Кировское областное государственное профессиональное образовательное автономное учреждение

 «Орловский колледж педагогики и профессиональных технологий»

**Учебная дисциплина**

**«Теория физической культуры»**

**Методические указания и контрольные задания**

**для студентов-заочников по специальности**

**49.02.01 «Физическая культура»**

Методические указания

составлены в соответствии

с рабочей программой

учебной дисциплине «Теория физической культуры»

по специальности

 49.02.01 «Физическая культура»

Краевым А.Г.

Орлов, 2017

**Методические рекомендации по подготовке и выполнению контрольной работы**

***1.* Назначение контрольной работы**

Выполнение контрольной работы является основной частью самостоятельной работы студентов ипредусматривает индивидуальную работу студентов с учебной литературой и первоисточниками.

Целью контрольной работы является решение конкретной теоретической или практической задачи для выяснения степени усвоения изучаемого материала.

**2. Примерная структура и оформление контрольной работы**

Контрольная работа содержит:

- титульный лист (образец прилагается)

- список используемой литературы

К выполнению контрольной работы предъявляются следующие требования:

- работа выполняется самостоятельно, творчески, недопустимо просто переписывание текста учебника и *иных* источников;

- работе должны быть присущи краткость, информативность, определенная структура;

- должны быть обозначены номер и содержание вопроса, на который дается ответ;

- все листы обязательно должны быть жестко скреплены;

- каждая страница должна быть пронумерована вверху листа;

- каждая страница должна иметь стандартные поля: 3,0; 1,0; 2,0, 2,0;

- работа выполняется в компьютерном варианте (шрифт Times New Roman, размер 12, интервал 1,0,),

-объем работы до 5 стр.

**3. Методические советы по выполнению контрольной работы**

При подготовке к написанию контрольной работы следует внимательно прочитать рекомендуемую литературу, конспектируя сущность прочитанного, выписывая цитаты, записывая собственные мысли. Затем рекомендуется еще раз обдумать порядок изложения, уточнить формулировки сверить цитаты и уже после этого приступать к написанию текста.

Контрольная работа выполняется на основе рекомендованной преподавателем учебной литературы или самостоятельно найденных источников, которые включаются в список литературы.

После окончания и оформления контрольной работы студент сдает её заведующей з/о в первый день учебной сессии.

Контрольная работа оценивается отметкой: «зачтено», «не зачтено», Положительное оценивание контрольной работы является допуском к экзамену

Содержание контрольной работы включено в содержание диф.зачета по учебной дисциплине «Теория физической культуры»

***Образец оформления титульного листа***

Кировское областное государственное профессиональное образовательное автономное учреждение

 «Орловский колледж педагогики и профессиональных технологий»

**Контрольная работа**

**Учебная дисциплина**

**«Теория физической культуры»**

Работа выполнена студентом/студенткой заочного отделения по специальности 49.02.01«Физическая культура»

ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата сдачи работы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Оценка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Преподаватель Краев А.Г.

Орлов, 2017

**Задание**:

1. выбрать раздел (лыжная подготовка, гимнастика, спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол) , легкая атлетика) из школьной программы по физическому воспитанию
2. Определить тему в соответствии с разделом.
3. Поставить цель, задачи (образовательная (до 3), оздоровительная (до 3), воспитательная (до 3) на один урок физической культуры.
4. Подобрать средства физического воспитания ( физические упражнения) на решение поставленных задач ( по 3 упражнения на каждую задачу)

Литература

Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы . Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: Пособие для учителей общеобразовательных организаций/ В.И.Лях.-М.: Просвещение 2014.-104с.

Литература (есть в электронной библиотеке)

# Грецев Г.Е.,Войнова С.Е. и др. «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика»

# Железняк Ю.Д. «Теория и методика спортивных игр»

# Макаров Ю.М., Луткова Н.В. и др. « Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры»

# Нестеровский Д.И.»Теория и методика баскетбола»

# Сергеев В.А., Мурашко Е.В. и др. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт

# Терехина Р.Н., Крючек Е.С. и др. « Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»

1. Торочкова Т. Ю. и др. «Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом»
2. Холодов Ж.К. , Кузнецов В.С. «Теория и методика физической культуры и спорта»