

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ
ПО НОВЫМ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫМ ВИДАМ**

Направление подготовки/специальность:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование
(спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

Красноярск 2022

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» составлена доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В. Ветровой, доцентом Ю.В. Шевчук, ст. преп. С.В. Тарапатиным

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 8 от "4" мая 2020 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г.



(ф.и.о., подпись)

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

"20" мая 2020 г.

Председатель

Бордуков М.И.



(ф.и.о., подпись)

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» актуализирована доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В. Ветровой, доцентом Ю.В. Шевчук

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 9 от "12" мая 2021 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г.



(ф.и.о., подпись)

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

"21" мая 2021 г.

Председатель

Бордуков М.И.



(ф.и.о., подпись)

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» актуализирована доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В. Ветровой, доцентом Ю.В. Шевчук

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 9 от "4" мая 2022 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г.



(ф.и.о., подпись)

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

"19" мая 2022 г.

Председатель

Бордуков М.И.



(ф.и.о., подпись)

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» актуализирована доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В. Ветровой, доцентом Ю.В. Шевчук
Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

Протокол №9 от «4» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина

Протокол №9 от «19» мая 2022г.

Председатель



Кондратюк Т.А.

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2020/21 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство просвещения» в соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации от 6 апреля 2020 года № 907-р.

2. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлена «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта
протокол № 8 от «04» мая 2020 г.

Заведующий кафедрой


М.Г. Янова

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол № 8 от «20» мая 2020 г.

Председатель НМСС


М.И. Бордуков

Пояснительная записка

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» для подготовки обучающихся по направлению подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями) Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (уровень бакалавриата), утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 21.11.2014г. № 1505 (зарегистрировано в Минюсте России 19.12.2014г. № 35263), профессиональным стандартом «Педагог», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 544н (зарегистрировано в Минюсте России 6.12.2013г. № 30550).

Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» изучается с 1 по 8 семестры – на 1- 4 курсах. Код модуля в учебном плане – Б1.ВД. 0. Код дисциплины в учебном плане – Б1.ВД.01.10

Общая характеристика (аннотация)

Цель:

Формирование системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области преподавания базовых видов спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

Задачи:

- Формирование теоретических знаний и практического опыта, необходимого в проведении гимнастики;
- Развитие способностей к действиям, необходимым в повседневной практической деятельности, а также в других видах спорта;
- Совершенствование двигательные качества и содействовать повышению возможностей функциональных систем организма, влияющих на выполнение двигательной деятельности;
- Формирование умения экономно и целесообразно выполнять двигательные действия;
- Развитие способностей анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы по проведению базовых видов спорта.

Вид(ы) профессиональной деятельности (согласно ФГОС ВО): Педагогический вид деятельности

Трудоемкость дисциплины

На дисциплину выделяется 106 часов (3 з.е.), практическая подготовка (занятия проводятся в гимнастическом зале), 4 курс – 8 семестр - экзамен.

Цель освоения дисциплины: формирование у студентов-бакалавров системы знаний о системе образования в целом; системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области преподавания новых физкультурно-спортивных видов спорта: шейпинга, аэробики, атлетической гимнастики и реализация их в своей профессиональной деятельности.

Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам»	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам»	Код результата обучения (компетенция)
Выявление уровня понимания у учащихся здорового образа жизни	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. теоретические основы физического воспитания и спорта, 2. средства и методы физического воспитания, обще-методические и специфические принципы физического воспитания, <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. применять на практике знания в области физической культуры; 2. проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе занятий; 3. применять современные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания учащихся в контексте формирования представления о ценности своего здоровья <p>Владеть:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. традиционными и современными технологиями профессиональной деятельности 2. актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека; 	Готовность к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса (ОПК-3)
Развитие двигательных и психических способностей, необходимых для успешного овладения гимнастическими упражнениями различной сложности, бытовыми, профессиональными, военно-	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. основы теории и методики обучения двигательным действиям, теоретико-практические основы развития физических качеств 2. основы теории и методики обучения двигательным действиям, теоретико-практические основы развития физических качеств 3. сущность общеобразовательной направленности содержания и методов преподавания предмета <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. применять на практике знания в области физической культуры; 	способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения

<p>прикладными двигательными умениями и навыками.</p>	<p>2. применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно - спортивных занятий</p> <p>Владеть:</p> <p>1. основами формирования двигательных действий и развития физических качеств;</p> <p>2. знаниями по основам теории и методики физического воспитания, используя специальную литературу</p> <p>3. Владеет необходимыми тестами для определения уровня физической и функциональной подготовленности</p> <p>4. Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства</p>	<p>качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого предмета (ПК-4)</p>
---	---	---

Контроль результатов освоения дисциплины

Текущий контроль успеваемости осуществляется путём оценки результатов выполнения заданий, практических, самостоятельных работ, посещения занятий.

Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация) осуществляется в форме зачёта, на котором оценивается творческая работа, выполняемая в течение семестра и экзамена на котором оцениваются ответы на вопросы дисциплины.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:

- современное традиционное обучение (лекционно – семинарская - зачётная система);
- интерактивные технологии (дискуссия);
- технология проектного обучения (кейс-метод);
- проблемное обучение.

Технологическая карта обучения дисциплине
Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам
студентов ООП

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование
(спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр
по очной форме обучения

Модули. Наименование разделов и тем	Всего час. (з.е.)	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов/ Самостоят. работа	Формы и методы контроля
		всего	лекций	семинаров	Лаб/пр		
Раздел 1. Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг, аэробика			18		92		
Тема 1. Теоретическое содержание предмета							Доклад с презентацией
Тема 2. Разработка, запись и проведение комплексов упражнений							Проверка конспекта
Тема 3. Методика проведения отдельных частей занятия							Выполнение учебных комплексов
Тема 4. Методика проведения занятия в целом							Проведение комплексов упражнений
Раздел 2. Новые физкультурно-спортивные виды: атлетическая гимнастика							
Тема 5. Теоретическое содержание предмета							Доклад с презентацией
Тема 6. Разработка, запись и проведение комплексов упражнений							Проверка конспекта
Тема 7. Методика проведения отдельных частей занятия							Выполнение учебных комплексов
Тема 8. Методика проведения занятия в целом							Проведение комплексов упражнений

Образовательная деятельность по образовательной программе проводится:

1) в форме контактной работе.

Контактные часы = Аудиторные часы + КРЗ + КРЭ

Аудиторные часы = Лекции + Лабораторные + Практические.

КРЗ – контактная работа на зачете.

КРЭ – контактная работа на экзамене.

2) в форме самостоятельной работы обучающихся – работы обучающихся без непосредственного контакта с преподавателем;

3) в иных формах, определяемых рабочей программой дисциплины.

Контроль – часы на подготовку к экзамену по очной и заочной формам обучения, часы на подготовку к зачету по заочной форме обучения.

ИТОГО часов = контактные часы + самостоятельная работа+ контроль

Содержание основных разделов и тем дисциплины

Раздел 1 . Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг, аэробика

Тема 1. Теоретическое содержание предмета

- История развития шейпинга, аэробики
- Структура, содержание и регулирование тренировочной нагрузки
- Особенности проведения занятий шейпингом, аэробикой для обучающихся различных возрастов.

Тема 2. Разработка, запись комплексов упражнений

- Записать комплекс упражнений
- Записать комплекс упражнений в партере
- Записать комплекс упражнений с предметами (гантели, фитболы, степы и др.)

Тема 3. Методика проведения отдельных частей занятия

- Задачи, решаемые в подготовительной, основной и заключительной части занятия.
- Содержание каждой части урока.
- Способы проведения частей (каждой в отдельности) урока.

Тема 4. Методика проведения занятия в целом

- Проведение комплекса упражнений
- Проведение комплекса упражнений в партере
- Проведение комплекса упр. с предметами (гантели, фитболы, степы и др.)

Раздел 2. Новые физкультурно-спортивные виды: атлетическая гимнастика

Тема 5. Теоретическое содержание предмета

- Структура, содержание и регулирование тренировочной нагрузки
- Возрастные основы силовой подготовки
- Тренажерные устройства

Тема 6. Запись комплексов упражнений

- Записать комплекс упражнений для верхнего плечевого пояса
- Записать комплекс упражнений для мышц спины
- Записать комплекс упражнений для мышц ног

Тема 7. Методика проведения отдельных частей занятия

- Задачи, решаемые в подготовительной, основной и заключительной части занятия.
- Содержание каждой части урока.
- Способы проведения частей (каждой в отдельности) урока

Тема 8. Методика проведения занятия в целом

- Проведение комплекса упражнений для верхнего плечевого пояса
- Проведение комплекса упражнений для мышц спины
- Проведение комплекса упражнений для мышц ног

Методические рекомендации по освоению дисциплины

Рекомендации по работе на лекциях

В понятие лекции вкладывается два смысла: лекция как вид учебных занятий, в ходе которых в устной форме преподавателем излагается предмет, и лекция как способ подачи учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения. В данном случае мы рассматриваем лекцию как вид учебных занятий.

Как правило, лекция содержит какой-либо объем научной информации, имеет определенную структуру (вводную часть, основное содержание, обобщение, промежуточные и итоговые выводы и др.), отражает соответствующую идею, логику раскрытия сущности рассматриваемых явлений.

По своему характеру и значимости сообщаемая на лекции информация может быть отнесена к основному материалу и к дополнительным сведениям. Целевое назначение последних – помогать слушателям в осмыслении содержания лекции, усиливать доказательность изучаемых закономерностей, раскрывать историю и этапы науки, общественной жизни, взглядов, теорий и пр. К таким сведениям относятся исторические справки, табличные и другие данные, примеры проявления или использования психолого-педагогических закономерностей в учебно-воспитательном процессе и пр.

Учебные дисциплины отличаются предметом и методами исследования, характером учебного материала, излагаемого на лекциях.

Отличаются лекции по манере чтения. Одни лекторы объяснение ведут размеренно, спокойно, не повышая голоса, другие – темпераментно, живо. У отдельных преподавателей речь строгая, лаконичная, у иных она образная, поэтому требуется определенное время, привыкнуть к этому и понимать объяснение.

Посещение студентами лекционных занятий – дело крайне необходимое, поскольку лекции вводят в науку, они дают первое знакомство с научно-теоретическими положениями данной отрасли науки и, что особенно важно и что очень сложно осуществить студенту самостоятельно, знакомят с методологией науки. Лекции предназначены для того, чтобы закладывать основы научных знаний, определять направление, основное содержание и характер всех видов учебных занятий, а также самостоятельной работы студентов.

Систематическое посещение лекций, активная мыслительная работа в ходе объяснения преподавателем учебного материала позволяет не только понимать изучаемую науку, но и успешно справляться с учебными заданиями на занятиях других видов (практических, лабораторных и т.д.), самостоятельно овладевать знаниями во внеучебное время.

Рекомендации, как работать на лекции.

Слушать лекции надо сосредоточено, не отвлекаясь на разговоры и не занимаясь посторонними делами. Механическое записывание отдельных фраз без их осмысления не оставляет следа ни в памяти, ни в сознании.

В ходе лекции полезно внимательно следить за рассуждениями лектора, выполняя предлагаемые им мыслительные операции и стараясь дать ответы на поставленные вопросы, надо, как говорят, слушать активно.

При этом следует вырабатывать у себя критическое отношение к существующим научным положениям, не принимать всё сказанное на веру, пытаться самостоятельно вникнуть в сущность изучаемого и стремиться обнаружить имеющиеся порой несоответствия между тем, что наблюдается, и тем, что об этом говорит теория.

Особое внимание надо обращать на указания и комментарии лектора при использовании им наглядных пособий (плакатов, схем, графиков и др.), следить за тем, что преподаватель показывает, не конспектируя в это время. Порой вод кривой графика или элемент схемы, диаграмма дает важную информацию, которую лектор анализирует. Одновременное восприятие визуально и на слух способствует лучшему усвоению.

Опытные преподаватели при чтении лекций удачно проводят анализ явлений, событий, делают обобщения, умело оперируют фактическим материалом при доказательстве или опровержении каких-либо положений.

Надо внимательно прислушиваться и присматриваться к тому, как все это делает лектор, какие средства использует для того, чтобы достичь убедительности и доказательности в рассуждениях. Это помогает выработать умение анализа и синтеза, способности к четкому и ясному изложению мыслей, логичному и аргументированному доказательству высказываний и положений.

Конспект лекций не должен представлять собой стенографическую запись её содержания. Необходимо прослушать, продумать, а затем записать высказанную лектором мысль. Дословно записывать лекцию нецелесообразно, так как в этом случае не хватает времени на обдумывание. Следует схватывать общий смысл каждого этапа или периода лекции и сжато излагать его в конспекте.

При конспектировании лекций по общественным и гуманитарным наукам важно правильно выбрать момент записи; тот момент, когда чувствуется, что преподаватель должен переходить к новому вопросу или разделу. В процессе этого перехода лектор обычно пользуется некоторыми связующими словами, Фразами или дополнительными комментариями к прочитанному, и запись сделана без ущерба для понимания лекции.

В конспект следует заносить записи, зарисовки, выполненные преподавателем на доске, особенно если он показывает постепенное, последовательное развитие какого-то процесса, явления и т.п.

Надо стремиться записывать возникающие при слушании лекции мысли, вопросы, соображения, которые затем могут послужить предметом дальнейших рассуждений, а иногда и началом поисково-исследовательской работы. Для сокращения времени таких записей рекомендуется выбрать свою систему условий обозначений (восклицательный знак, знак вопроса, плюс, галочка и др.), которые следует проставлять на полях конспекта в тех местах, где возник вопрос или появились какие-то соображения. Это помогает при проработке конспекта возвращаться к возникающим на лекции мыслям или сомнениям.

Если преподаватель при чтении лекции строго придерживается учебника или какого-то пособия, есть смысл содержания лекции не записывать, но записывать отдельные резюмирующие выводы или факты, которые не содержатся в учебной литературе. Опытные лекторы, как правило, громкостью, темпом речи, интонацией выделяют в лекции главные мысли и иллюстрированный материал, который достаточно прослушать только для справки. Поэтому надо внимательно вслушиваться в речь преподавателя и сообразно этому вести записи в конспекте.

Качество конспекта в значительной мере зависит от индивидуальных особенностей восприятия и памяти студента. Один в состоянии, слушать лекцию, делать краткие записи её содержания или выводов своими словами. Другим это не удастся. Им необходимо более строго и последовательно следить за мыслью лектора, воспроизводя не только содержание, но и структуру лекции, записывая при этом хотя бы отдельными словами основные доказательства, приводя наиболее важные факты и т.п.

Для ускорения процесса конспектирования рекомендуется, исходя из своих индивидуальных способностей, выбрать систему выполнения записи на лекциях, используя удобные для себя условные обозначения отдельных терминов, наиболее распространенных слов и понятий.

Для конспектов лекций целесообразно выделить отдельную общую тетрадь, в которой на каждой странице желательнее оставлять поля примерно $\frac{1}{4}$ часть её ширины. Эти поля можно использовать для записи вопросов, замечаний, возникающих в процесс слушания лекции, а также для вынесения дополнений к отдельным разделам конспекта в ходе проработки учебной и дополнительной литературы.

Надо понимать, что конспект лекций – это только вспомогательный материал для самостоятельной работы. Он не может заменить учебник, учебное пособие или другую

литературу. Вместе с тем, хорошо законспектированная лекция помогает лучше разобраться в материале и облегчить его проработку.

Отдельные студенты считают, что лекции можно слушать не готовясь к ним. Да, слушать можно, но польза от этого не велика. В подавляющем большинстве случаев каждая последующая лекция опирается на ранее изложенные положения, выводы, закономерности, и предполагается, что аудитория все это усвоила. Незнание предыдущего материала очень часто является причиной плохого понимания излагаемого на лекции. По этой причине крайне необходимо готовиться к каждой лекции, прорабатывать конспект и рекомендованную литературу по прошлому материалу. Считается, что наиболее полезно прорабатывать лекцию в день её прослушивания, пока свежи впечатления и многое из услышанного, легко восстановится в памяти.

Рекомендации по работе на практических занятиях

Практические занятия - это форма коллективной и самостоятельной работы обучающихся, связанная с выполнением и проработкой различных заданий учебной программы. На практических занятиях более подробно раскрываются научное и практическое значение отдельных видов гимнастики, их задачи и перспективы дальнейшего развития. Студенты овладевают техникой выполнения гимнастических упражнений, терминологией, навыками страховки и оказания помощи, методами обучения и тренировки, приемами организации занятий, применения гимнастических упражнений в целях направленного воздействия на функции отдельных органов, систем и организма в целом, формирования правильной осанки, развития двигательных, психических и личностных свойств занимающихся; повышают свою физическую подготовленность. В ходе занятий студенты овладевают системой методической подготовки, которая заканчивается учебной и школьной педагогической практикой.

Практические занятия играют большую роль в развитии обучающихся. Данная форма способствует формированию навыков и умений обучающихся, оперативно и четко применять свои знания.

Структура практического занятия может быть различной. Это зависит от учебно-воспитательных целей, уровня подготовленности обучающихся.

Эффективность семинара во многом зависит от подготовки к нему обучающихся.

Подготовку к практическому занятию необходимо начинать заблаговременно. Преподаватель сообщает тему, задачи занятия, распределяет задания, рекомендует дополнительные источники, проводит консультации.

Эффективность практического занятия зависит от умения обучающихся разрабатывать конспекты по методике проведения различных видов гимнастических упражнений. На консультациях он просматривает конспекты, отвечает на вопросы обучающихся, оказывает методическую помощь.

На занятиях обобщается пройденный материал; дается систематический обзор наиболее важных разделов курса гимнастики; рассматриваются методы изучения (оценки) и развития двигательных и психических способностей, необходимых для успешного овладения упражнениями, предусмотренными школьной программой и программой подготовки спортсменов-разрядников (от начального обучения до мастера спорта России). Эти занятия целесообразно проводить в спортивном зале с демонстрацией упражнений, методики обучения, страховки, помощи и др. Студенты получают задания по углубленному изучению отдельных вопросов в установленные преподавателем сроки. Содержание обзорно-методических занятий студенты конспектируют.

Успеваемость студентов проверяется в ходе занятий (текущий учет), на зачетах и на экзаменах.

Текущий учет представляет собой систематическую проверку качества выполнения изучаемых на занятиях индивидуальных и групповых упражнений, домашних заданий.

В зачетные требования (в объеме пройденной на каждом курсе программы) входят:

- 1) устный зачет по теории и методике преподавания гимнастики;
- 2) выполнение заданий по методической (учебной) практике;
- 3) практическое выполнение отдельных гимнастических упражнений и зачетных учебных комбинаций (содержание их определяется кафедрой на основе пройденного материала).

Экзамен предусматривает проверку теоретических знаний студентов по всему курсу гимнастики и практических навыков, поэтому осуществляется в два этапа. Практическая часть экзамена проводится в виде соревнований по программе, составленной кафедрой, теоретическая часть в соответствии с требованиями к учебному процессу в высшей школе.

Общая оценка выставляется с учетом результатов практической и теоретической частей экзамена.

Для студентов, избравших гимнастику основным видом спортивной специализации, изучение рассматриваемого курса должно логически сочетаться со спортивно-педагогическим совершенствованием и заканчиваться выполнением и защитой курсовой работы по гимнастике.

На основании данной программы кафедра разрабатывает детальный план (график) изучения курса гимнастики, перечень домашних работ на каждом курсе, зачетные и экзаменационные требования.

Методические разработки кафедры (учебные пособия, методические указания)

Самостоятельная работа проводится в соответствии с тематическим планом. Студенты получают задание самостоятельно изучить соответствующие темы учебной дисциплины и представить реферативный обзор литературы. Остальные студенты усваивают содержание данной темы без написания реферата. На аудиторных занятиях каждый из студентов выступает с кратким сообщением по заданной теме. Остальные студенты принимают активное участие в обсуждении темы. Контроль качества усвоения учебного материала по теме проводится в письменной форме с применением системы тестовых заданий.

Самостоятельная работа студентов осуществляется как во внеаудиторное время, так и в ходе занятий по дисциплине и включает в себя следующие формы:

- 1) Освоение лекционного и теоретического материала по изучаемым проблемам.
- 2) Работа с текстами: монографиями, учебниками, хрестоматиями, научными статьями.
- 3) Подготовка докладов и сообщений по теме.

Система текущего контроля включает:

- 1) Контроль посещения на занятиях и полнота лекционного материала.
- 2) Контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы.
- 3) Контроль знаний, усвоенных в данном курсе производится в форме контрольных работ, контрольных вопросов, выполнения техники легкоатлетических упражнений на практических занятиях.

Для контроля самостоятельной работы студентов могут быть использованы разнообразные формы, методы и технологии контроля.

Формы: тестирование, практические задания, мини-сочинения, дискуссионные вопросы, защита творческих работ, рефераты, круглый стол, контрольные работы.

Методы контроля: семинарские занятия по всему учебному материалу, коллоквиумы по темам «Педагогическая культура специалиста по ФКиС» и «Спорт как специфическая среда жизнедеятельности и формирования личности», деловая игра «Личность учителя ФК - пример для подражания», практические работы по всем изучаемым темам, собеседования, итоговый зачет;

Технологии контроля: ситуативная, рейтинговая оценка, самооценка.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов осуществляется в пределах времени, указанного в учебных планах на аудиторные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов и проходит в письменной, устной или

смешанной форме, с представлением конкретного продукта творческой деятельности студента. Результаты контроля самостоятельной работы студентов учитываются при осуществлении итогового контроля по дисциплине.

Общепедагогическими критериями оценки результатов организованной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала в аспекте компетенций;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление отчетного материала в соответствии с требованиями;
- творческий подход к выполнению самостоятельной работы.

Самостоятельная работа по дисциплине проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся;
- формирования самостоятельности;
- развития исследовательских умений.

В учебном процессе высшего учебного заведения выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом.

Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- подготовка материалов для анализа ситуаций;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- составление плана и тезисов ответа на семинарском занятии;
- составление схем, таблиц для систематизации учебного материала;
- решение кейсов и ситуационных задач;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, докладов;
- подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения учебного материала,
- умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач,
- полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа,
- обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос,

- оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

Бакалаврам рекомендуется обязательное использование при подготовке дополнительной литературы, которая поможет успешнее и быстрее разобраться в поставленных вопросах и задачах.

Методические указания по написанию рефератов

Цель реферата - проверка знаний студентов по основным разделам курса.

Новые технологии обучения, основанные на применении компьютеров, мультимедиа, аудиовизуальных материалов и т.д., позволяют значительно активизировать процесс овладения информацией, вовлекать студентов в работу по ее обработке, способствуют более глубокому освоению изученного материала. И все же основным, наиболее эффективным методом обучения была и остается работа с книгой. К сожалению, опыт показывает, что студенты, как правило, не умеют ориентироваться в сложной и многообразной литературе по гуманитарным наукам, самостоятельно извлекать нужную информацию и правильно оформлять ее. Это ведет к противоречию с постоянно возрастающими требованиями к учебному процессу.

1. Работа с книгой

В самостоятельной работе студентам приходится использовать литературу различных видов. Преподаватель помогает студентам в выработке навыков самостоятельного подбора необходимой литературы. При изучении гуманитарных дисциплин у студентов должно выработаться рационально-критический подход к изучаемым книгам и статьям. Он включает понимание того, что со временем ряд информационных и теоретических материалов устаревает, требует критического отношения. С другой стороны, каждый текущий вопрос имеет свою историю, которую тоже полезно знать. Слова, сказанные десять или сто лет еще могут иметь важное значение.

Чтобы глубоко понять содержание книги, нужно уметь рационально ее читать. Предварительный просмотр книги позволит решить вопрос, стоит ли ее читать, (предварительный просмотр включает ознакомление с титульным листом книги, аннотацией, предисловием, оглавлением).

Совет здесь прост: оглавление продумывается как задание по воссозданию теста, при этом свои мысли необходимо фиксировать на бумаге. Развивается концептуальное мышление, умение мыслить образно и свободно.

При ознакомлении с оглавлением необходимо выделить главы, разделы, параграфы, представляющие для вас интерес, бегло их просмотреть, найти места, относящиеся к теме (абзацы, страницы, параграфы), и познакомиться с ними в общих чертах.

Следующий этап работы с книгой - прочтение выделенных мест в быстром темпе. Цель быстрого чтения - определить, что ценного в каждой части, к какому вопросу доклада или реферата имеет отношение информация и что с ней делать, как применить, чем дополнить.

К отличительным элементам книги относятся сведения об авторе и заглавие книги, ее типе или жанре, сведения об ответственности (редакторах, организациях, участвовавших в подготовке издания т.д.), выходные данные, аннотации. Эти сведения, расположенные обычно на титульном листе и его обороте, помогают составить предварительное мнение о книге. Глубже понять содержание книги позволяют вступительная статья, послесловие, комментарии, списки литературы.

Предисловие знакомит с событиями эпохи, другими трудами автора, а также содержит справочно-информационный материал. При чтении книги, снабженной комментариями и примечаниями, не следует пренебрегать и этими элементами аппарата.

Многие научные книги и статьи имеют в своем аппарате списки литературы, которые повышают информационную ценность издания и дают читателям возможность подобрать дополнительную литературу по данной тематике.

Если издание включает большое число материалов, ориентироваться в них помогают специальные указатели.

Научно-справочный аппарат, при умелом его использовании, способствует более глубокому усвоению содержанию книги.

Отдельный этап изучения книги - ведение записи прочитанного. Существует несколько форм ведения записей - план (простой и развернутый), выписки, тезисы, аннотации, резюме, конспект.

План, являясь наиболее краткой формой записи прочитанного, представляет собой перечень вопросов, рассматриваемых в книге или статье. Планом, особенно развернутым, удобно пользоваться при подготовке текста собственного выступления или статьи на какую-либо тему. Каждый пункт плана раскрывает одну из сторон избранной темы, а все пункты в совокупности охватывает ее целиком.

Более сложной и совершенной формой записей являются тезисы - сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Тезисы составляются после предварительного знакомства с текстом, при повторном прочтении. Они служат для сохранения информации в памяти и являются основой для дискуссии.

Аннотация - краткое изложение содержания - дает общее представление о книге, брошюре, статье. Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

Реферирование литературы

Для всестороннего знакомства с литературой по избранной теме существенное значение имеет подготовка реферата. Реферат, понимаемый как изложение в письменной форме содержание книги, статьи, научной работы, создает возможность комплексно использовать приобретенные навыки работы с книгой, развивает самостоятельность мышления, умение анализировать явления действительности. Рефератом называют также доклады или письменные исследования на определенную тему, включающие критический обзор источников. В отличие от конспекта реферат требует несравненно большей творческой активности, самостоятельности в обобщении изученной литературы.

Рекомендуемый объем реферата - 20-25 страниц машинописного текста.

Академическая структура исследования такова:

1. Введение.
2. Глава 1. § 1, § 2.
3. Глава 2. § 1, §2.
4. Заключение.
5. Список использованной литературы.
6. Оглавление.

Названия работ, глав и параграфов не должны совпадать, название работы не должно быть громоздким (по возможности - от 3 до 5 слов).

Тему реферата предпочтительнее выбрать знакомую по ранее прочитанной литературе и представляющую интерес.

Важный этап работы над рефератом - отбор литературы. Затем составляется конкретный план, который согласуется с преподавателем. Завершающий этап - написание реферата на основе изучения и предварительной систематизации всех источников, повторного изучения собранного материала.

Схема подготовки реферата такова: чтение исходного текста - его анализ - выбор информативных фрагментов, их обобщение - создание нового текста (реферата), на последнем этапе производится синтезирование выделенной информации и завершается оформление текста реферата. Изложение должно быть цельным и логичным. Рассмотрение каждого пункта плана целесообразно завершать обобщением.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Наименование программы/ профиля	Количество зачетных единиц
Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам	Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями) Направленность (профиль) или специализация образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) квалификация (степень): бакалавр	3
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: Методика преподавания гимнастики		
Последующие: Новые физкультурно-спортивные виды: атлетическая гимнастика; Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг		

Входной КОНТРОЛЬ (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы*	Количество баллов 5 %	
		min	max
	Тестирование	0	5
Итого		0	5

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1 Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Тестирование	2	3
	Выполнение комплексов упражнений	3	5
	Письменная работа в рабочей тетради	3	5
	Доклад с презентацией	3	5
	Выполнение комплекса СФП	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя	2	3
Итого		16	26

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2 Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Конспекты лекций	2	4
	Доклад с презентацией по заданной теме	3	5
	Запись комплексов упражнений	3	5
	Проведение отдельных частей занятия	3	5

	Проведение занятия в целом	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя – тестирование, устный опрос	2	4
Итого		16	28

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 3			
Новые физкультурно-спортивные виды: атлетическая гимнастика			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Конспекты лекций	2	3
	Доклад с презентацией по заданной теме, изучение школьной программы	3	5
	Запись комплексов упражнений	3	5
	Проведение отдельных частей занятия	3	5
	Проведение занятия в целом	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя - устный опрос, тестирование	2	3
Итого		16	26

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов 25 %	
		min	max
	Экзамен	10	15
Итого		10	15

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
Базовый раздел/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
БР №1 Тема №2,3	Индивидуальное задание	4	7
БР №2 Тема №3,4	Индивидуальное задание	4	7
БР №3 Тема №1	Индивидуальное задание	4	6
Итого		12	20
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		60	100

*Перечень форм работы текущей аттестации определяется кафедрой или ведущим преподавателем

Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество набранных баллов*</i>	<i>Академическая оценка</i>
60 – 75	3 (удовлетворительно)
76– 86	4 (хорошо)
87 – 100	5 (отлично)

*При количестве рейтинговых баллов более 100, необходимо рассчитывать рейтинг учебных достижений обучающегося для определения оценки кратно 100 баллов.

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом № 297 (п) «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации».

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

Протокол № 9 «25» апреля 2019 г.

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол № 5 «15» мая 2019 г.

Председатель НМСС (Н) Бордуков М.И.



Лист внесения изменений

Дополнения и изменения рабочей программы на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания

«25» апреля 2019 г. протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья
им. И.С. Ярыгина

Протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель НМСС (Н) Бордуков М.И.



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра-разработчик: кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и
национальных видов спорта

УТВЕРЖДЕНО

на заседании кафедры

Протокол № 9

от «4» мая 2022 г.

заведующая кафедрой

МПСДиНВС

Янова М.Г.



ОДОБРЕНО

на заседании научно-методического совета
специальности (направления подготовки)

Протокол № 9 от «19» мая 2022г.

Председатель НМС

Кондратюк Т.А.



ФОНД

ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ
ПО НОВЫМ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫМ ВИДАМ**

Направление подготовки/специальность:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование
(спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

Составители: Ветрова И.В., Люлина Н.В., Шевчук Ю.В.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Фонд оценочных средств (для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации)

Направление подготовки: 44.03.05 «Педагогическое образование»
(с двумя профилями подготовки)»

44.03.05 Физическая культура и дополнительное образование
(спортивная тренировка)
Форма обучения очная

Квалификация и степень выпускника - бакалавр

Фонд оценочных средств разработан в соответствии с положением утвержденным приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018 и ориентирован на решение следующих задач: управление процессами приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и формирования компетенций, определённых в образовательном стандарте по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки)» Физическая культура и дополнительное образование (спортивная тренировка) с определением положительных результатов обучения и соответствия задачам будущей профессиональной деятельности выпускника через внедрение и совершенствование комплекса традиционных и инновационных методов обучения и технологий в образовательный процесс университета, совершенствование процессов самоподготовки, самоорганизации и самоконтроля обучающихся.

Фонд оценочных средств включает перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения основ научной деятельности студента с описанием этапов формирования и оценивания уровня овладения компетенциями. Кроме того, фонд оценочных средств сопровождается перечнем оценочных средств и критериальным аппаратом их оценивания, учебно-методическим и информационным обеспечением. Критерии оценки знаний и умений обучающихся в рамках дисциплин практикоориентированной (спортивной) направленности подкрепляется выступлениями обучающихся на семинарах, выполнением практических заданий, участием в работе круглых столов, выступлениями на конференциях.

Разработанные задания позволяют автору ФОС выявлять уровень освоения формируемых компетенций, таких как способность к самоорганизации и самообразованию; способность организовать сотрудничество обучающихся, поддержать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать

творческие способности; определять их готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских (теоретических и практических) задач в области образования; выявлять способность руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся. Задания способствуют пониманию и освоению теоретического содержания, направлены на получение практического опыта по освоению дисциплин в рамках реализации системно-деятельностного и компетентностного подходов.

В целом фонд оценочных средств по основной образовательной программе по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки) «Физическая культура и дополнительное образование (спортивная тренировка)» соответствует требованиям, предъявляемым к данному типу учебно-методических материалов, и может быть использован при организации образовательного процесса по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование.

Согласовано:

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 148 имени Героя Советского Союза И.А. Борисевича»
г. Красноярск, 660124, ул. имени Героя Советского Союза И.А. Борисевича, 23, 17, 7
Телефон: 8(391)266-95-16, 8(391)266-94-79
E-mail: school148@mail.ru

Директор  Бушланова Ю.С.



1. Назначение фонда оценочных средств

Целью создания ФОС дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ФОС по дисциплине решает задачи:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;
- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ООП, определенных в виде набора общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

ФОС разработан на основании нормативных документов:

- ФГОС по направлению 44.03.05 Педагогическое образование. Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)
- образовательных программ высшего образования по направлению 44.03.05 Педагогическое образование. Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса (ОПК-3);

способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов (ПК-4);

Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы
готовностью к психолого-педагогическом	Ориентировочны й	Элективная дисциплина по физической	Текущий контроль успеваемости	реферат

у сопровождению учебно-воспитательного процесса (ОПК-3);		культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов		
	Когнитивный	Педагогика высшей школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	Конспекты по методике проведения комплексов упражнений
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тест
	Рефлексивно-оценочный	Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов	Промежуточная аттестация	Сдача практических тестов
способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов (ПК-4);	Ориентировочный	Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов	Текущий контроль успеваемости	реферат
	Когнитивный	Педагогика высшей школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	Конспекты по методике проведения комплексов упражнений
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тест
	Рефлексивно-оценочный	Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов	Промежуточная аттестация	Сдача практических тестов

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

Оценочное средство - вопросы к текущему зачету.

Критерии оценивания по оценочному средству – вопросы к экзамену

Компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
		(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено
Готов к психолого-педагогическ	Способен выполнять комплексы общеразвивающих	Владеет необходимыми тестами для	Владеет основами формирования двигательных

ому сопровожден ию учебно- воспитательн ого процесса (ОПК-3)	упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	определения уровня физической и функциональной подготовленности Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	действий и развития физических качеств; Владеет знаниями по основам теории и методики физического воспитания, используя специальную литературу
способность использовать возможности образовательн ой среды для достижения личностных, метапредметн ых и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно- воспитательн ого процесса средствами преподаваемо го учебного предмета (ПК-4)	Способен участвовать в обсуждении методических и педагогических проблем, аргументировано и последовательно излагать и отстаивать свою точку зрения	Способен подготовить выступление (устное или письменное) на научно- методическом семинаре или конференции по определенной проблеме.	Способен участвовать в общественно- профессиональных дискуссиях; корректно выражать и аргументированно обосновывать положения предметной области знания. Способен грамотно выражать собственные мысли при осуществлении общения на профессиональные темы; владеет профессиональной терминологией.

Критерии оценивания по оценочному средству вопросы к экзамену

Компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично	(73-86 баллов) хорошо	(60-72 баллов) удовлетворительно
Готов к психолого- педагогическому сопровождению учебно-	полно раскрыто содержание материала в объеме программы; четко и правильно даны	раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны	усвоено основное содержание учебного материала, но изложено

<p>воспитательного процесса (ОПК-3)</p>	<p>определения и раскрыто содержание понятий; верно, использованы научные термины; доказательно использованы выводы и примеры; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания.</p>	<p>определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения последовательности изложения, небольшие неточности при использовании научных терминов или выводах и обобщениях из наблюдений и примеров.</p>	<p>фрагментарно, не всегда последовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы в качестве доказательств выводы и обобщения из наблюдений или допущены ошибки при их изложении; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определений понятий.</p>
<p>способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого предмета (ПК-4)</p>	<p>Владеет способами ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.); Владеет способами профессионального самопознания и саморазвития</p>	<p>Способен оперировать основными категориями психологических, педагогических и гимнастических знаний</p>	<p>Находит различия между психическими процессами, психическими состояниями и психическими свойствами личности.</p>

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды включают следующие оценочные средства:

- 1 - оформление библиографического списка по заданной теме;
- 2 - подготовка презентации доклада в Power Point;
- 3 - Проведение комплексов упражнений

4.2. Критерии оценивания

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – оформление библиографического списка по заданной теме.

Критерии оценивания	Количество баллов
---------------------	-------------------

	(вклад в рейтинг)
Разнообразие подобранных источников (книги одного и более авторов, статьи, многотомные издания и т.д.)	3
Соответствие подобранных источников заданной теме	2
Правильность оформления библиографического описания подобранных источников	5
Максимальный балл	10

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – подготовка презентации доклада в Power Point.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соответствие презентации техническим требованиям к оформлению слайдов	2
Адекватное количество/соотношение различных видов информации, представленной в презентации	3
Качество структурирования содержания презентации	2
Глубина раскрытия содержания заявленной темы	3
Максимальный балл	10

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 3 - Проведение комплексов упражнений

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Владение современной терминологией	1
Владение методикой обучения	3
Правильность выполнения упражнений в целом	3
Точность исполнения техники каждого упражнения	3
Максимальный балл	10

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств (литература; методические указания, рекомендации, программное обеспечение и другие материалы, использованные для разработки ФОС).

1. Азарова Р.Н., Золотарева Н.М. Разработка паспорта компетенции: Методические рекомендации для организаторов проектных работ и профессорско-преподавательских коллективов вузов. Первая редакция. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, Координационный совет учебно-методических объединений и научно-методических советов высшей школы, 2010. - 52 с.

2. Методика оценки уровня квалификации педагогических работников. Под ред. В.Д. Шадрикова, И.В. Кузнецовой. М., 2010.- 178 с.

3. Шалашова М.М. Компетентностный подход к оцениванию качества

химического образования. Арзамас: АГПИ, 2011.- 384 с. С.244 – 253.

4. Шкерина Л.В. Измерение и оценивание уровня сформированности профессиональных компетенций студентов – будущих учителей математики: учебное пособие; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2014. - 136 с.

Основная литература

1. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. Для высш. Учеб. Заведений. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 448с.
2. Гимнастика: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений; Под ред. М.Л. Журавина, М.К.Меньшикова. – М.: Изд.центр «академия», 2001
3. Попов Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. М.: Терра-Спорт, 2003.- 72 с.
4. Виноградов Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению - Физическая культура / Г. П. Виноградов Москва: Советский спорт, 2009
5. Шенцев С.И. Физическая культура: атлетизм как средство физического воспитания в ВУЗе: учебное пособие для студентов нефизкультурных вузов / С. И. Шенцев В.И. Гузенкин, С. П. Авдеев; Федеральное агентство по образованию, Красноярский гос. технический ун-т Красноярск: ИПЦ КГТУ, 2005
6. Ягодин В.В. Атлетическая гимнастика: Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности - Физ. культура / В.В. Ягодин ; М-во образования Рос. Федерации. Ур. гос. пед. ун-т Екатеринбург, 2002 (ОАО Полиграфист)
7. Горцев, Геннадий Викторович Аэробика. Фитнес. Шейпинг [Текст] / Г. Горцев Москва: Науч. книга, 2009г
8. Горцев Г. В. Ничего лишнего: аэробика, фитнес, шейпинг / Г.В. Горцев Ростов-н/Д: Феникс, 2004
9. Божок Л. Е. Шейпинг: терминология, комплексы общеразвивающих упражнений и методика их разучивания: Практикум Новосибирск: СибАГС, 2003
10. Ким Н. Фитнес: учебник / Н. Ким, М. Дьяконов. - М.: Сов. спорт, 2006. - 453 с.: ил. 10
11. Ключникова С. Н. Шейпинг: развитие пластичности [Текст] / Ключникова С. Н., Костюнина Л. И., Назаренко Л. Д. Ульяновск: Ульяновский гос. пед. ун-т, 2010.
13. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101, 032102, 032103: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 429с.
14. Мясинченко Е.Б. Аэробика. Теория и методика проведения занятий : учеб. пособие для студентов вузов и ссузов физ. культуры / Е.Б. Мясинченко, М.П. Шестакова. - М.:10Дивизион, 2006. - 303 с.

Дополнительная литература

1. Ветрова И.В. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре. Учебное пособие. Красноярск, 2014
2. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки. – М.: Академия, 2003.
3. Борисова Н.В. Роль гимнастических упражнений в формировании правильной осанки на уроках ФК. – Красноярск, 2001.
4. Бергер Г.И. Конспекты уроков для учителя физкультуры 5-9 кл. (Спортигры, лыжная подготовка, подвижные игры). – М.: Владос, 2002.
5. Программа: Содержание и методы работы со спортивно-оздоровительными группами и группами начальной гимнастической подготовки. – Красноярск: РИО КГПУ, 2000.

6. Профессиональная образовательная программа подготовки студентов дневного отделения ФФК. Выпуск 12. – Красноярск: РИО КГПУ, 2001.
7. Дворкин Л. С. Силовые единоборства: Атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг, гиревой спорт / Л.С. Дворкин Ростов н/Д.: Феникс, 2003
8. Мамонов В. Атлетическая гимнастика: Техника независимого тренинга / В. Мамонов Ростов н/Д.: Феникс, 2002
9. Хейденштама О. Бодибилдинг для начинающих / О. Хейденштама; [пер. с англ. К. Савельева]. - М.: Гранд-Фаир, 2007. - 185 с.: ил.
10. Аэробика: журнал для профессиональных инструкторов: Выпуск с 1999г. по настоящее время.
11. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса / Карпей Элен. - М.: Гранд-Фаир, 2003. - 361 с.
12. Крючек Е.С. канд. пед.наук, проф., судья междунар. категории. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий / Крючек Е. С. - М.: Терра-спорт: Олимпия Пресс, 2001. - 61 с.
13. Щанкина В. В. Новые физкультурно-спортивные виды. Шейпинг: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим специальностям - физическая культура / В. В. Щанкина// Рязань: Рязанский гос. ун-т им. С. А. Есенина, 2006

Интернет-ресурсы:

1. Интернет: Internet Explorer; Opera
2. ЭБС «Университетская библиотека online»
3. электронная библиотека eLIBRARY

Информационные справочные системы

1. <http://library.ru>
2. <http://lib.sportedu.ru>
3. <http://www.nlr.ru> – Российская государственная библиотека
4. [http:// www.rubicon.com/](http://www.rubicon.com/) - Рубикон – крупнейший энциклопедический ресурс Интернета
5. [http:// orel.rsl.ru](http://orel.rsl.ru) - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
6. catalog.iot.ru – каталог образовательных ресурсов сети Интернет
7. www.yandex.ru; www.rambler.ru; www.google.ru
8. <http://www.lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>
9. <http://www.iglib.ru>
10. <http://lesgaft.spb.ru>

6. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Вопросы по Аэробике

1. История развития аэробики.
2. Аэробика для детей младшего школьного возраста.
3. Аэробика для детей старшего школьного возраста.
4. Отличие аэробики от шейпинга .
5. Аэробика как часть тренировочного процесса.
6. Средства при проведении урока по аэробике.
7. Методы при проведении урока по аэробике.
8. Основные принципы при проведении урока по аэробике.
9. Развитие специальных физических качеств на уроках аэробики.
10. Методика проведения занятий по аэробике.
11. Организация занятий по аэробике в дошкольных учреждениях.
12. Музыкальное обеспечение занятий.
13. Проведение занятий по аэробике с предметами.
14. Анализ правил соревнований, классификационных программ по аэробике.
15. Силовая тренировка (понятие силы мышц, разновидности силы).
16. Теория и методика развития гибкости на занятиях аэробикой.
17. Теория и методика развития выносливости на занятиях аэробикой.
18. Методика развития силовых качеств на занятиях аэробикой.
19. Базовые шаги и движения.
20. Влияние физических упражнений на организм человека.
21. Информационное обеспечение соревнований по аэробике.
22. Судейство соревнований по аэробике.
23. Урок аэробики, структура урока.
24. Составление программ, подбор упражнений.

Вопросы по Шейпингу

1. Шейпинг технологии.
2. Шейпинг для детей младшего школьного возраста.
3. Шейпинг для детей старшего школьного возраста.
4. Отличие шейпинга от аэробики.
5. Шейпинг как часть тренировочного процесса.
6. Средства при проведении урока по шейпингу.
7. Методы при проведении урока по шейпингу.
8. Основные принципы при проведении урока по шейпингу.
9. Последовательность обучения при проведении урока шейпинга.
10. Анализ правил соревнований, классификационных программ по шейпингу
11. Теория и методика развития гибкости на занятиях шейпингом.
12. Теория и методика развития выносливости на занятиях шейпингом.
13. Методика развития силовых качеств на занятиях шейпингом.
14. Организация и проведение соревнований по шейпингу в общеобразовательной школе, вузе, коллективе физкультуры и т.д.
15. Развитие специальных физических качеств на уроках шейпинга.
16. Организация занятий по шейпингу в дошкольных учреждениях.
17. Музыкальное обеспечение занятий.
18. Судейство соревнований по шейпингу.

19. Проведение занятий по шейпингу с предметами.
20. История развития шейпинга.
21. Отличие шейпинга от аэробики и фитнеса.
22. Урок шейпинга, структура урока.
23. Медицинские аспекты занятий шейпингом.
24. Шейпинг технологии: шейпинг классик, шейпинг – юни.
25. Шейпинг технологии: шейпинг-хореография, шейпинг для беременных
26. Шейпинг технологии: шейпинг-терапия.
27. Шейпинг технологии: шейпинг для мужчин, шейпинг-ПРО
28. Шейпинг технологии: шейпинг для старших.
29. Общие правила предупреждения травматизма при выполнении силовых упражнений.
30. Занятия и комплексы упражнений с гантелями.

Вопросы по Атлетической гимнастике

1. История развития атлетической гимнастики в России и мире.
2. Техника безопасности при занятиях атлетической гимнастикой.
3. Учебный инвентарь и оборудование для проведения занятий по атлетической гимнастике.
4. Возрастные особенности развития силы и силовых способностей у детей школьного возраста.
5. Контрольные упражнения для определения уровня развития силовых способностей.
6. Виды упражнений атлетической гимнастики для старшеклассников.
7. Тренировочные программы по атлетической гимнастике для старшеклассников.
8. Особенности занятий атлетической гимнастикой для девушек.
9. Периодизация тренировочного процесса в атлетической гимнастике.
10. Питание при занятиях атлетической гимнастикой.
11. Методы и технические приемы для изменения интенсивности при занятиях атлетической гимнастикой.
12. Развитие выносливости при занятиях атлетической гимнастикой.
13. Перетренированность при занятиях атлетической гимнастикой.
14. Методы тренировки для повышения аэробных способностей.
15. Развитие гибкости при занятиях атлетической гимнастикой.
16. Медико-биологическое и гигиеническое обеспечение занятий атлетической гимнастикой.
17. Модель современного тренера-преподавателя по атлетической гимнастике. Характеристика средств атлетической гимнастики.
18. Цели и задачи атлетической гимнастики.
19. Оздоровительная направленность атлетической гимнастики
20. Перечислите схожие и отличительные черты бодибилдинга и атлетической гимнастики.
21. Организация занятий по атлетической гимнастике.
22. Содержание и структура урока атлетической гимнастики.
23. Классификация средств атлетической гимнастики.
24. Повторный метод развития силы. Примеры.
25. Метод развития силы «до отказа». Примеры.
26. Развитие силы методом максимальных усилий. Примеры.
27. Развитие силы методом динамических усилий. Примеры.
28. Изометрический метод развития силы. Примеры.
29. Особенности и планирование нагрузки с собственным весом.
30. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях силовыми упражнениями.

7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

Задание № 1. Разработать и записать комплексы упражнений (аэробика, шейпинг, атлетическая гимнастика).

Задание № 2. Провести отдельные части занятия (подготовительная, основная, заключительная).

Задание № 3. Провести занятие в целом

Задание № 4. Используя каталоги библиотеки КГПУ им. В.П. Астафьева, подобрать литературу по заданной преподавателем теме и оформить библиографический список в соответствии с требованиями ГОСТ.

Задание № 5. Подготовьте презентацию и доклад в соответствии с правилами создания презентации в программе Power Point.

Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

После окончания изучения обучающимися учебной дисциплины ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ результатов обучения обучающихся дисциплине на основе данных промежуточного и итогового контроля;
- рассмотрение, при необходимости, возможностей внесения изменений в соответствующие документы РПД, в том числе с учётом пожеланий заказчиков;
- формирование перечня рекомендаций и корректирующих мероприятий по оптимизации трёхстороннего взаимодействия между обучающимися, преподавателями и потребителями выпускников профиля;
- рекомендации и мероприятия по корректированию образовательного процесса заполняются в специальной форме «Лист внесения изменений».

КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым физкультурно-спортивным видам

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование
(спортивная подготовка)
квалификация (степень): бакалавр
по очной форме обучения

Наименование	Наличие место/ (кол-во экз.)	Количество экземпляров / точка доступа
Основная литература		
Петров, Павел Карпович. Методика преподавания гимнастики в школе [Текст] :учеб. Для студ. высш. учеб. заведений / Петров П. К. - М. : ВЛАДОС, 2000. - 448 с.	АНЛ(3), ЧЗ(2), АУЛ(2)	7
Гимнастика [Текст] :учебник для студентов высших учебных заведений / М. Л. Журавин [и др.] ; ред.: М. Л. Журавин, Н. К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. . - М. :Академия, 2006. - 445 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование).	ЧЗ(3), АНЛ(1),АУЛ(20), ИМЦ ФФКиС(2)	26
Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва: Спорт, 2016. - 616 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-42-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный и неограниченный доступ
Дополнительная литература		
Ветрова Ирина Владимировна. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. В. Ветрова. - Электрон.дан. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2014. - 494 с. . - Режим доступа: http://elib.kspu.ru/document/30163 .	ЭБС КГПУ	Индивидуальный неограниченный доступ
Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки [Текст] : учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И. М. Туревский, Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов и др.;Подред. И. М. Туревского. - М. : Академия, 2003. - 319 с.	ЧЗ(1), АНЛ(1), ИМЦ ФФКиС(1), АУЛ(10)	13
Интернет-ресурсы:		
Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	http://library.kspu.ru/	свободный

Портал учебных ресурсов КГПУ им. В.П. Астафьева	http://edu.kspu.ru/	свободный
Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ (РОССОБРАЗОВАНИЕ).	http://минобрнауки.рф/	свободный
Федеральный портал РОССИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ	http://www.edu.ru	свободный
Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	http://library.kspu.ru/	свободный
Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы		
Федорова, Марина Юрьевна. Нормативно-правовое обеспечение образования [Текст] : учебное пособие / М. Ю. Федорова. - М. : Академия, 2008. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование	ЧЗ(1), АУЛ(11), АНЛ(3)	15
Информационные справочные системы		
Elibrary.ru. [Электронный ресурс]. - Электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос.информ. порталю – Москва, 2000. – Режим доступа: http://elibrary.ru	http://elibrary.ru	свободный
Российская государственная библиотека	http://www.rsl.ru	свободный
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.	Научная библиотека (1-02)	Локальная сеть вуза
EastView : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	https://dlib.eastview.com	Индивидуальный неограниченный доступ

Согласовано:

главной библиотекарь РОН / Рогова А.А. / 21.06.2011

(должность структурного подразделения)

(подпись)

(Фамилия И.О.)

(дата)

КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДИСЦИПЛИНЫ
Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по новым
физкультурно-спортивным видам
для обучающихся образовательной программы

Направление подготовки/специальность:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование
(спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

по очной форме обучения

Аудитории	Оборудование (наглядные пособия, макеты, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и пр.)	Программное обеспечение
Лекционные аудитории		
№ 1-49, гл.корп. № 1-50, гл.корп.	<ul style="list-style-type: none"> • Проектор-1шт, маркерная доска-1шт, компьютер-7 шт, интерактивная доска-1шт, стол для инвалида-колясочника 1000*600 рег.-1 шт • Проектор-1шт, компьютер-1шт, принтер-1шт 	
Аудитории для практических (семинарских)/лабораторных занятий		
Спортивный зал	Брусья-2шт, гимнастический ковер-1шт, конь гимнастический-1шт, козел гимнастический-1шт, перекладины, кольца, маты, шведские стенки	