим занятиям

Одной из важных форм самостоятельной работы является подготовка к практическомузанятию.

При подготовке к практическим занятиям студент должен придерживаться следующейтехнологии:

1. внимательно изучить основные вопросы темы и план практического занятия, определить место темы занятия в общем содержании, ее связь с другимитемами;
2. найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках, учебных пособиях и дополнительнойлитературе;
3. после ознакомления с теоретическим материалом ответить на вопросы для самопроверки;
4. продумать свое понимание сложившейся ситуации в изучаемой сфере, пути и способы решения проблемныхвопросов;
5. продумать развернутые ответы на предложенные вопросы темы, опираясь на лекционные материалы, расширяя и дополняя их данными из учебников, учебных пособий, дополнительнойлитературы.

# *Методические указания по написанию контрольной работы*

# Тема контрольной работы выбирается студентом самостоятельно из предлагаемого кафедрой перечня с учетом собственных интересов и возможностей. Контрольная работа выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы.

## Методические рекомендации по подготовке к тестированию

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

# При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

а) готовясь к тестированию, проработайте информационный материал по дисциплине.

Проконсультируйтесь с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;

б) четко выясните все условия тестирования заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.

в) приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;

г) в процессе решения желательно применять несколько подходовв решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальныйвариант.

д) если Вы встретили трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце.

е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

## Методические указания по выполнению реферата

## Реферат – краткий [доклад](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%BE%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4) по определённой теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников.

Реферат, как правило, должен содержать следующие структурные элементы:

1. титульный лист;
2. содержание;
3. введение;
4. основная часть;
5. заключение;
6. список использованных источников;
7. приложения (принеобходимости).

В содержании приводятся наименования структурных частей реферата, глави параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф.

Во введении необходимо обозначить обоснование выбора темы, ее актуальность.

В основной части излагается сущность проблемы и объективные научные сведения по теме реферата, дается критический обзор источников, собственные версии, сведения, оценки. Содержание основной части должно точно соответствовать заявленной теме и полностью её раскрывать.

В заключении приводятся выводы.

Список литературы должен оформляться в соответствии с общепринятыми библиографическими требованиями и включать только использованные студентом публикации. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно.

В приложения следует выносить вспомогательный материал, который при включении в основную часть работы загромождает текст (таблицы вспомогательных данных, инструкции, методики, формы документов и т.п.).

***Методические указания по проведению устного опроса***

Устный опрос студента в рамках текущего контроля проводится по восьми вопросам указанной темы. Критерий оценивания :

Правильный ответ режиме теста или правильно названный термин и/или правильное определение в режиме открытого вопроса оценивается в один балл согласно шкале :

10 – восемь правильных ответов

9 – семь правильных ответов

8 – шесть правильных ответов

7– пять правильных ответов

6– четыре правильных ответа

5 – три правильных ответа

4 – два правильных ответа

3 – правильный и развёрнутый ответ на один изоткрытых вопросов

# *Методические указания по выполнению курсовой работы*

Защита курсовой работы - это форма промежуточной аттестации учебно­исследовательской работы студента за пройденный этап обучения по учебной дисциплине. Выполнение курсовой работы призвано выявить способности студентов на основе полученных знаний самостоятельно решать конкретные практические задачи или проводить исследование по одному из разделов (модулей), изучаемых по общепрофессиональным и специальным дисциплинам, а также направлено на формирование соответствующих компетенций студента.

**Требование к написанию реферата**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Доклад и содержание | | Структура и оформление | |
| Характеристика | Баллы | Характеристика | Баллы |
| Имеет общее представление о предмете исследования. | 7 | Конспектирование до десяти рекомендованных печатных источников. Объём контрольной составляет 20 страниц. Выполнение минимальных требований по оформлению работы. | 8 |
| Имеет общее представление о предмете исследования, называет основные данные исследования с незначительными ошибками. | 8 | Конспектирование десяти печатных рекомендованных источников. Объём контрольной составляет 20 страниц. Выполнение минимальных требований по оформлению работы. | 9 |
| Имеет общее представление о предмете исследования, называет основные данные и характеристики предмета исследования без ошибок. | 9 | Реферирование десяти рекомендованных печатных источников. Объём контрольной составляет 20 и более страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники. | 10 |
| Даёт достаточно полное описание предмета исследования, называет основные данные и характеристики предмета исследования без ошибок. | 10 | Реферирование десяти рекомендованных печатных источников, а так же использование электронных ресурсов. Объём контрольной составляет 20 и более страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники. | 11 |
| Даёт описание предмета исследования. Называет основные данные и характеристики предмета исследования без ошибок. Анализирует динамику развития. Анализирует современное состояние и перспективы развития. | 11 | Реферирование до пятнадцати рекомендованных печатных источников, а так же использование электронных ресурсов. Объём контрольной составляет 25 страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники. | 12 |
| Даёт полное развёрнутое описание предмета исследования. Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. | 12 | Реферирование пятнадцати рекомендованных печатных источников. Оформление работы соответствует требованиям, имеется иллюстративный материал в виде рисунков и таблиц. Объём контрольной составляет 25 страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники | 13 |
| Даёт полную характеристику предмета исследования. Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. | 13 | Реферирование пятнадцати рекомендованных печатных источников, а так же использование электронных ресурсов. Оформление работы соответствует требованиям, имеется иллюстративный материал в виде рисунков и таблиц. Объём контрольной составляет более 25 страниц. Ссылки в тексте на литературные источники соответствуют списку литературы. | 14 |
| Даёт полную характеристику предмета исследования. Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. Активно использует наглядные примеры из литературы и практической деятельности. | 14 | Реферирование более пятнадцати рекомендованных печатных источников, а так же использование электронных ресурсов. Оформление работы соответствует требованиям, имеется иллюстративный материал в виде рисунков и таблиц, приложения и дополнительный материал. Объём контрольной составляет около 30 страниц. Ссылки в тексте на литературные источники соответствуют списку литературы. | 15 |
| Даёт полную характеристику предмета исследования. Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. Активно использует наглядные примеры из литературы и практической деятельности. Рассматривает предмет в междисциплинарных связях. | 15 |  |  |

**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА КУРСОВОЙ РАБОТЫ**

В соответствии с учебным планом курсовая работа является обязательной формой контроля для студентов очной формы обучения, в соответствии с положением о текущем контроле и промежуточной аттестации студентов университета..

Курсовая работа может быть выполнена в межсессионный или сессионный период, аттестация курсовой работы осуществляется в ходе собеседования с преподавателем в часы консультаций. Курсовая работа выполняется студентом самостоятельно

**Рекомендации по оформлению курсовой работы, критерий ее оценки:**

Студент должен подобрать литературу по теме курсовой работы (не менее 25 источников), проанализировать её и системно изложить результаты этого анализа. При этом следует излагать собственные умозаключения и формировать обобщения и выводы. Поощряется наличие в тексте рисунков и таблиц при наличии аргументированной интерпретации.

Содержание курсовой работы должно включать в себя план, введение, несколько глав, заключение (выводы) и список литературы, изложенный строго по алфавиту и в соответствии с ГОСТом. Список литературы должен включать не менее 25 источников, с непосредственными ссылками в тексте работы. В качестве обязательных информационных источников студенту рекомендуются интернет источники, а так же профильные журналы.

Работа представляется в печатном и электронном варианте на формате А-4. Объем работы – 30-40 страниц. Титульный лист курсовой работы должен содержать тему работы, курс, группу, фамилию, инициалы автора, фамилие, должность (звание) научного руководителя.

В ходе соответствующей сессии студенту представляется возможность защиты курсовой работы, после чего преподаватель выставляет окончательную сумму баллов. При этом помимо оценки качества оформления работы, так же оценивается наличие собственных умозаключений, степень аргументации выводов, уровень и качество владения представляемого материала, наличие экспериментальной части исследования, наличие и уровень интерпретации экспериментально полученных результатов, стиль и язык изложения материала работы, уверенность и профессионализм при выступлении по теме. Курсовая работа может быть так же представлена студентом в межсессионный период, в часы консультаций преподавателя.

Критерии оценки

Итоговая сумма баллов складывается исходя из оценки по двум критериям – успешность защиты и содержание, а так же структура и оформление работы.

В результате выполнения курсовой работы студент может набрать от 15 до 30 баллов, за счёт суммирования баллов по двум критериям.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Защита и содержание | | Структура и оформление | |
| Характеристика | Баллы | Характеристика | Баллы |
| Имеет общее представление о предмете исследования. | 7 | Объём составляет 30 страниц. Выполнение минимальных требований по оформлению работы. | 8 |
| Имеет общее представление о предмете исследования, называет основные данные литературных исследований с незначительными ошибками. | 8 | Объём составляет 30 страниц. Выполнение минимальных требований по оформлению работы. | 9 |
| Имеет общее представление о предмете исследования, называет основные данные литературных исследований без ошибок. | 9 | Объём составляет 30 и более страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники. | 10 |
| Даёт достаточно полное описание предмета исследования, называет данные литературных исследований без ошибок, называет результаты собственного исследования. | 10 | Использование электронных ресурсов.  Имеется экспериментальная часть. Объём составляет 30 и более страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники. | 11 |
| Даёт описание предмета исследования. Называет основные данные и характеристики предмета исследования без ошибок.  Грамотно излагает результаты собственного исследования Анализирует динамику развития. Анализирует современное состояние и перспективы развития. | 11 | Использование электронных ресурсов. Объём составляет 35 страниц. Имеется экспериментальная часть с грамотным описанием исследования. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники. | 12 |
| Даёт полное развёрнутое описание предмета исследования. Анализирует Грамотно излагает и интерпретирует результаты собственного исследования динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. | 12 | Использование печатных и электронных ресурсов Оформление работы соответствует требованиям, имеется иллюстративный материал в виде рисунков и таблиц. Имеется экспериментальная часть с грамотным описанием исследования.  Объём работы составляет 35 страниц. Оформление работы соответствует требованиям. Имеются ссылки в тексте на литературные источники | 13 |
| Даёт полную характеристику предмета исследования. Грамотно излагает и интерпретирует результаты собственного исследования Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. | 13 | Использование печатных и электронных ресурсов. Оформление работы соответствует требованиям, имеется иллюстративный материал в виде рисунков и таблиц. Имеется экспериментальная часть с грамотным описанием исследования и его интерпретацией, в том числе – с использованием иллюстраций Объём составляет более 35 страниц. Ссылки в тексте на литературные источники соответствуют списку литературы. | 14 |
| Даёт полную характеристику предмета исследования. Полно излагает и интерпретирует результаты собственного исследования Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. Активно использует наглядные примеры из литературы и практической деятельности. | 14 | Использование печатных и электронных ресурсов. Имеется экспериментальная часть с грамотным описанием исследования и его интерпретацией, в том числе – с использованием иллюстраций. Оформление работы соответствует требованиям, имеется иллюстративный материал в виде рисунков и таблиц, приложения и дополнительный материал.  Объём составляет около 40 страниц. Ссылки в тексте на литературные источники соответствуют списку литературы. | 15 |
| Даёт полную характеристику предмета исследования. Полно излагает и интерпретирует результаты собственного исследования и связывает их со спортивной практикой Анализирует динамику развития, выделяет и характеризует факторы. Анализирует современное состояние и перспективы развития. Активно использует наглядные примеры из литературы и практической деятельности. Рассматривает предмет в междисциплинарных связях. | 15 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**  **ПОДГОТОВКИ И ЗАЩИТЫ КУРСОВОЙ РАБОТЫ**  **по дисциплине**  **Теория и методика избранного вида спорта – Кикбоксинг**  **курс 3 семестр 5**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | ФИО студента | | | | | | Тема работы | | | | | | ФИО руководителя | | | | | | № п/п | Ожидаемые результаты | Коли-чество баллов min|max | Накопи-тельное количество баллов | Сроки  выполнения | | **I** | **Подготовка курсовой работы** |  |  |  | | 1. | Представление календарного плана и плана-проспекта курсовой работы (актуальность, цель, задачи, объект, предмет, гипотеза, методы исследования) | 4/5 | 5 |  | | 2. | Инициативность и самостоятельность при выполнении курсовой работы | 3/5 | 10 |  | | 3. | Выполнение календарного плана и представление окончательного варианта курсовой работы. | 3/5 | 15 |  | |  | ***Итого*** | ***10/15*** |  |  | | **II** | **Рецензирование курсовой работы** |  |  |  | | 1. | Обоснование актуальности, цели и задач курсовой работы | 2/5 | 20 |  | | 2. | Корректность и логичность структуры курсовой работы | 2/5 | 25 |  | | 3. | Степень решения задач курсовой работы, соответствие выводов поставленным задачам. | 2/5 | 30 |  | | 4. | Использование литературы: полнота, корректность, аргументированность и логичность анализа литературных источников, правильность цитирования и ссылок на авторов. | 5/13 | 43 |  | | 5. | Тип курсовой работы (реферативный, эмпирический, экспериментальный или конструктивный)\* | 5/12 | 55 |  | | 6. | Качество оформления библиографии | 2/5 | 60 |  | | 7. | Качество оформления курсовой работы | 2/5 | 65 |  | |  | ***Итого*** | ***20/50*** |  |  | | **III** | **Защита курсовой работы** |  |  |  | | 1. | Презентационные навыки: структура и последовательность изложения материала, соблюдение регламента, контакт с аудиторией, язык изложения (интонация, темп) | 12/20 | 85 |  | | 2. | Использование иллюстративного материала | 3/5 | 90 |  | | 3. | Логичность, правильность и полнота ответов на вопросы | 5/10 | 100 |  | |  | ***Итого*** | ***20/35*** |  |  | |  | **ВСЕГО** | **50/100** |  |  | | | |
|  | С. 23 из 33 |
| 1. Студент допускается к защите курсовой работы, если набрал не менее 30-ти баллов.  2. Оценка курсовой работы осуществляется по следующим критериям:   * Качество работы – максимально 65 баллов; * Качество защиты – максимально 30 баллов; * Качество иллюстраций – максимально – 5 баллов.   3. Соответствие окончательного количества баллов оценке по пятибалльной шкале представлено в таблице 2.  4. \*По теории физической культуры и спорта – баллы выставляются в зависимости от типа курсовой работы: *«экспериментальная» и «эмпирическая»* работы – 12 баллов; *«конструктивная»* - 8 баллов; *«реферативная»* - 5 баллов. | | |