**Технологическая карта к теоретическому занятию по ОУД.05 «Физическая культура»**

**«Здоровье и здоровый образ жизни»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема занятия | Здоровье и здоровый образ жизни | | | | |
| Содержание темы | Понятие «здоровье» (физическое, психическое, социальное). Факторы, определяющие здоровье.  Психосоматические заболевания.  Понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие: режим труда и отдыха, профилактика и устранение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание  Влияние двигательной активности на здоровье. Оздоровительное воздействие физических упражнений на организм занимающихся. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного человека. | | | | |
| Тип занятия | Теоретическое занятие - лекция | | | | |
| Формы организации учебной деятельности | Фронтальная | | | | |
| **Этапы занятия** | | **Деятельность преподавателя** | **Деятельность студентов** | **Планируемые образовательные результаты** | **Типы оценочных мероприятий** |
| **1**. **Организационный этап занятия** | | | | |  |
| Создание рабочей обстановки, актуализация мотивов учебной деятельности и установок на восприятие, осмысление | | Преподаватель, формулирует тему и план занятия, определяет значимость данной темы через постановку проблемы и необходимости ее решения | Студенты записывают в тетрадь тему и план занятия.    Определяют дефицит в знаниях и формулируют проблему | ОК 04. Эффективно  взаимодействовать и работать в коллективе и команде | Фронтальный опрос |
| Подготовка к изучению нового материала/систематизации и обобщения знаний | | Преподаватель предлагает студентам сформулировать на основе собственных знаний понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», | Студенты формулируют свои понятия  «здоровья», «здорового образа жизни», приводят аргументы, | ОК 04.  ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления | Фронтальный опрос |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | доказать, что здоровье является важной жизненной ценностью человека. | что здоровье является  жизненной ценностью человека | здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; |  |
| **2. Основной этап занятия** | | | |  |
| Формирование новых знаний и способов деятельности | Преподаватель дает понятия:  «здоровье» (согласно ВОЗ), «физическое, психическое и социальное здоровье», «психосоматические заболевания», «культура здоровья и безопасного образа жизни», двигательная рекреация. Предлагает студентам аргументировать взаимосвязь физического, психического и социального здоровья. | Студенты анализируют и сравнивают свое понятие «здоровье», «здоровый образ жизни» и нормативное.  Выдвигают гипотезу о взаимосвязи физического, психического и социального здоровья.  Записывают свои предположения и понятия в тетрадь, | ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; |  |
| Обобщение и систематизация, установление связей с ранее сформированными знаниями и умениями | Преподаватель знакомит с критериями оценки презентации и организует защиту докладов-презентации | Студенты знакомятся с критериями создания докладов-презентаций.  На основе своих предположений создают доклад-презентацию.  Защищают свое понятие | ОК 08 | защита докладапрезентация |
| Закрепление (первичное) изученного материала, контроль усвоения, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция | Преподаватель собирает представленные студентами понятия.  Предлагает определить критерии оценивания сформулированных понятий. | Студенты принимают участие в определении критерии оценки сформулированных понятия. | ОК 04 | Фронтальный опрос |
|  | Обобщает вышеизложенный материал, обсуждает и корректирует допущенные ошибки | Студенты фиксируют замечания. |  |  |
| **3. Заключительный этап занятия** |  |  |  |  |
| Подведение итогов работы; фиксация достижения целей (оценка деятельности обучающихся); определение перспективы дальнейшей работы | Преподаватель воспроизводит поставленную проблему в начале занятия  Предлагает студентам определить, как полученные знания помогут им в дальнейшей профессиональной деятельности.  Преподаватель подводит итоги работы, отмечает наиболее активных студентов | Студенты демонстрируют свое решение проблемы        Студенты обобщают, какие знания будут использоваться ими в профессиональной деятельности      Студенты определяют наиболее интересные доклады | ОК 04 | Фронтальный опрос |
| **4. Задания для самостоятельного выполнения** | Преподаватель определяет содержание внеаудиторной работы, которая включает поиск информации об одной из современных систем и технологий укрепления и сохранения здоровья | Студенты самостоятельно подбирают материал об одной из современных систем и технологии укрепления и сохранения здоровья | ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; |  |