
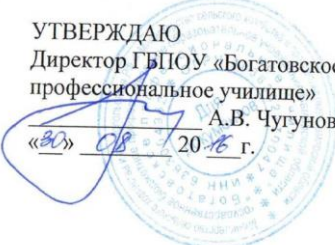


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «БОГАТОВСКОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ»**

РАССМОТРЕНО
на заседании
методической комиссии
 Т.Н. Чешко
«29» 07 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ «Богатовское
профессиональное училище»
А.В. Чугунов
 «30» 08 2016 г.


**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
СТУДЕНТОВ**

по учебной дисциплине

ФК.00 Физическая культура
общепрофессионального цикла

подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии:
35.01.11 Мастер сельскохозяйственного производства

Разработал:
Преподаватель: Попов
Дмитрий Валериевич

с. Богатое 2016 г.

Данные методические рекомендации помогут преподавателям профессионального училища и других учреждений НПО организовать самостоятельную деятельность студентов на основе компетентного подхода к обучению, что соответствует требованиям ФГОС нового поколения.

Составитель: Попов Д.В., преподаватель

ГБПОУ «Богатовское профессиональное училище»

Дата актуализации	Результаты актуализации	Подпись разработчика

Содержание

1. Общие положения.....	4
2. Виды самостоятельных работ по Физической культуре.....	5
3. Виды внеаудиторной самостоятельной работы по Физической культуре	5
4. Памятка преподавателю по организации самостоятельной работы студентов.....	5
5. Освоение физических упражнений различной направленности; занятия дополнительными видами спорта, подготовка к выполнению нормативов (ГТО) и др	7
Список использованной литературы.....	9

1. Общие положения

Одной из важнейших стратегических задач современной профессиональной школы является формирование профессиональной компетентности будущих специалистов. Квалификационные характеристики по профессиям начального профессионального образования новых образовательных стандартов третьего поколения содержат такие требования, как умение осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития; использовать информационно-коммуникативные технологии для совершенствования профессиональной деятельности; заниматься самообразованием. Обозначенные требования к подготовке студентов делают их конкурентоспособными на современном рынке труда.

В этой связи, всё большее значение приобретает самостоятельная работа обучающихся, создающая условия для формирования у них готовности и умения использовать различные средства информации с целью поиска необходимых знаний.

Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем.

Самостоятельная работа всегда завершается какими-либо результатами. Это выполненные задания, упражнения, решенные задачи, написанные сочинения, заполнение таблицы, построенные графики, подготовленные ответы на вопросы.

Таким образом, широкое использование методов самостоятельной работы, побуждающих к мыслительной и практической деятельности, развивает столь важные интеллектуальные качества человека, обеспечивающие в дальнейшем его стремление к постоянному овладению знаниями и применению их на практике.

Самостоятельная работа является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ. В связи с этим она распределяется преподавателями при составлении календарно-тематических планов, рабочих программ и фонда оценочных средств по учебным дисциплинам и составляет 50% от общей учебной нагрузки.

2. Виды самостоятельных работ по Физической культуре

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом творческой, исследовательской деятельности.

По учебной дисциплине Физическая культура практикуются следующие виды и формы самостоятельной работы студентов:

- Освоение физических упражнений различной направленности; занятия дополнительными видами спорта, подготовка к выполнению нормативов (ГТО) и др.
- выполнение самостоятельных работ;

3. Виды внеаудиторной самостоятельной работы по Физической культуре

В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы:

- аудиторная;
- внеаудиторная.

Если аудиторная самостоятельная работа выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию, то внеаудиторная самостоятельная работа выполняется учащимся по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно рабочей программе учебной дисциплины.

По Физической культуре используются следующие виды внеаудиторной самостоятельной работы:

- освоение физических упражнений различной направленности; занятия дополнительными видами спорта, подготовка к выполнению нормативов (ГТО) и др.

4. Памятка преподавателю по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельную работу необходимо организовывать во всех звеньях учебного процесса, в том числе и в процессе усвоения нового материала.

Студентов необходимо ставить в активную позицию, делать их непосредственными участниками процесса познания.

Организация самостоятельной работы должна способствовать развитию мотивации учения.

Самостоятельная работа должна носить целенаправленный характер, быть чётко сформулированной.

Содержание самостоятельной работы должно обеспечивать полный и глубокий комплекс заданий студентам.

В ходе самостоятельной работы необходимо обеспечить сочетание репродуктивной и продуктивной учебной деятельности студента.

При организации самостоятельной работы необходимо предусмотреть адекватную обратную связь, т.е. правильно организовать систему контроля.

Выполнение задания оценивается в системе 100 балльной и 5-и балльной оценки знаний следующим образом:

- 86-100 баллов - «отлично»;
- 70-75 баллов - «хорошо»;
- 51-69 баллов - «удовлетворительно»;
- менее 51 балла - «неудовлетворительно».

Баллы учитываются в процессе текущей оценки знаний программного материала.

Выполнение упражнений различной направленности содержится в методических рекомендациях к практическим занятиям

Освоение физических упражнений различной направленности; занятия дополнительными видами спорта, подготовка к выполнению нормативов (ГТО) и др.

№	Профессия	Кол-во	Темы	Кол-во часов
1	Мастер сельскохозяйственного производства	24	<p>№1 Влияние занятия физическими упражнениями на состояние здоровья и работоспособность.</p> <p>№2 Гигиенические правила при выполнении физических упражнений.</p> <p>№3 Закаливание водой и воздухом.</p> <p>№4 Режим дня и двигательный режим.</p> <p>№5 Правила и формы занятий физическими упражнениями доступными видами спорта в свободное время.</p> <p>№6 Основы знаний и личной гигиены сна, питания, труда и отдыха.</p> <p>№7 Закрепление техники метания гранаты.</p> <p>№ 8 Профилактические меры по предупреждению травматизма во время занятий физическими упражнениями.</p> <p>№9 Закрепление техники упражнений с гантелями.</p> <p>№10 Специальные физические упражнения при нарушениях осанки, ожирении, плоскостопии.</p> <p>№11 Повышение физической и умственной работоспособности средствами физической культуры.</p> <p>№12 Правила и назначение спортивных соревнований.</p> <p>№13 Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.</p> <p>№14 Влияние регулярных занятий физическими упражнениями на здоровье человека.</p> <p>№15 Методические основы производственной физической культуры.</p> <p>№16 Повышение физической и умственной</p>	100 часов

			<p>работоспособности средствами физической культуры.</p> <p>№17 Как заменить вредные привычки (курить, употреблять наркотики и спиртные напитки) на занятия физическими упражнениями.</p> <p>№18 Физическая культура и спорт - одно из средств разностороннего развития личности, подготовки к трудовой и общественной деятельности.</p> <p>№19 Общая физическая, специальная, и спортивная подготовка в системе физического воспитания.</p> <p>№20 Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.</p> <p>№21 Определение понятия профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП), её места в системе физического воспитания студентов.</p> <p>№22 Цели и задачи ППФП.</p> <p>№23 Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки студентов.</p> <p>№24 Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.</p>	
--	--	--	--	--

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
2. Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г. И. Физическая культура: учеб.пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014