

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Кафедра Теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы

4 курс 7 семестр

Очная форма обучения

<u>Базовый модуль</u>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Тема № 1 Формирование мотивации у населения при проведении физкультурно - оздоровительной работы					
1	1	Лекция №1 Тема: Формирование потребностей и целевых установок в сфере физической культуры у взрослого населения.			
2	1	Лекция №2 Тема: Цели, задачи, компоненты и содержание; методы работы; принципы организации и стимулирования труда.			
Тема № 2 Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы в различных учреждениях по месту жительства, работы, в местах отдыха с взрослым населением					
3	1	Лекция №3. Тема: Особенности современного фитнеса, тенденции развития мирового физкультурно-оздоровительного движения за здоровый образ жизни.			2
4	1	Лекция №4 Тема: Современные направления в деятельности фитнеса, новые оздоровительные технологии в физкультурно-оздоровительной практике			
5		Практическое занятие (ПЗ) №.1 Проблема здоровья взрослого населения и особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями. Текущий контроль № 1-опрос	2/5	9,0	2
6		ПЗ №2 Характеристика спортивных соревнований, необходимых для организации и проведения ФОР.			
Тема № 3 Физкультурно-оздоровительные технологии повышения эффективности педагогического процесса со взрослым населением					
7	1	Лекция №5 Тема: Функции тренера (воспитательная, планирования, учебно-тренировочная, контроля и учета). Педагогические способности, знания и умения тренера и специалиста ФОР.			
8	1	Лекция №6 Тема: Творческие способности, культура речи и экспрессивные способности. Требования к личности специалиста ФОР.			
9		ПЗ №.3 Содержание методического обеспечения занимающихся ОФК. Содержание методического обеспечения работников ФК.			
10		ПЗ №.4 Информация, пропаганда, агитация и реклама. Основные понятия и цели. Виды,			2

		средства и методы рекламы и пропаганды.			
Тема № 4 Средства и методы рекреационной двигательной деятельности с учётом половых и возрастных особенностей занимающихся, их профессиональной деятельности					
11	1	Лекция №7 Тема: <i>Планирование учебно-тренировочного процесса для взрослого населения в физкультурно-оздоровительной деятельности</i>			
12	1	Лекция №8 Тема: Методика составления групповых программ для занимающихся физ.- оздоровительными видами занятий различного возраста и уровня подготовленности.			
13	1	Лекция №9 Тема: Организация восстановительных мероприятий при систематических занятиях физкультурно-оздоровительной деятельностью			2
14		ПЗ №5. <i>Сущность оздоровительной тренировки. Её отличительные черты от спортивной тренировки.</i>			2
15		ПЗ №6 Современная информация о фитнесе, классификация новых видов двигательной активности (ДА) Текущий контроль №2 - Реферат	3/10	24,0	6
16		ПЗ №7. Методика проведения разминки для занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью			2
17		ПЗ №8 Методика составления групповых программ для занимающихся физкультурно-оздоровительных занятий различного возраста и уровня подготовленности			
18		ПЗ №9. Физическая подготовленность и методика развития физических способностей занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью (фитнесом). Текущий контроль №3 - Письменная работа (Конспект оздоровительной тренировки).	2/5	29,0	2
19		ПЗ №10 Задачи и средства реабилитации в условиях современных спортивно - оздоровительных клубах/комплексах			
20		ПЗ №11 Задачи и средства физической культуры при организации отдыха и культурного досуга.			
21		ПЗ №12. . Компоненты нагрузки, обеспечивающие оздоровительную направленность занятий (общие вопросы).			
22		ПЗ №13 Методика составления программ общей физической подготовки. Текущий контроль №4 - Письменная работа (Программа ОФП) Т	3/10	39,0	4
23		ПЗ №14. Круговая тренировка в ФОР со взрослым населением с различным уровнем подготовленности с использованием современных технологий.			
Тема №5 Технология реализации ВФСК «Готов к труду и обороне» в организациях различного типа					
24	1	Лекция №10 Тема: Технология реализации ВФСК «Готов к труду и обороне» в организациях различного типа			

25	ПЗ №15 Методика организации и проведения занятий круговым методом тренировки взрослого населения Текущий контроль №5 – письменная работа (программа занятия методом круговой тренировки) ,	5/10	50,0	2
26	ПЗ №16. Профессионально-прикладная направленность физического воспитания взрослого населения. Технология разработки комплексов физических упражнений с учётом характера труда.			
27	ПЗ №17. Технология реализации ВФСК «Готов к труду и обороне» в организациях различного типа Рубежный контроль 1	2/10	60,0	6
Рубежный контроль 2 (УМУ) - тестирование		5/10	70,0	4
Промежуточный контроль (экзамен)		22/30	100	6
Итоговая сумма баллов за 7 семестр		50/100	100	38

4 курс 7 семестр

Очная форма обучения

<i>Дополнительный модуль</i>			
№ п/п	Сроки проведения	Виды деятельности	Количество баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат.	10
2	По расписанию преподавателя	Опрос.	10
3	По расписанию преподавателя	Письменная работа	10
4	По расписанию преподавателя	Опрос.	10
5	По расписанию преподавателя	Презентация проекта	10
Итого:			50