

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА  
 Должность: РЕКТОР  
 Дата подписания: 03.06.2022 11:19:16  
 Уникальный программный ключ:  
 9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16




**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**


Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.В	Новые виды физического воспитания и спорта

Код направления подготовки	44.03.05
Направление подготовки	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	очная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Старший преподаватель			Шакамалов Геннадий Мавлитович

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабakov Владислав Ермекбаевич	9	01.07.2019	
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабakov Владислав Ермекбаевич	2	17.09.2020	

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю) .....	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	9
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	10
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	13
7. Перечень образовательных технологий .....	15
8. Описание материально-технической базы .....	16

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Новые виды физического воспитания и спорта» относится к модулю части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является дисциплиной по выбору.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 час.

1.3 Изучение дисциплины «Новые виды физического воспитания и спорта» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Игровые виды спорта», «Летние виды спорта», «Педагогика физической культуры», «Сложно - координационные виды спорта», «Теория и методика физической культуры», «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

1.4 Дисциплина «Новые виды физического воспитания и спорта» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Зимние виды спорта», «Педагогический контроль в физическом воспитании и спорте», «Спортивное совершенствование», «Теория и методика гимнастики».

1.5 Цель изучения дисциплины:

Формирование знаний, умений и навыков в методике организации и проведении занятий новыми видами физического воспитания и спорта.

1.6 Задачи дисциплины:

- 1) Формирование знаний новых видов физического воспитания и спорта.
- 2) Повышение уровня знаний в методике проведения занятий по новым видам физического воспитания и спорта.
- 3) Развитие профессионально-педагогических компетенций в организации и проведении занятий по новым видам физического воспитания и спорта.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	
1	ПК-3 способен проектировать компоненты образовательных программ, в том числе индивидуальные маршруты обучения, воспитания и развития обучающихся
	ПК.3.1 Знает содержание и требования ФГОС, примерной программы по предмету/предметной области, особенности проектирования компонентов образовательной программы
	ПК.3.2 Умеет проектировать и разрабатывать элементы образовательной программы, рабочую программу по предмету/предметной области; проектировать содержание различных моделей обучения, воспитания и развития
	ПК.3.3 Владеет способами проектирования образовательных маршрутов разного уровня
2	УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.
	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.
	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ПК.3.1 Знает содержание и требования ФГОС, примерной программы по предмету/предметной области, особенности проектирования компонентов образовательной программы	3.1 знает содержание программ и требований ФГОС по реализации занятий новыми видами физического воспитания и спорта на базе общеобразовательной школы.
2	ПК.3.2 Умеет проектировать и разрабатывать элементы образовательной программы, рабочую программу по предмету/предметной области; проектировать содержание различных моделей обучения, воспитания и развития	У.1 умение планировать физкультурно-образовательный процесс по новым видам физического воспитания и спорта.

3	ПК.3.3 Владеет способами проектирования образовательных маршрутов разного уровня	В.1 владение методикой проведения занятий новыми видами физического воспитания и спорта.
1	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.	3.2 знать роль и место новых видов физического воспитания и спорта в системе физкультурно-спортивного образования России.
2	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.	У.2 умение проводить занятия по новым видам физическогго воспитания и спорта с учениками различной подготовленности и возраста.
3	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	В.2 владеть средствами и методами проведения занятий новыми видами физического воспитания и спорта с различным контингентом занимающихся.

## 2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Итого часов
	Л	ПЗ	СРС	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>36</b>
<b>Первый период контроля</b>				
<i><b>Характеристика новых видов физического воспитания и спорта</b></i>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>18</b>
Понятие новых видов физического воспитания и спорта	2		4	6
Воспитание физических качеств на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта	4		4	8
Особенности технической подготовки в новых видах физического воспитания и спорта		4		4
<i><b>Методика проведения занятий новыми видами физического воспитания и спорта</b></i>		<b>6</b>	<b>12</b>	<b>18</b>
Методы физической и технической подготовки в новых видах физического воспитания и спорта		4	4	8
Планирование и контроль за подготовкой в новых видах физического воспитания и спорта		2	4	6
Урочные и внеурочные занятия новыми видами физического воспитания и спорта с учениками			4	4
Итого по видам учебной работы	6	10	20	36
<b>Форма промежуточной аттестации</b>				
Экзамен				36
<b>Итого за Первый период контроля</b>				<b>72</b>

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

#### 3.1 Лекции

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Характеристика новых видов физического воспитания и спорта</b>	<b>6</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-3: 3.1 (ПК.3.1), У.1 (ПК.3.2) УК-7: 3.2 (УК.7.1)	
1.1. Понятие новых видов физического воспитания и спорта 1 Образование новых видов физическогo воспитания и спорта от классических. 2 История возникновения и развития новых видов физического воспитания и спорта. 3 Характеристика новых видов физического воспитания и спорта. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	2
1.2. Воспитание физических качеств на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта 1 Воспитание силовых качеств. 2 Воспитание ловкости. 3 Воспитание гибкости. 4 Воспитание скоростных качеств. 5 Воспитание выносливости. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 7, 8 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

#### 3.2 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Характеристика новых видов физического воспитания и спорта</b>	<b>4</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-3: 3.1 (ПК.3.1), У.1 (ПК.3.2) УК-7: 3.2 (УК.7.1)	
1.1. Особенности технической подготовки в новых видах физического воспитания и спорта 1 Техническая подготовка в роллерном спорте и скейтборде. 2 Особенности техники в аквааэробике. 3 Техническая подготовка в трековом велоспорте. 4 Техника выполнения упражнений йоги. 5 Техническая подготовка в единоборствах. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
<b>2. Методика проведения занятий новыми видами физического воспитания и спорта</b>	<b>6</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-3: В.1 (ПК.3.3) УК-7: У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
2.1. Методы физической и технической подготовки в новых видах физического воспитания и спорта 1 Методы строго-регламентированного упражнения. 2 Методы расчлененного обучения двигательным действиям. 3 Особенности самообучения двигательным действиям в новых видах физического воспитания и спорта. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10	4

<p>2.2. Планирование и контроль за подготовкой в новых видах физического воспитания и спорта</p> <p>1 Планирование занятий новыми видами физического воспитания и спорта.</p> <p>2 Сочетание классических видов спорта и новых в общей программе подготовки занимающихся.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	2
--	---

### 3.3 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Характеристика новых видов физического воспитания и спорта</b>	<b>8</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-3: 3.1 (ПК.3.1), У.1 (ПК.3.2) УК-7: 3.2 (УК.7.1)	
1.1. Понятие новых видов физического воспитания и спорта <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> 1 Образование новых видов физическогo воспитания и спорта от классических. 2 История возникновения и развития новых видов физического воспитания и спорта. 3 Характеристика новых видов физического воспитания и спорта.  Задание. Подготовить реферат на тему: "История новых видов спорта"; "Особенности тренировки в новых видах физической культуры и спорта"; "Проведение соревнований по новым видам спорта". Учебно-методическая литература: 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.2. Воспитание физических качеств на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> 1 Воспитание силовых качеств. 2 Воспитание ловкости. 3 Воспитание гибкости. 4 Воспитание скоростных качеств. 5 Воспитание выносливости.  Задание. 1 Выполнить выпрягивания из приседа - 30 раз; 2 Выполнить отжимания от пола - 20 раз; Челночный бег 3 подхода по 5 дорожек (10 м). Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 6, 8 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
<b>2. Методика проведения занятий новыми видами физического воспитания и спорта</b>	<b>12</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-3: В.1 (ПК.3.3) УК-7: У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
2.1. Методы физической и технической подготовки в новых видах физического воспитания и спорта <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> 1 Методы строго-регламентированного упражнения. 2 Меторды расчлененного обучения двигательным действиям. 3 Особенности самообучения двигательным действиям в новых видах физического воспитания и спорта.  Задание. Подготовиться к контрольной работе на тему: "Методы технической подготовки в новых видах спорта"; "Методы физической подготовки в новых видах спорта". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5, 6, 8, 10 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4

<p>2.2. Планирование и контроль за подготовкой в новых видах физического воспитания и спорта</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>1 Планирование занятий новыми видами физического воспитания и спорта. 2 Сочетание классических видов спорта и новых в общей программе подготовки занимающихся.</p> <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе на тему: "Контроль за физической подготовкой спортсменов"; "Контроль за технической подготовкой в новых видах спорта".</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9</p>	4
<p>2.3. Урочные и внеурочные занятия новыми видами физического воспитания и спорта с учениками</p> <p><b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b></p> <p>1 Проведение уроков по новым видам физического воспитания и спорта. 2 Школы дополнительного образования детей и подростков по новым видам физического воспитания и спорта.</p> <p>Задание. 1 Выполнять нормативы ГТО согласно возрасту. 2 Удержание "угол в висе" - 10 секунд.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 10</p>	4



## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
<b>Основная литература</b>		
1	Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс]: учебник для вузов физической культуры и спорта/ Матвеев Л.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2019.— 344 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/88519.html">http://www.iprbookshop.ru/88519.html</a>
2	Теория, методика и практика национальных единоборств в системе физической культуры [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Ч.Т. Иванков [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018.— 136 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/79033.html">http://www.iprbookshop.ru/79033.html</a>
3	Гарник В.С. Боевые искусства и единоборства в психофизической подготовке студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Гарник В.С.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012.— 176 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/16398.html">http://www.iprbookshop.ru/16398.html</a>
4	Ишмухаметов М.Г. Йога в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Ишмухаметов М.Г.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2012.— 160 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/32043.html">http://www.iprbookshop.ru/32043.html</a>
<b>Дополнительная литература</b>		
5	Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие. Специальность 050720 – «Физическая культура». Направление подготовки 050100 – «Педагогическое образование». Профиль подготовки – «Физическая культура»/ Ишмухаметов М.Г.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013.— 160 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/32103.html">http://www.iprbookshop.ru/32103.html</a>
6	Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт-трек» [Электронный ресурс]: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №683/ — Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2019.— 31 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/87537.html">http://www.iprbookshop.ru/87537.html</a>
7	Дудкина С.Н. Использование аквааэробики в условиях открытого водоема студентами вузов [Электронный ресурс]: методические рекомендации/ Дудкина С.Н., Васильева М.А.— Электрон. текстовые данные.— Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2017.— 19 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/74402.html">http://www.iprbookshop.ru/74402.html</a>
8	Быченков С.В. Атлетическая гимнастика для студентов [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Быченков С.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 50 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/49862.html">http://www.iprbookshop.ru/49862.html</a>
9	Программа спортивной подготовки по виду спорта акробатический рок-н-ролл [Электронный ресурс]/ Р.Н. Терехина [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 112 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65570.html">http://www.iprbookshop.ru/65570.html</a>
10	Передельский А.А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта [Электронный ресурс]: учебник/ Передельский А.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 416 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/55570.html">http://www.iprbookshop.ru/55570.html</a>

### 4.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование базы данных	Ссылка на ресурс
1	Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
2	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	<a href="https://elibrary.ru/defaultx.asp">https://elibrary.ru/defaultx.asp</a>

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

### 5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС						
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль					Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Конспект по теме	Контрольная работа по разделу/теме	Реферат	Упражнения	Зачет/Экзамен
<b>ПК-3</b>						
3.1 (ПК.3.1)	+			+	+	+
У.1 (ПК.3.2)	+			+	+	+
В.1 (ПК.3.3)		+	+		+	+
<b>УК-7</b>						
3.2 (УК.7.1)	+			+	+	+
У.2 (УК.7.2)		+	+		+	+
В.2 (УК.7.3)		+	+		+	+

### 5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

#### 5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Характеристика новых видов физического воспитания и спорта":

##### 1. Доклад/сообщение

- 1 Образование новых видов физическое воспитание и спорта от классических.
- 2 История возникновения и развития новых видов физического воспитания и спорта.
- 3 Характеристика новых видов физического воспитания и спорта.
- 4 Тренировка в новых видах физического воспитания и спорта.

Количество баллов: 5

##### 2. Реферат

- 1 История новых видов спорта.
- 2 Особенности тренировки в новых видах физической культуры и спорта.
- 3 Проведение соревнований по новым видам спорта.

Количество баллов: 10

##### 3. Упражнения

- 1 Выполнить выпрягивания из приседа - 30 раз;
- 2 Выполнить отжимания от пола - 20 раз;
- 3 Челночный бег 3 подхода по 5 дорожек (10 м).

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика проведения занятий новыми видами физического воспитания и спорта":

##### 1. Конспект по теме

- 1 Планирование занятий новыми видами физического воспитания и спорта.
- 2 Сочетание классических видов спорта и новых в общей программе подготовки занимающихся.
- 3 Методы строго-регламентированного упражнения.
- 4 Методы расчлененного обучения двигательным действиям.
- 5 Особенности самообучения двигательным действиям в новых видах физического воспитания и спорта.

Количество баллов: 5

## **2. Контрольная работа по разделу/теме**

- 1 Контроль за физической подготовкой спортсменов.
- 2 Контроль за технической подготовкой в новых видах спорта.
- 3 Методы технической подготовки в новых видах спорта.
- 4 Методы физической подготовки в новых видах спорта.

Количество баллов: 10

## **3. Упражнения**

- 1 Выполнять нормативы ГТО согласно возрасту.
- 2 Удержание "угол в висе" - 10 секунд.

Количество баллов: 10

## **5.2.2. Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».

### **Первый период контроля**

#### **1. Экзамен**

Вопросы к экзамену:

1. Педагогическое значение обучения технике двигательных действий
2. Основные закономерности выполнения техники приемов в единоборствах
3. Принципы выведения противника из равновесия
4. Зарождение и развитие единоборств в мире
5. Характеристика восточных видов единоборств
6. Характеристика аквааэробики
7. Особенности занятий йогой
8. Тренировка в роллерном спорте
9. Характеристика скейтбординга
10. Характеристика трекового велоспорта
11. Характеристика атлетической гимнастики
12. Характеристика акробатического рок-н-ролла
13. Воспитание силовых качеств на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта
14. Воспитание ловкости на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта
15. Воспитание гибкости на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта
16. Воспитание скоростных качеств на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта
17. Воспитание выносливости на занятиях новыми видами физического воспитания и спорта
18. Техническая подготовка в роллерном спорте и скейтборде
19. Особенности техники в аквааэробике
20. Техническая подготовка в трековом велоспорте
21. Техника выполнения упражнений йоги
22. Техническая подготовка в единоборствах
23. Характеристика экстремальных видов спорта
24. Проведение занятий новыми видами физического воспитания и спорта в общеобразовательной школе
25. Планирование физической подготовки в новых видах физического воспитания и спорта
26. Особенности занятий новыми видами физического воспитания и спорта с людьми различного возраста
27. Организация и проведение соревнований по новым видам физического воспитания и спорта
28. Планирование занятий новыми видами физического воспитания и спорта
29. Сочетание классических видов спорта и новых в общей программе подготовки занимающихся
30. Контроль за нагрузкой во время занятий физической культурой и спортом
31. Программы подготовки по новым видам физического воспитания и спорта
32. Судейство в новых видах физического воспитания и спорта
33. Характеристика тренировочного процесса в новых видах физического воспитания и спорта
34. Оценка сложности и подготовленности занимающихся в новых видах физического воспитания и спорта
35. Проведение занятий новыми видами физического воспитания и спорта на открытой спортивной площадке
36. Занятия новыми видами физической культуры и спорта на тренажерах
37. Занятия новыми видами физической культуры и спорта с весом собственного тела
38. Влияние занятий новыми видами физического воспитания и спорта на здоровье занимающихся
39. Предупреждение травматизма на занятиях
40. Роль новых видов физического воспитания и спорта в популяризации здорового образа жизни людей

### 5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"><li>- дается комплексная оценка предложенной ситуации</li><li>- демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li><li>- последовательное, правильное выполнение всех заданий</li><li>- умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li></ul>
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"><li>- дается комплексная оценка предложенной ситуации</li><li>- демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li><li>- последовательное, правильное выполнение всех заданий</li><li>- возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя</li><li>- умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li></ul>
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"><li>- затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации</li><li>- неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя</li><li>- выполнение заданий при подсказке преподавателя</li><li>- затруднения в формулировке выводов</li></ul>
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"><li>- неправильная оценка предложенной ситуации</li><li>- отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий</li></ul>

## 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1. Лекции

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### 2. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

### 3. Экзамен

Экзамен преследует цель оценить работу обучающегося за определенный курс: полученные теоретические знания, их прочность, развитие логического и творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умения анализировать и синтезировать полученные знания и применять их для решения практических задач.

Экзамен проводится в устной или письменной форме по билетам, утвержденным заведующим кафедрой. Экзаменационный билет включает в себя два вопроса и задачи. Формулировка вопросов совпадает с формулировкой перечня вопросов, доведенного до сведения обучающихся не позднее чем за один месяц до экзаменационной сессии.

В процессе подготовки к экзамену организована предэкзаменационная консультация для всех учебных групп.

При любой форме проведения экзаменов по билетам экзаменатору предоставляется право задавать студентам дополнительные вопросы, задачи и примеры по программе данной дисциплины. Дополнительные вопросы, также как и основные вопросы билета, требуют развернутого ответа.

Результат экзамена выражается оценкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

### 4. Доклад/сообщение

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
  - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
  - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
  - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
  - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
  - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

### 5. Конспект по теме

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

## 6. Реферат

Реферат – теоретическое исследование определенной проблемы, включающее обзор соответствующих литературных и других источников.

Реферат обычно включает следующие части:

1. библиографическое описание первичного документа;
2. собственно реферативная часть (текст реферата);
3. справочный аппарат, т.е. дополнительные сведения и примечания (сведения, дополнительно характеризующие первичный документ: число иллюстраций и таблиц, имеющихся в документе, количество источников в списке использованной литературы).

Этапы написания реферата

1. выбрать тему, если она не определена преподавателем;
2. определить источники, с которыми придется работать;
3. изучить, систематизировать и обработать выбранный материал из источников;
4. составить план;
5. написать реферат:
  - обосновать актуальность выбранной темы;
  - указать исходные данные реферируемого текста (название, где опубликован, в каком году), сведения об авторе (Ф. И. О., специальность, ученая степень, ученое звание);
  - сформулировать проблематику выбранной темы;
  - привести основные тезисы реферируемого текста и их аргументацию;
  - сделать общий вывод по проблеме, заявленной в реферате.

При оформлении реферата следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

## 7. Упражнения

Лексические и грамматические упражнения проверяют словарный запас студента и умение его эффективно применять, а также то, насколько хорошо студент усвоил грамматические явления, разбираемые в соответствующем семестре, и может использовать их для достижения коммуникативных целей.

Упражнение – специально организованное многократное выполнение языковых (речевых) операций или действий с целью формирования или совершенствования речевых навыков и умений, восприятия речи на слух, чтения и письма.

Типология упражнений для формирования лексико-грамматических навыков:

- 1) восприятие (упражнения на узнавание нового грамматического явления в знакомом контексте);
- 2) имитация (упражнения на воспроизведение речевого образца без изменений);
- 3) подстановка (характеризуются тем, что в них происходит подстановка лексических единиц в какой-либо речевой образец);
- 4) трансформация (грамматическое изменение образца)
- 5) репродукция (воспроизведение грамматических форм самостоятельно и осмысленно);
- 6) комбинирование (соединение в речи новых и ранее усвоенных лексико- грамматических образцов).

Типология упражнений для формирования коммуникативных умений

- 1) языковые упражнения – тип упражнений, предполагающий анализ и тренировку языковых явлений вне условий речевой коммуникации;
- 2) условно-речевые упражнения – тип упражнения, характеризующийся ситуативностью, наличием речевой задачи и предназначенный для тренировки учебного материала в рамках учебной (условной) коммуникации;
- 3) речевые упражнения – тип упражнений, используемый для развития умений говорения.

## 8. Контрольная работа по разделу/теме

Контрольная работа выполняется с целью проверки знаний и умений, полученных студентом в ходе лекционных и практических занятий и самостоятельного изучения дисциплины. Написание контрольной работы призвано установить степень усвоения студентами учебного материала раздела/темы и формирования соответствующих компетенций.

Подготовку к контрольной работе следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данному разделу/теме и конспектов лекций.

Контрольная работа выполняется студентом в срок, установленный преподавателем в письменном (печатном или рукописном) виде.

При оформлении контрольной работы следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. Развивающее обучение
2. Проблемное обучение

## **8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ**

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. спортивный зал
3. тренажерный зал
4. тацевальный зал
5. учебная аудитория для лекционных занятий
6. Лицензионное программное обеспечение:
  - Операционная система Windows 10
  - Microsoft Office Professional Plus
  - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
  - Справочная правовая система Консультант плюс
  - 7-zip
  - Adobe Acrobat Reader DC