

## **Методические рекомендации**

к дополнительной профессиональной программе повышения квалификации  
«Технологии формирования культуры здоровья обучающихся на урочных и  
внеурочных занятиях по физической культуре», утвержденной решением

Ученого совета ОГБУ ДПО КИРО

(протокол № 8 от 29.12.2025 г.)

### **Методические рекомендации при работе на занятиях лекционного типа**

Лекция представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение лектором учебного материала, как правило, теоретического характера. Цель лекционного занятия – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по освоению дополнительной профессиональной программы. Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными, сообщить обучающимся основное содержание программы. В ходе проведения занятий лекционного типа необходимо вести конспектирование излагаемого педагогическим работником материала. Рекомендуются в конспектах лекционного занятия делать пометки, дополняющие материал, изложенный на занятии лекционного типа, а также выделять особую важность ключевых теоретических положений. В дальнейшем при подготовке к занятиям семинарского типа, изучить основную и дополнительную литературу, новые публикации в периодических изданиях: журналах и интернет-источниках. Следует учесть рекомендации педагогического работника и требования дополнительной профессиональной программы.

### **Методические рекомендации при работе на занятиях семинарского типа**

Важной составной частью учебного процесса являются занятия семинарского типа. Занятия семинарского типа – форма организации обучения, в процессе которой обучающиеся самостоятельно изучают учебный материал по различным источникам знаний и коллективно обсуждают результаты своей работы. Эффективность занятий семинарского типа во многом зависит от качества предшествующих занятий лекционного типа и самоподготовки обучающихся. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана занятия. Такой подход педагогического работника помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. В начале занятия семинарского типа обучающийся под руководством педагогического работника более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывает и объясняет основные положения публичного выступления. Важно развивать у обучающегося умение сопоставлять источники, продумывать изучаемый материал. На занятии семинарского типа каждый его участник должен быть готовым к выступлению. В заключение педагогический работник подводит итоги.

### **Групповая и индивидуальная консультация**

Групповая консультация проводится в следующих случаях: когда необходимо подробно рассмотреть практические вопросы, которые были недостаточно освещены или совсем не освещены в процессе лекции. Индивидуальная консультация - это совместная работа обучающегося с педагогическим работником. Цель индивидуальной консультации - помощь обучающемуся в решении спорных вопросов. На индивидуальной консультации обучающийся совместно с педагогическим работником подробно разбирает проблему или ситуацию, с которой он обратился за помощью. Педагогический работник помогает проработать проблемный вопрос.

### **Методические рекомендации по подготовке обучающегося к итоговой аттестации**

Подготовку к итоговой аттестации необходимо целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы. Прежде всего, следует внимательно перечитать вопросы для подготовки наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на итоговую аттестацию. Предложенная методика непосредственной подготовки к контролю может быть и изменена. Так, для обучающихся, которые считают, что они усвоили программный материал в полном объеме и уверены в прочности своих знаний, достаточно беглого повторения учебного материала. Основное время они могут уделить углубленному изучению отдельных, наиболее сложных, дискуссионных проблем. Литература для подготовки к итоговой аттестации обычно рекомендуется педагогическим работником. В ходе подготовки к зачету обучающимся необходимо обращать внимание не только на уровень запоминания, но и на степень понимания категорий и реальных практических проблем.