

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

### **ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ВНЕАУДИТОРНОЙ РАБОТЫ**

**по дисциплине ОП.10, ОП.07 Теория и история физической культуры.**

*специальность 49.02.01 Физическая культура*

*квалификация Учитель по физической культуре, Педагог по физической  
культуре и спорту.*

Пермь  
2018

**Составитель:** Коломиец М.Г., преподаватель ГБПОУ «КОРПК»

Настоящие методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для студентов обучающихся по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Методические указания разработаны в соответствии с требованиями, предъявляемыми к освоению ФГОС .

Основная цель методических указаний - обеспечить студентов методикой выполнения самостоятельной работы во время карантина.

В методических указаниях изложен (краткая аннотация состава методических указаний).

## СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

### Задание №1

#### **РАЗДЕЛ 1 История физической культуры и спорта.**

Тема 1.4 Развитие физического воспитания и образования в России.

**1. Цель:** Зафиксировать последовательность и основные вехи в развитии теоретической мысли в области физического воспитания в России.

#### **2. Формулировка задания**

*Составьте хронологию развития и становления теории и методики физического воспитания и спорта, по теме 1.4.*

#### **3. Порядок выполнения самостоятельной работы**

**Для выполнения задания необходимо:**

**1.** Самостоятельно изучить тему 1.4 учебнику И.С. Барчуков «Теория и методика физического воспитания и спорта», или глава 6 Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования), в учебнике Б.Р.Голощапова «История физической культуры»).

*Рекомендации:* *составьте*  
*последовательность исторических событий* *во* *времени;*  
*законспектируйте текст*

**Норма времени на выполнение самостоятельной работы 2 часа**

#### **4. Требования к оформлению самостоятельной работы**

Самостоятельную работу необходимо выполнить в тетради по предмету в письменном виде.

#### **5. Форма контроля самостоятельной работы:**

*Выполненная работа представляется преподавателю в тетради по предмету в начале следующего занятия.*

### Задание №2

#### **РАЗДЕЛ 1 История физической культуры и спорта.**

Тема 1.6 Международное спортивное движение.

**1. Цель:** Актуальность проблем международного спортивного движения

**2. Формулировка задания.** Составить тезисы по проблемам международного олимпийского движения.

#### **3. Порядок выполнения самостоятельной работы**

**Для выполнения задания необходимо:**

**1.** Самостоятельно изучить главу 14 Проблемы международного спортивного движения. ), в учебнике Б.Р.Голощапова «История физической культуры»).

*Рекомендации: составление тезисов по каждой проблеме международного спортивного движения. Уметь обосновать актуальность той или иной проблеме.*

**Норма времени на выполнение самостоятельной работы 1 часа**

**4. Требования к оформлению самостоятельной работы**

Самостоятельную работу необходимо выполнить в тетради по предмету в письменном виде.

**5. Форма контроля самостоятельной работы:**

*Выполненная работа представляется преподавателю в тетради по предмету в начале следующего занятия.*

### **1.1 Нормативные требования ФГОС к организации самостоятельной работы студентов.**

Федеральные государственные стандарты (ФГОС) по каждой специальности содержат требования к организации самостоятельной работе студентов как обязательного инструмента формирования и развития общих и профессиональных компетенций обучающихся.

ФГОС СПО:

п. 7.1 .....При формировании ППССЗ образовательная организация: .....должна предусматривать в целях реализации компетентного подхода использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций, психологических и иных тренингов, групповых дискуссий) в сочетании с внеаудиторной работой для формирования и развития общих и профессиональных компетенций обучающихся

п. 7.1 .... При формировании ППССЗ образовательная организация: обязана обеспечивать эффективную самостоятельную работу обучающихся в сочетании с совершенствованием управления ею со стороны преподавателей и мастеров производственного обучения;

обязана обеспечить обучающимся возможность участвовать в формировании индивидуальной образовательной программы

п. 7.16. ППССЗ должна обеспечиваться учебно-методической документацией по всем дисциплинам, междисциплинарным курсам и профессиональным модулям ППССЗ.

Внеаудиторная работа должна сопровождаться методическим обеспечением и обоснованием расчета времени, затрачиваемого на ее выполнение.

### **1.2 Сущность понятия «самостоятельная работа обучающихся».**

**Самостоятельная внеаудиторная работа** – это планируемая работа обучающихся, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия и присутствия.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов

Все то, что не пересекается по темам с аудиторной работой, но без чего не может быть полностью изучена дисциплина - есть самостоятельная работа студента. Самостоятельная внеаудиторная работа не включается в нагрузку преподавателя.

**Самостоятельная работа предназначена** не только для овладения конкретной учебной дисциплиной, но и для формирования навыков самостоятельной работы вообще – в учебной, научной, профессиональной

деятельности, для приобретения способности принимать на себя ответственность, самостоятельно решать проблемы, находить конструктивные решения, выход из кризисной ситуации.

**Самостоятельная работа – эффективный инструмент формирования ОК и ПК!**

Самостоятельная работа обучающихся способствует:

- углублению и расширению знаний;
- формированию интереса к познавательной деятельности;
- овладению приемами процесса познания;
- развитию познавательных способностей;
- отработке умений;
- формированию ОК и ПК

### **1.3 Условия, влияющие на успешное выполнение самостоятельной работы.**

На успешное выполнение обучающимися самостоятельной внеаудиторной работы влияют следующие условия:

- 1) мотивированность учебного задания (для чего оно дается, чему способствует);
- 2) четкая постановка познавательных задач;
- 3) владение обучающимися алгоритмами, методами, способами выполнения такой работы;
- 4) четкое определение преподавателем форм отчетности, объема работы, сроков ее предоставления;
- 5) предоставление обучающимся консультационной помощи;
- 6) четкие критерии оценки результатов самостоятельной работы;
- 7) четкое определение форм отчетности по самостоятельной работе;
- 8) использование различных видов и форм контроля.

### **1.4 Основные требования к организации самостоятельной работы обучающихся.**

1. Любая самостоятельная работа на любом уровне самостоятельности должна выполняться с конкретной целью.
2. Каждый обучающийся должен знать приемы и порядок выполнения самостоятельной работы.
3. Самостоятельная работа должна соответствовать психофизиологическим и познавательным возможностям обучающихся.
4. Результаты самостоятельной работы обучающихся должны использоваться преподавателем в педагогическом процессе.
5. Должно быть обеспечено сочетание разнообразных видов самостоятельной работы и управление самим процессом работы.

6. Самостоятельная работа должна развивать познавательные способности, инициативу в принятии решений, творческое мышление обучающихся.
7. Самостоятельная работа должна быть организована так, чтобы обучающиеся вырабатывали универсальные умения (ОК).
8. Обязательно обеспечение увлекательности форм, процесса и учебного материала, используемых в процессе самостоятельной работы.
9. Необходимо использование междисциплинарных связей в ходе самостоятельной работы.
10. Добровольность и активность обучающихся в процессе выполнения самостоятельной работы.
11. Использование в самостоятельной работе современных средств информатизации образования.
12. Виды самостоятельной работы должны соответствовать профилю будущей профессиональной деятельности обучающихся.

### **1.5 Требования к формулировке самостоятельной работы.**

Тематика самостоятельной работы должна отражать вид и содержание деятельности студента, иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику специальности, содержание дисциплины. Формулировка самостоятельной работы должна быть однозначно понятна студенту.

Название самостоятельной работы должно быть сформулировано через деятельность и начинаться с отглагольного существительного (определение, анализ, разработка, проектирование, заполнение, составление и т.д.).

### **1.6 Примерный перечень видов самостоятельной работы обучающихся в образовательных учреждениях СПО.**

Студенту могут быть рекомендованы различные виды заданий:

- выполнение практических работ;
- выбор оптимального решения;
- выполнение расчетно-графических работ;
- анализ производственных ситуаций;
- решение ситуационных производственных задач;
- подготовка к деловым играм;
- подготовка рефератов, докладов;
- постановка экспериментов;
- исследовательская учебная работа;
- чтение текста первоисточника;
- чтение текста дополнительной литературы;
- составление плана текста;
- составление каталога;
- составление перечня;
- графическое изображение структуры текста;

- оформление технологической документации (или его фрагмента), технологического процесса;
- разработка комплекса мероприятий по повышению эффективности производственных процессов, снижению травматизма на производственном участке, снижению трудоемкости технологических процессов, повышению надежности работы агрегатов, узлов, систем и т.п.;
- анализ и разработка предложений по заданной производственной или рыночной ситуации, профессиональной проблеме и т.п.;
- разработка моделей производственных процессов, в том числе технологических;
- работа с программным пакетом в домашних условиях (учебная версия);
- разработка структурно-логических схем (классификаций) по заданию преподавателя;
- расшифровка какой-либо схемы с использованием условных обозначений;
- поиск в Интернете и оформление заданной информации в рамках изучаемой дисциплины/МДК;
- конспектирование текста;
- работа со словарями и справочниками;
- работа с нормативными документами;
- составление таблиц для систематизации учебного материала;
- анализ текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ и др.);
- составление библиографии, кроссвордов;
- тестирование;
- решение вариативных задач и упражнений;
- выполнение типовых расчетов;
- заполнение таблиц;
- копирование схем;
- составление тезисов доклада;
- разработка плана производства;
- анализ проблемных ситуаций;
- подготовка к проектам и др.