

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГОРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

УТВЕРЖДАЮ

**Проректор по научной работе,
профессор В.Л. ТРУШКО**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
«Методика физического воспитания»**

**по научной специальности
13.00.04 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Санкт-Петербург
2011

ВВЕДЕНИЕ

Изучение данной дисциплины предполагает получение аспирантами знаний и умений самостоятельной (индивидуальной) работы с различными информационными источниками.

Цель изучения дисциплины

Дисциплина «Методика физического воспитания» способствует:

- развитию **навыков** самостоятельной аналитической и научно-исследовательской работы;
- формированию **умений**:
 - самостоятельно анализировать научную и публицистическую литературу по современным направлениям в области физической культуры;
 - извлекать, анализировать и оценивать информацию;
 - ориентироваться профессиональной литературе
- формированию навыков: владения методами и средствами разработки документации
 - навыками публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики;
 - навыками оперировать терминологическими оборотами.
 - навыками сотрудничества, ведения переговоров и разрешения конфликтов;
- совершенствованию своих педагогических приёмов и способов эмпирических исследований.

Для успешного изучения «методики физического воспитания», требуется значительный объём самостоятельной работы.

В предлагаемых методических указаниях приводятся программа самостоятельной работы, распределение бюджета времени на самостоятельное изучение разделов дисциплины, рекомендации по написанию и оформлению реферата, перечень тем для написания реферата, список рекомендуемых литературных источников.

1. Распределение бюджета времени на самостоятельную работу аспиранта по изучению дисциплины

Изучение дисциплины предусматривает самостоятельную работу аспиранта по освоению учебного материала с подготовкой и оформлением реферата. Распределение общего бюджета времени на изучение дисциплины «Методика профессионального образования» приведено ниже.

Вид учебной работы	Всего часов	
Всего	72	
Самостоятельная работа:	72	
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>		
Изучение научной литературы и методике физическо-го воспитания	72	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Зачет	
Общая трудоемкость	час	72
	зач. ед.	2

Для успешного изучения дисциплины «Информационно-поисковая практика» аспирантами учебной программой выделяется 72 часов на самостоятельную работу для углублённого изучения теоретического и практического материала данной дисциплины.

Основной целью самостоятельной работы является формирование навыков и умений работать с учебной и научной литературой, периодическими изданиями и информационными ресурсами в сети Internet. Структура бюджета времени на самостоятельное изучение дисциплины приведена в таблице.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Всего час.
1.	Работа с библиографическими карточками	12
2.	Поиск информации в сети Internet	12
3.	Обобщение изученной информации	12
4.	Формация полученной информации	12
5.	Выделение основных методов физического воспитания	12
6.	Изучение особенностей выделенных методик	12
Итого		72

ЛИТЕРАТУРА

ОСНОВНАЯ

1. Ашмарин Б.А., Завьялов Л.К., Курамшин Ю.Ф. Педагогика физической культуры: Учеб. пособие. – СПб.: ЛГОУ, 1999. – 352 с.
2. Введение в теорию физической культуры: Учеб. пособие для ин-тов физ. культуры/ Под ред. Л.П. Матвеева. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 128с.
3. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: 4-й филиал Воениздата, 2001. – 319 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
5. Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учеб. пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина и В.И. Попова; СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 324 с.

6. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студ. фак. физ. культуры пед. ин-тов по специальности 0303 «Физическая культура»/ Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
7. Теория и методика физической культуры: учебник/ под. Ред. Ю.Ф. Курамшина. –М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: Изд. центр «Академия», 2000. – 480 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

1. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
2. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М.: Физкультура и спорт, 1991. – 288 с.
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 1986.
4. Брехман И.И. Ведение в валеологию – науку о здоровье. – Л., 1987
5. Визитей Н.Н. Физическая культура личности. – Кишинев: Штиинца, 1989. – 169 с.
6. Вилинский М.Я. Физическая культура в научной организации процесса обучения в высшей школе. - М.: Физкультура и спорт, 1992.
7. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. – М., 1996
8. Виноградов П.А., Гуськов С.И. Рекреация по американски. – М., 1990
9. Виру А.А., Юркемяэ Г.А., Смирнова Г.А. Аэробные упражнения. – М., 1988
10. Выдрин В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры: Учеб. пособие/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2001. – 76 с.
11. Выдрин В.М. Теория и методика физической культуры (культуроведческий аспект): Учеб. пособие/ ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988. – 45с.
12. Гуревич И.А. 1500 упражнений для круговой тренировки. – Минск: Высшая школа, 1976. – 304 с.
13. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию. – Минск: Высшая школа, 1994. – 319 с.
14. Дмитриев С.В. Дидактические основы ценностно-смыслового и биомеханического моделирования двигательных действий спортсмена. – Н.Новгород, 1995. – 150 с.
15. Донской Д.Д. Законы движений в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1968. – 175 с.
16. Евстафьев В.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры: Мат-лы к лекциям и семинарам/ ВИФК. – Л., 1985. – 133 с.
17. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 1970. – 199 с.
18. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания (Факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности) – М.: Просвещение, 1983.–223 с.
19. Крючек Е.С., Кудашова Л.Г. нетрадиционные виды гимнастики в массовой физкультурно-оздоровительной работе. – СПб., 1994
20. Курамшин Ю.Ф. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств: Теория и технология применения/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1998. – 76 с.
21. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека/ ГЦИФК. – М., 1992. – 120 с.
22. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. – Ростов н/Д, 2002
23. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М., 2002
24. Настольная книга учителя физической культуры/ Под ред. Л.Б.Кофмана; Авт.-сост. Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. - М.: Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

25. Николаев Ю.М. Теоретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века. – СПб., 1998. – 217 с.
26. Очерки по теории физической культуры/ Сост. и общ. ред. Л.П.Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1984. – 248 с.
27. Пономарев Н.И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1996. – 284 с.
28. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. – Минск, 1985. – 138 с.
29. Селуянов В.Н., Мякинченко Е.Б. Основы теории оздоровительной физической культуры: Учеб. пособие. – М., 1994
30. Сирис П.З., Кабачков В.А. Профессионально-производственная направленность физического воспитания школьников: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1988. – 160 с.
31. Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т. 1. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 304 с.
32. Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т. 2. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 256 с.
33. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. Оздоровительный фитнес. – Киев, 2000
34. Хрестоматия по физической культуре: Учеб. пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина, Н.И. Пономарева, В.И. Григорьева. – СПб.: Изд-во СПб ГУЭФ, 2001. – 254 с.

РАЗРАБОТАЛ:

Зав. кафедры физического воспитания
доцент, канд. пед. наук

Г.В. Руденко