

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»  
**Димитровградский инженерно-технологический институт -**  
филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего  
образования  
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»  
**(ДИТИ НИЯУ МИФИ)**

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**по выполнению практических работ**

**в преподавании учебной дисциплины**

**СОО.03 Адаптационная физическая культура**

программы подготовки специалистов среднего звена по специальности

44.02.02 Преподавание в начальных классах

Форма обучения: очная

Учебный цикл: СОО

Разработчик: Махмадуллаев С.А., преподаватель ДИТИ НИЯУ МИФИ

Димитровград

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
Матрица результатов освоения дисциплины.....	4

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические рекомендации по выполнению практических работ в преподавании учебной дисциплины СОО. 03 Адаптационная физическая культура (далее – методические рекомендации) определяют планирование, организацию и проведение практических занятий по учебной дисциплине СОО. 03 Адаптационная физическая культура (далее – по учебной дисциплине).

Практические занятия относятся к основным видам учебных занятий и составляют важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки. Учебным планом по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах (базовая подготовка) предусмотрено количество практических работ по соответствующей дисциплине. Тематика практических работ определяются преподавателем и должна соответствовать содержанию рабочей программы.

Выполнение обучающимся практических занятий направлено на:

- формирование личностных, предметных и метапредметных результатов;
- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных теоретических знаний по конкретным темам учебной дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- выработку при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

В предлагаемых методических рекомендациях предложены инструкционные карты для проведения практических работ, где:

- отражены цели занятия, личностные, предметные и метапредметные результаты освоения дисциплины – в матрице;
- указывается оснащение занятия, необходимая для проведения практических занятий литература;
- предусмотрены различные виды деятельности обучающихся и задания, а также алгоритм их выполнения.

Данные методические материалы могут быть использованы преподавателями, ведущими учебную дисциплину, обучающимися при проведении практических занятий, а также администрацией техникума для руководства по контролю за организацией практических занятий.

Реализация учебной дисциплины при выполнении практических работ направлена на формирование воспитательного потенциала: В8 Формирование культуры здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья.

### Матрица результатов освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины	Номер инструкционной карты																											
	1	2	3	5	7	9	12	16	19	21	2	2	25	2	28	3	31	33	38	40	42	44	47	50	55	5	5	
			-	-	-	-	-	-	-	-	3	4	-	7	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	9
			4	6	8	1	15	18	20	22			26	29		32	37	39	41	43	46	49	54	57				
<b>Личностные результаты отражают</b>																												
<b>ЛР1.</b> Осознание обучающимися российской гражданской идентичности	+																											
<b>ЛР2.</b> Готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
<b>ЛР3.</b> Наличие мотивации к обучению и личностному развитию	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
<b>ЛР4.</b> Целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного	+																											

мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы																												
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Результаты освоения дисциплины	Номер инструкционной карты																											
	1	2	3	5	7	9-	12	16	19	21	2	2	25	2	28	3	31	33	38	40	42	44	47	50	55	5	5	
			-	-	-	1	-	-	-	-	3	4	-	7	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	9
			4	6	8	1	15	18	20	22			26		29		32	37	39	41	43	46	49	54	57			
<b>ЛР5.</b> Личностные результаты освоения основной образовательной программы достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации, осуществляющей образовательную деятельность, соответствия традиционными российскими социокультурными, историческими и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения, и способствуют процессам самопознания	В	С	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Метапредметные результаты</b>																												

<b>МР1</b> освоенные обучающимися межпредметные понятия               и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные)	+																											

Результаты освоения дисциплины	Номер инструкционной карты																											
	1	2	3	5	7	9-1	12	16	19	21	2	2	25	2	28	3	31	33	38	40	42	44	47	50	55	5	5	
			-	-	-	1	-	-	-	-	3	4	-	7	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	9
			4	6	8	1	15	18	20	22			26		29		32	37	39	41	43	46	49	54	57			
<b>МР2</b> способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной	+					+	+	+	+				+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	

образовательной траектории																														
<b>МР3</b> овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Результаты освоения дисциплины	Номер инструкционной карты																												
	1	2	3-4	5-6	7-8	9-11	12-15	16-18	19-20	21-22	23	24	25-26	27	28-29	30	31-32	33-37	38-39	40-41	42-43	44-46	47-49	50-54	55-57	58	59		
<b>Предметные результаты</b>																													
ПР1 умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

<p>том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)</p>																																							
<p>ПР2 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью</p>	+																																						



Результаты освоения дисциплины	Номер инструкционной карты																											
	1	2	3	5	7	9-1	12	16	19	21	2	2	25	2	28	3	31	33	38	40	42	44	47	50	55	5	5	
			-	-	-	1	-	-	-	-	3	4	-	7	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	9
			4	6	8	1	15	18	20	22			26		29		32	37	39	41	43	46	49	54	57			
ПР3 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ПР4 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ПР5 владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

