

Центр повышения квалификации и переподготовки

Утверждаю:
Проректор по
и воспитатель

[Подпись]
«26» сентября

Утверждаю.
Проректор по учебной
и воспитательной работе
 О.В. Попова
«26» сентября 2018г.

Квалификация

Педагог физической культуры

Составитель:

канд. биол. наук, доцент

24 — О.А. Шубина

Распределение учебной нагрузки

Общий объем (час.)	Аудиторная			Самостоят. Работа	Форма контроля
	Лекции	Практич.	Лаборатор.		
36	4	2		30	Зачет

Программа одобрена на заседании кафедры ФК и здоровья

Протокол № 1 от «07» сентября 2018 г.

И.о. заведующего кафедрой _____ Н.А. Першина

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля): формирование навыков профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту на предметной основе новых физкультурно-спортивных видов.

Основные задачи дисциплины (модуля):

- формирование у слушателей специальных знаний в области новых физкультурно-спортивных видов;
- формирование организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности;
- подготовка по новым физкультурно-спортивным видам.

Место дисциплины (модуля) в структуре ООП

Для освоения дисциплины «Новые физкультурно-спортивные виды» слушатели используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

Областью профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Новые физкультурно-спортивные виды», является образование.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности: обучение; воспитание; просвещение; развитие; образовательные системы.

Дисциплина готовит к решению следующих задач профессиональной деятельности:

в области педагогической деятельности:

- изучение возможностей, потребностей, достижений обучающихся в области образования и проектирование на основе полученных результатов индивидуальных маршрутов их обучения, воспитания, развития;
- организация обучения и воспитания в сфере образования с использованием технологий, соответствующих возрастным особенностям учащихся, и отражающих специфику предметной области;
- использование возможностей образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с использованием информационных технологий;
- осуществление профессионального самообразования и личностного роста, проектирование дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры.

в области культурно-просветительской деятельности:

- организация культурного пространства;
- популяризация профессиональной области знаний общества.

Изучение данной дисциплины является необходимой основой для последующей стажировки.

Планируемые результаты обучения

Слушатель, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать *общепрофессиональными компетенциями*:

способность применять знание теоретических основ и технологий физической культуры и спорта (СК- 1).

К ожидаемым результатам реализации программы относятся:

знать:

- характеристики существующих силовых видов спорта и массовых видов гимнастики;

- спортивную терминологию, особенности питания, типы тренировок в силовых видах спорта и массовых видах гимнастики;
- основные техники силовых и гимнастических упражнений;
- правила соревнований по силовым видам спорта, массовым видам гимнастики.

уметь:

- организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия и соревнования по силовым видам спорта и массовым видам гимнастики;
- составлять комплексы упражнений по различным видам гимнастики.

владеть:

- техническими приемами по силовым видам спорта и массовым видам гимнастики.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	всего	лекции	практич.	самостоят. работа
1	<i>Вид спорта и спортивная дисциплина</i>	6	2		4
2	<i>Гимнастические и силовые упражнения в процессе физического совершенствования человека</i>	6			6
3	<i>Шейпинг как вид ритмической гимнастики</i>	6			4
4	<i>Особенности режима питания и тренировочного процесса для спортсменов, занимающегося силовым видом спорта или массовым видом гимнастики</i>	6	2		6
5	<i>Армспорт - характеристика армспорта как вида спорта и средства физического воспитания</i>	4			6
6	<i>Единоборства - характеристика единоборств как вида спорта и средств физического воспитания</i>	4		2	2
7	<i>Новые виды спорта</i>	4			2
		36	4	2	30

Содержание дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Содержание раздела
1	<i>Вид спорта и спортивная дисциплина</i>	Порядок признания видов спорта, спортивных дисциплин и включения их во Всероссийский реестр видов спорта и порядок его ведения. Состав сведений, включаемых во Всероссийский реестр видов спорта. Требования, предъявляемые к виду спорта, спортивной дисциплине, подлежащей признанию. Содержание правил заявляемого вида спорта, среда занятий, используемый спортивный инвентарь и оборудование. Виды спорта входящий в Российский реестр спорта и спортивных дисциплин
2	<i>Гимнастические и силовые упражнения в процессе физического совершенствования человека</i>	Возникновение новых видов гимнастики, силовых видов спорта; их характеристика. Влияние занятий силовым видом спорта или массовым видом гимнастики на здоровье человека, регулирование телосложения. Правила, организация и проведение спортивных соревнований по силовым видам спорта, массовым видам гимнастики. Проведение соревнований и выявление победителей в силовых видах спорта, массовых видах гимнастики
3	<i>Шейпинг как вид ритмической гимнастики</i>	Шейпинг как вид ритмической гимнастики, направленный на изменение форм тела. шейпинг-модели. Диагностика исходных данных, включающая антропометрическое обследование и медицинское тестирование, а также текущий и этапный контроль при занятиях шейпингом. Шейпинг-технологии. Теория, методика, общее руководство шейпингом. Шейпинг-Классик
4	<i>Особенности режима питания и тренировочного процесса для спортсменов, занимающегося силовым видом спорта или массовым видом гимнастики</i>	Основные термины в силовых видах спорта и массовых видах гимнастики. Питание спортсмена. Типы тренировок в силовых видах спорта и массовых видах гимнастики. Составление рациона питания спортсмена. Составление плана тренировочного процесса спортсмена, занимающегося силовым видом спорта
5	<i>Армспорт - характеристика армспорта как вида спорта и средства физического воспитания</i>	Организационные основы. История, современное состояние и перспективы развития армспорта. Содержание вида спорта и характеристика его как средства физического воспитания и вида спорта. Краткие сведения о развитии армспорта в России и за рубежом. Классификация и анализ техники и тактики
6	<i>Единоборства - характеристика единоборств как вида спорта и средств</i>	Организационные основы. История, современное состояние и перспективы развития единоборств. Содержание вида спорта и характеристика его как

	<i>физического воспитания</i>	средства физического воспитания и вида спорта. Краткие сведения о развитии единоборств в России и за рубежом. Классификация единоборств. Анализ техники и тактики
7	<i>Новые виды спорта</i>	Дайвинг. Паркур. Черлидинг. Кайтерфинг. Виндсерфинг. Планеризм. Спидвей. Футбег и др. Основные термины. Техника. Правила соревновательной деятельности

Самостоятельная работа

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Наименование вида работы
1	<i>Вид спорта и спортивная дисциплина</i>	Составление словаря по теме
2	<i>Гимнастические и силовые упражнения в процессе физического совершенствования человека</i>	Составление комплекса упражнений по различным видам гимнастики (по выбору слушателя)
3	<i>Шейпинг как вид ритмической гимнастики</i>	Составление комплекса упражнений по шейпингу
4	<i>Особенности режима питания и тренировочного процесса для спортсменов, занимающегося силовым видом спорта или массовым видом гимнастики</i>	Доклад-презентация
5	<i>Армспорт - характеристика армспорта как вида спорта и средства физического воспитания</i>	Доклад-презентация
6	<i>Единоборства - характеристика единоборств как вида спорта и средств физического воспитания</i>	Изучение рекомендуемой литературы, подготовка к практическому занятию. Доклад-презентация по любому виду единоборств
7	<i>Новые виды спорта</i>	Изучение рекомендуемой литературы, подготовка к практическому занятию.

Оценочные средства для контроля знаний

Оценка уровня усвоения обучающимися знаний, умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения дисциплины (учебного модуля) осуществляется на зачете, который проводится в форме беседы.

Вопросы предполагают контроль общих методических знаний и умений, способность слушателей проиллюстрировать их примерами, индивидуальными материалами, составленными слушателями в течение курса. При подготовке к зачету слушатель имеет право воспользоваться лекционными материалами, методическими разработками, основной и дополнительной литературой. Зачёт предполагает переосмысление изученного материала, методическую рефлексию. Оценивается ответ по следующим параметрам:

Вопросы к зачету

1. Влияние занятий силовым видом спорта на здоровье человека.

2. Влияние занятий массовым видом гимнастики (МВГ) на здоровье человека.
3. Особенности питания спортсмена, занимающегося силовым видом спорта и особенности питания спортсмена, занимающегося массовым видом гимнастики.
4. Типы тренировок в силовых видах спорта.
5. Типы тренировок в массовых видах гимнастики.
6. Правила и организация соревнований по силовым видам спорта.
7. Правила и организация соревнований по массовым видам гимнастики.
8. Основы техники упражнений в силовых видах спорта.
9. Армспорт. Содержание вида спорта и характеристика его как средства физического воспитания.
10. Значение нового физкультурно-спортивного вида спорта как эффективного средства физического воспитания (вид спорта на выбор слушателя).
11. Техника выполнения упражнений, физические качества занимающихся, методика обучения, средства обучения новым физкультурно-спортивным видом (вид спорта на выбор слушателя).
12. Соревновательная деятельность, особенности нового физкультурно-спортивного вида спорта (вид спорта на выбор слушателя).
13. Единоборства. Классификация единоборств. Анализ техники и тактики.
14. Новые виды спорта: Дайвинг. Паркур. Черлидинг. Основные термины. Техника. Правила соревновательной деятельности.
15. Новые виды спорта: Кайтерфинг. Виндсерфинг. Планеризм. Спидвей. Футбег и др. Основные термины. Техника. Правила соревновательной деятельности.
16. Гигиеническая гимнастика как вид МВГ (история, методика, оздоровительные эффекты занятий данным видом МВГ).
17. Каланнетика, степ-аэробика как вид МВГ (история, методика, оздоровительные эффекты занятий данным видом МВГ).
18. Танцевальная аэробика, брейк как вид МВГ (история, методика, оздоровительные эффекты занятий данным видом МВГ).
19. Дыхательная гимнастика как вид МВГ (история, методика, оздоровительные эффекты занятий данным видом МВГ).
20. Шейпинг как вид МВГ (история, методика, оздоровительные эффекты занятий данным видом МВГ).

Критерии оценки ответов на вопросы зачета (уровня формирования компетенций):

Ответы на вопросы к зачету оцениваются по 100-балльной шкале, которая переводится в 4-х балльную шкалу:

- отметка «5» соответствует 87-100% – слушатель продемонстрировал глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложил теоретический материал; правильно сформулировал определения; продемонстрировал умения самостоятельной работы с дополнительной литературой; сделал выводы по излагаемому материалу.
- отметка «4» соответствует 75-86% – слушатель продемонстрировал достаточно полное знание программного материала; продемонстрировал знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно изложил теоретический материал; правильно сформулировал определения; продемонстрировал умения самостоятельной работы с дополнительной литературой; сделал выводы по излагаемому материалу
- отметка «3» соответствует 60-74% – слушатель продемонстрировал общее знание изучаемого материала; показал общее владение понятийным аппаратом дисциплины; смог построить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; знает основную рекомендуемую программой учебную литературу.

- отметка «2» – менее 60% – Слушатель не продемонстрировал общее знание изучаемого материала; не показал общее владение понятийным аппаратом дисциплины; не смог построить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; не знает основную рекомендуемую программой учебную литературу.

Дисциплина (учебный модуль) считается освоенной (компетенции сформированными), если обучающийся отвечает на вопросы к зачету на 60-100% и его знания оцениваются от 3 до 5 баллов; в случае, когда ответ оценивается менее чем на 60% (что соответствует 2 баллам), дисциплина (учебный модуль) считается не освоенным.

Материально-техническое оснащение программы

№	Наименование	Кол-во	Форма использования
<i>Аудитория 213</i>			
1.	Видеопроектор, интерактивная доска, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 229</i>			
2.	Видеокомплекс (видеомагнитофон, телевизор)	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов
3.	Персональные компьютеры	10	Доступ к образовательным ресурсам во время самостоятельной работы слушателей, контроль знаний слушателей (тестирование), организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 235</i>			
4.	LED Телевизор, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 239</i>			
5.	LED Телевизор, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам
<i>Аудитория 307</i>			
6.	Видеопроектор, персональный компьютер	1	Демонстрация материалов лекционных и практических занятий, учебных и научных видеоматериалов, организация дистанционной формы обучения, доступ к образовательным ресурсам

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. *Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения* [Текст]: учебник для вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; ред.: Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов. - 4-е изд., стер. - М. : Академия, 2007. - 520 с.
2. *Теория и методика физической культуры* [Текст]: учебник для студентов вузов, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" и специальности "Физическая культура и спорт" / ред. Ю. Ф. Курамшина. - 3-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2007. - 464 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. *Булгаков, Н.Ж.* Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание [Текст]: учебное пособие для вузов / ред. Н. Ж. Булгакова. - М. : Академия, 2005. - 432 с.
2. *Железняк, Ю.Д.* Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование [Текст]: учеб. пособие. – М., 2002.
3. *Зеличенко, В.Б.* Легкая атлетика [Текст]: критерии отбора / В. Б. Зеличенко, В. Г. Никитушкин, В. П. Губа. - М. : Terra-Спорт, 2000. - 240 с.
4. *Иммунореабилитация спортсменов* [Текст]: / В. Н. Цыган, А. В. Степанов, И. В. Князькин; ред. Ю. В. Лобзин. - СПб. : СпецЛит, 2005. - 63 с.
5. *Легран, Л.* Баскетбол: Правила, техника, тактика, игра [Текст]: / Л. Легран. - М. : АСТ, 2004. - 46 с.
6. *Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации* [Текст]: учебно-методическое пособие / О. О. Борисова. - М. : Советский спорт, 2007. - 132 с.
7. *Утомление при занятиях физической культурой и спортом* [Текст]: проблемы, методы исследования : монография / В. В. Роженцов, М. М. Полевщиков. - М. : Советский спорт, 2006. - 280 с.
8. *Шапошникова, В.И.* Хронобиология и спорт [Текст]: монография / В.И. Шапошникова, В.А. Таймазов. - М.: Советский спорт, 2005. - 180 с.

БАЗЫ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ СВОБОДНОГО ДОСТУПА

- [http://www.kgafk.ru/kgufk/html/attaches.html/\\$file/zhur_2-2011.pdf](http://www.kgafk.ru/kgufk/html/attaches.html/$file/zhur_2-2011.pdf) - Физическая культура, спорт - наука и практика (журнал).
- <http://www.fizkult-ura.com/theory/26> - ФизкультУРА, онлайн справочник.
- <http://dic.academic.ru/> - Электронная библиотека (Словари и энциклопедии онлайн).
- <http://www.rsl.ru/> - Российская государственная библиотека.
- <http://www.elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека.
- Российское образование [Электронный ресурс] : федеральный портал – режим доступа: <http://www.edu.ru>.
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] – режим доступа: <http://www.window.edu.ru>.