

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет естественнонаучного образования, физической культуры и  
безопасности жизнедеятельности  
Кафедра теории и методики обучения физической культуре и безопасности  
жизнедеятельности

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебной работе

Ю. А. Жадаев

«*16*» *марта* 2018 г.



## **Базовые и новые физкультурно- спортивные виды**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.03.05 «Педагогическое образование»

Профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»

*заочная форма обучения*

Волгоград  
2018

Обсуждена на заседании кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности

«20» 02 2018г., протокол № 7

Заведующий кафедрой Стещенко В. В. (подпись) \_\_\_\_\_ (зар. кафедрой) «20» 02 2018 г. (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности

жизнедеятельности «19» 03 2018 г., протокол № 7

Председатель учёного совета Вороженин А. М. (подпись) \_\_\_\_\_ «19» 03 2018г. (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»

«26» 03 2018г., протокол № 7

#### Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (руководитель ОПОП) \_\_\_\_\_ (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (руководитель ОПОП) \_\_\_\_\_ (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (руководитель ОПОП) \_\_\_\_\_ (дата)

#### Разработчики:

В.В. Стещенко, канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ",  
А.Ю. Михайлов, канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ",  
Н.В. Петрученя, канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ",  
А.Г. Алферов, канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".

Программа дисциплины «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 февраля 2016 г. № 91) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 26 марта 2018 г., протокол № 07).

## **1. Цель освоения дисциплины**

Формирование целостной системы представлений и знаний о базовых и новых физкультурно-спортивных видах как основе профессиональной деятельности специалиста в сфере физической культуры и спорта.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды» относится к вариативной части блока дисциплин.

Профильной для данной дисциплины является педагогическая профессиональная деятельность.

Для освоения дисциплины «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Физическая культура и спорт», «Интернет и мультимедиа технологии», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Социальная информатика», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Методика обучения безопасности жизнедеятельности», «Методика обучения физической культуре», «Физическая культура и спорт», «Интернет и мультимедиа технологии», «Межпредметные связи многоуровневого обучения безопасности жизнедеятельности», «Научно-методическое обеспечение дисциплины "Физическая культура"», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Прикладная экология в системе защиты окружающей среды», «Проектирование процесса физической культуры в образовательных учреждениях», «Социальная информатика», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Технология модульного обучения безопасности жизнедеятельности», «Экологическая безопасность экосистем», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

## **3. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8);
- 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);
- готовностью к организации образовательного процесса по физической культуре и использованию в профессиональной деятельности методов научного исследования (СК-1).

### **В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

#### ***знать***

- основы техники гимнастических упражнений;
- основные принципы, средства и методы обучения гимнастическим упражнениям;
- основные понятия об игровой деятельности. Значение игры в жизни человека и общества;
- место подвижных игр в педагогической практике;

- основы организации и построения занятий по футболу. Классификации техники и тактики игры. Методику обучения двигательным действиям;
- терминологию вида спорта. Основные тактические системы игры. Основы правил игры;
- классификацию и общую характеристику легкоатлетических упражнений. Технику и методику легкоатлетических упражнений. Правила соревнований по видам легкой атлетики. Содержание программного материала по легкой атлетике для всех ступеней общего образования;
- формы учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию. Содержание и особенность оздоровительной направленности легкоатлетических упражнений;
- основы техники спортивных и прикладных способов плавания, стартов и поворотов, а также требования к ее рациональным вариантам. Факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по плаванию;
- основы возрастно-половых закономерностей развития физических качеств и формирования двигательных навыков в плавании;
- основы техники, тактики, правила игры и проведения соревнований по волейболу. Меры предупреждения травматизма на занятиях и при проведении соревнований;
- основные педагогические принципы обучения и воспитания различных возрастных категорий обучающихся и их особенности;
- основы техники, тактики, правила игры и проведения соревнований по баскетболу. Меры предупреждения травматизма на занятиях и при проведении соревнований;

#### ***уметь***

- применять адекватные поставленным задачам современные научно- обоснованные средства и методы обучения и воспитания, а также организационные приемы работы с занимающимися;
- анализировать технику двигательных действий, уровень физической подготовленности занимающихся;
- подбирать подвижные игры с учетом конкретных задач каждого отдельного урока, его содержания, принимая во внимание уровень физической подготовленности, функциональных особенностей организма в соответствии с педагогическими задачами, возрастом играющих и формами работы;
- составлять конспекты и самостоятельно проводить пройденные игры;
- объяснять и показывать упражнения, определять и исправлять ошибки;
- осуществлять судейство матча;
- подбирать адекватные возрасту и уровню подготовленности легкоатлетические упражнения. Обучать технике легкоатлетических упражнений;
- разрабатывать план-конспект урока по легкой атлетике для всех ступеней общего образования. Проводить занятие по легкой атлетике. Использовать оздоровительную направленность легкоатлетических упражнений;
- определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в обучении техники спортивных способов плавания;
- применять современные знания и научно-технический прогресс в процессе подготовки и совершенствования физического и технико-тактического мастерства в плавании;
- подбирать и применять наиболее оптимальные и эффективные современные научно обоснованные средства и методы при достижении цели и решении задач в учебно-воспитательном процессе;
- применять современные педагогические технологии в учебно-воспитательном процессе при обучении и совершенствовании техники и тактики игры на занятиях с различными категориями учащихся;

### **владеть**

- гимнастической терминологией в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;
- методикой составления конспекта урока по гимнастике в общеобразовательной школе с учащимися различных возрастных групп;
- методикой организации подвижных игр в педагогической практике;
- методикой проведения подвижных игр в педагогической практике;
- навыками обучения физическим упражнениям;
- навыками проведения соревнований;
- методикой обучения технике легкоатлетических упражнений. Методикой развития двигательных способностей средствами легкой атлетики;
- опытом организации и судейства соревнований по легкой атлетике;
- методикой устранения ошибочных двигательных действий в плавании различными способами;
- навыками мониторинга физического развития и функционального состояния органов и систем организма на различных этапах педагогического контроля;
- общей и индивидуальной методикой обучения и воспитания обучающихся;
- методикой планирования учебно-воспитательного процесса занятий и навыками проведения мониторинга уровня подготовки занимающихся.

## **4. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры					
		1з / 1л / 2л / 2з / 3л / 3з					
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	72	12 / 12 / 12 / 12 / 12 / 12					
В том числе:							
Лекции (Л)	12	2 / 2 / 2 / 2 / 2 / 2					
Практические занятия (ПЗ)	–	– / – / – / – / – / –					
Лабораторные работы (ЛР)	60	10 / 10 / 10 / 10 / 10 / 10					
<b>Самостоятельная работа</b>	438	87 / 56 / 92 / 87 / 56 / 60					
<b>Контроль</b>	30	9 / 4 / 4 / 9 / 4 / –					
Вид промежуточной аттестации		ЭК / ЗЧО / ЗЧ / ЭК / ЗЧ / –					
Общая трудоемкость часы зачётные единицы	540	108 / 72 / 108 / 108 / 72 / 72					
	15	3 / 2 / 3 / 3 / 2 / 2					

## **5. Содержание дисциплины**

### **5.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Гимнастика	Классификация и общая характеристика гимнастики в системе физического воспитания. Техника безопасности на занятиях. Страховка. Гимнастическая терминология. Правила и требования, предъявляемые к терминологии. Правила и форма записи упражнений. Строевые упражнения. Обучение гимнастическим упражнениям. Общеразвивающие упражнения. Составление комплексов общеразвивающих упражнений.

2	Подвижные игры	Игра как исторически сложившееся социальное явление. Педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр. Подвижные игры на уроке физической культуры и во внеклассной работе. Подвижные игры для учащихся разных возрастных групп. Игры для развития основных физических качеств.
3	Футбол	Краткая история, современное состояние и перспективы развития футбола. Организация и построение занятий по футболу. Классификация техники игры. Техника игры: техника передвижений, техника владения мячом - вратаря, полевого игрока. Классификация тактики игры. Тактика игры: тактика нападения (индивидуальная, групповая, командная); тактика защиты (индивидуальная, групповая, командная). Тактические системы. Правила игры. Организация и проведение соревнований по футболу. Судейство соревнований. Терминология игры.
4	Легкая атлетика	Этапы развития легкой атлетики. Основы техники легкоатлетических упражнений. Основы обучения технике легкоатлетических упражнений. Развитие двигательных способностей средствами легкой атлетики. Легкоатлетические упражнения в программе общеобразовательных учреждений. Внеурочные формы занятий. Оздоровительная направленность легкоатлетических упражнений.
5	Плавание	Основы биомеханики и гидродинамики в плавании. Обучение технике плавания способом кроль на груди; способ кроль на спине; брасс. Обучение технике старта из воды, старта с тумбочки. Обучение технике поворотов при различных способах плавания. Последовательность изучения техники спортивных способов плавания. Основные средства и методы начального обучения. Факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по плаванию. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим. Организация соревнований. Судейство соревнований.
6	Волейбол	Краткая история развития игры волейбол. Обучение технике игры: техника защиты (стойка волейболиста, передвижения игрока по площадке приставными шагами, бег, техника подения игрока, прием мяча двумя руками снизу и одной, болкирование мяча, ); техника нападения (передачи и подачи мяча, нападающий удар). Обучение тактике игры: тактика нападения (индивидуальные, групповые); тактика защиты (при расстановке "углом вперед" и "углом назад"). Правила игры. Проведение соревнований по волейболу. Терминология игры. Меры предупреждения травматизма на занятиях волейболом.
7	Баскетбол	Краткая история развития игры баскетбол. Обучение технике игры: техника защиты (стойка баскетболиста,

		<p>бег, прыжки, передвижение приставными шагами, перехват, выбивание, вырывание, накрывание мяча); техника нападения (передачи, ведения, броски мяча в корзину, подбор мяча отскакившего от щита). Обучение тактике игры: тактика нападения(индивидуальные, групповые, командные действия); тактика защиты(персональная защита, зонная защита). Правила игры. Проведение соревнований по баскетболу. Терминология игры. Меры предупреждения травматизма на занятиях баскетболом.</p>
--	--	--

## 5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Гимнастика	1	–	11	42	54
2	Подвижные игры	1	–	5	43	49
3	Футбол	2	–	5	43	50
4	Легкая атлетика	2	–	10	43	55
5	Плавание	2	–	9	95	106
6	Волейбол	2	–	10	86	98
7	Баскетбол	2	–	10	86	98

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### 6.1. Основная литература

1. Базовые виды двигательной деятельности : Учебно-методическое пособие для бакалавров / С. А. Луценко ; Луценко С. А. - Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2013. - 48 с. - ISBN 978-5-8179-0156-6..
2. Ветков Н.Е. Спортивные и подвижные игры: учебно-методическое пособие / Ветков Н.Е.— О.: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016. 126— с. <http://www.iprbookshop.ru/61049>.
3. Губа В.П. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Губа В.П., Лексаков А.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2012.— 176 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16822>.— ЭБС «IPRbooks».
4. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика: учебно-методическое пособие / Луценко С.А., Михайлов А.В.— С.: Институт специальной педагогики и психологии, 2012. 80— с. <http://www.iprbookshop.ru/29967>.
5. Петрова, Н. Л.Плавание. Начальное обучение с видеокурсом [Электронный ресурс] / Н. Л. Петрова, В. А. Баранов ; Н. Л. Петрова. - : Человек, 2013. - ISBN 978-5-906131-07-2..
6. Спортивные игры : Техника, тактика, методика обучения [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 – Физическая культура / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Изд. центр «Академия», 2008. – 517,[2] с. : ил.,.
7. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. / М.Н. Жуков – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 160 с..
8. Жилкин, А.И. Легкая атлетика : учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры высш. пед. учеб. заведений: {Учеб.} / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - М. : Академия, 2003. - 463,[1] с. : рис., табл. - (Высшее образование). - Библиогр. в конце частей. -

ISBN 5-7695-1146-X; 14 экз. : 144-00..

9. Попов, В. Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов [Электронный ресурс] / В. Б. Попов ; В. Б. Попов. - : Человек, 2012. - ISBN 978-5-904885-47-2..

10. Спортивные игры: учебно-методическое пособие / — К.: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2010. 63— с. <http://www.iprbookshop.ru/23931>.

## **6.2. Дополнительная литература**

1. Савельева, О. Ю. Основы начального обучения плаванию [Электронный ресурс] : учебное пособие / О. Ю. Савельева ; О. Ю. Савельева. - Москва : Московский городской педагогический университет, 2012. - 180 с..

2. Савельева, О. Ю. Плавание. Самостоятельные занятия [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов факультетов физической культуры / О. Ю. Савельева ; О. Ю. Савельева. - Москва : Московский городской педагогический университет, 2010. - 116 с..

3. Шамонин А.В. Футбол: учебно-методическое пособие / Шамонин А.В.— М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. 128— с..

4. Современная гимнастика. Проблемы, тенденции, перспективы [Электронный ресурс] : Сборник материалов IX Международной научно-практической конференции / А. Н. Дитятин [и др.] ; А. Н. Дитятин. - Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2013. - 159 с. - ISBN 978-5-8064-1941-6..

5. Орлов, Р. В. Легкая атлетика [Электронный ресурс] / Р. В. Орлов ; Р. В. Орлов. - : Человек ; Олимпия Пресс, 2006. - ISBN 5-94299-063-8..

6. Жилкин, А.И. Легкая атлетика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 033100 - Физ. культура: {Учеб.} / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2005. - 463,[1] с. : рис., табл. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр. в конце частей. - Рекомендовано УМО. - Издат. программа "Физическая культура и спорт". - ISBN 5-7695-2249-6; 25 экз. : 123-84.

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. [Http://www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) - Электронная библиотечная система.
2. [Http://www.gumfak.ru](http://www.gumfak.ru) - Электронная гуманитарная библиотека.
3. [Http://edu.vspu.ru](http://edu.vspu.ru) - Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета.
4. [Http://elibrary.ru](http://elibrary.ru) - Научная электронная библиотека.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Технологии обработки видеоматериалов.
2. Комплект офисного программного обеспечения.

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:



1. Специализированные спортивные залы.
2. Стадион и открытые плоскостные сооружения.
3. Плавательный бассейн.
4. Кабинет первой медицинской помощи.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена, аттестации с оценкой, зачета, .

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

Лабораторная работа представляет собой особый вид индивидуальных практических занятий обучающихся, в ходе которых используются теоретические знания на практике, применяются специальные технические средства, различные инструменты и оборудование. Такие работы призваны углубить профессиональные знания обучающихся, сформировать умения и навыки практической работы в соответствующей отрасли наук. В процессе лабораторной работы обучающийся изучает практическую реализацию тех или иных процессов, сопоставляет полученные результаты с положениями теории, осуществляет интерпретацию результатов работы, оценивает возможность применения полученных знаний на практике.

При подготовке к лабораторным работам следует внимательно ознакомиться с теоретическим материалом по изучаемым темам. Необходимым условием допуска к лабораторным работам, предполагающим использованием специального оборудования и материалов, является освоение правил безопасного поведения при проведении соответствующих работ. В ходе самой работы необходимо строго придерживаться плана работы, предложенного преподавателем, фиксировать промежуточные результаты работы для отчета по лабораторной работе.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и

углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.