

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»



«Утверждаю»

Ректор ФГБОУ ВПО «ЛГПУ» П.Г. Бугаков  
«16» сентября 2013 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курсов повышения квалификации  
учителей физической культуры  
«СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ОРГАНИЗАЦИИ И СОДЕРЖАНИЯ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ  
В АСПЕКТЕ ФГОС 2 ПОКОЛЕНИЯ»

Разработчик программы:  
кандидат педагогических наук,  
профессор кафедры профессиональной  
подготовки учителя физической культуры  
В.А. Кашкаров

Липецк – 2013

## **1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Физическое воспитание школьников – это педагогический процесс, направленный на совершенствование форм и функций организма школьника, на формирование двигательных навыков, умений, знаний, на воспитание физических качеств. Содержательную сторону программы составляют вопросы теории и методики физического воспитания, педагогики, медико-биологических дисциплин и правовых основ физической культуры и спорта, базовых видов спортивных дисциплин.

**Категория слушателей:** учителя физической культуры общеобразовательных учреждений.

**Требования к уровню подготовки слушателей Программы:** действующие учителя физической культуры общеобразовательных учреждений, имеющие диплом государственного образца о среднем профессиональном образовании или о высшем педагогическом образовании.

**Сфера применения слушателями полученных профессиональных компетенций, умений и знаний:** полученные знания могут использоваться слушателями для совершенствования процесса физического воспитания школьников.

## **2. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДГОТОВКИ ПО ПРОГРАММЕ**

**Нормативный срок освоения программы – 108 часов**

**Режим обучения – 6-8 часов в день**

**Форма обучения – с частичным отрывом от работы.**

## **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

***Слушатель курсов должен знать:***

1. Основные положения государственной политики в системе школьного образования РФ.
2. Основы нормативно-правового регулирования образовательной деятельности ОУ и профессиональной деятельности педагога.
3. Психолого-педагогические основы образовательного процесса по направлению «Физическое воспитание детей школьного возраста».
4. Инновационные педагогические технологии в образовательной деятельности ОУ, инновационные подходы в организации физкультурного образования детей в ОУ.
5. Современные образовательные программы и технологии в ОУ.
6. Виды и формы организации физкультурной деятельности детей в ОУ.

***Слушатель курсов должен уметь:***

1. Планировать работу по физическому воспитанию школьников в соответствии с современными требованиями к программно-методическому обеспечению процесса физического воспитания.
2. Организовывать преемственность в работе и взаимодействие с разными специалистами ОУ по проблемам развития ребенка в физкультурно-оздоровительной деятельности.
3. Применять развивающие методы и приемы развития ребенка в физическом воспитании.
4. Проводить диагностику физического развития детей школьного возраста.
5. Применять дифференцированный подход в процессе физического воспитания школьников, организовывать работу с двигательльно-одаренными детьми.
6. Организовывать самостоятельную двигательную деятельность школьников.
7. Организовывать физкультурные досуги и праздники, спортивные соревнования с детьми школьного возраста.

***Слушатель курсов должен владеть:***

1. Методами и приемами интегрированного обучения в процессе физического воспитания школьников.
2. Методами и приемами обучения детей основным двигательным действиям во всех возрастных группах.
3. Методикой обучения детей основным двигательным действиям во всех возрастных группах.

В процессе освоения программы ведется совершенствование и качественное изменение следующих **профессиональных компетенций**:

***в области педагогической деятельности:***

- готов применять современные методики и технологии, в том числе и информационные, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса на конкретной образовательной ступени конкретного образовательного учреждения;
- способен применять современные методы диагностирования достижений обучающихся и воспитанников, осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии;
- способен использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса;
- готов включаться во взаимодействие с родителями, коллегами, социальными партнерами, заинтересованными в обеспечении качества учебно-воспитательного процесса;
- способен организовывать сотрудничество обучающихся и воспитанников;
- готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;

***В области культурно-просветительской деятельности:***

- способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы для различных категорий населения, в том числе, с использованием современных информационно-коммуникационных технологий;
- способен профессионально взаимодействовать с участниками культурно-просветительской деятельности;
- способен выявлять и использовать возможности региональной культурной образовательной среды для организации культурно-просветительской деятельности.

#### **4. СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**

##### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

<b>Виды занятий</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Модуль 1. Нормативно-правовой модуль</b>	
Лекции	6
Практические занятия	-
Лабораторные работы	-
Самостоятельные занятия	-
Выездные занятия	-
<b>Модуль 2. Психолого-педагогический модуль</b>	
Лекции	24
Практические занятия	-
Лабораторные работы	-
Самостоятельные занятия	-
Выездные занятия	-

<b>Модуль 3. Предметной области модуль</b>	
Лекции	22
Практические занятия	6
Лабораторные работы	-
Самостоятельные занятия	-
Выездные занятия	-
<b>Модуль 4. Контрольно-оценочный модуль</b>	
Лекции	4
Практические занятия	2
Лабораторные работы	-
Самостоятельные занятия	-
Выездные занятия	-
<b>Модуль 5. Практический модуль</b>	
Лекции	8
Практические занятия	32
Лабораторные работы	-
Самостоятельные занятия	-
Выездные занятия	-
<b>Итоговая аттестация</b>	<b>4</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>108</b>

**5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**  
**5.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

№	Наименование модуля	Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Стажировка	Форма контроля
<b>1</b>	<b>Нормативно-правовой модуль</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	
1.1.	Государственные образовательные стандарты высшего профессионального образования	-	2	-	-	Собеседование
1.2.	Соблюдение права безопасности охраны здоровья, чести, достоинства при проведении физической культуры и спорта	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
1.3.	Общероссийский классификатор услуг населению. Государственные стандарты РФ	-	2	-	-	Собеседование
<b>2</b>	<b>Психолого-педагогический модуль</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	
2.1.	Психологическая специфика деятельности учителя физической культуры	-	4	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
2.2.	Структура и содержание Олимпийского образования школьников	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
2.3.	Проблема конфликтов, работа с трудными подростками	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
2.4.	Педагогическое мастерство учителя физической культуры	-	4	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
2.5.	Общая и профессиональная культура педагога	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
2.6.	Направленность личности учителя физической культуры	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций

2.7.	Педагогическая позиция педагога	-	2	-	-	Собеседование
2.8.	Роль психодиагностики в спорте в педагогической деятельности	-	2	-	-	Собеседование
2.9.	Учёт возрастных особенностей учащихся в обучении	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций.
2.9.1.	Взаимодействие семьи и школы как фактор социализации подрастающего поколения	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
<b>3</b>	<b>Предметной области модуль</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>6</b>	-	
3.1.	Государственные образовательные стандарты (ГОС) и документы, регламентирующие ГОС	-	2	-	-	Собеседование
3.2.	Анализ современных программ физического воспитания школьников	-	2	-	-	Собеседование
3.3.	Планирование и программирование учебно-воспитательного процесса по ФК в рамках ФГОС	-	2	-	-	Собеседование
3.4.	Дидактические процессы в учебном предмете «Физическая культура»	-	2	-	-	Собеседование
3.5.	Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы	-	-	2	-	Собеседование
3.6.	Нервная регуляция организма, возрастные особенности	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
3.7.	Общие понятия о возрастной физиологии детей и подростков	-	2	-	-	Собеседование
3.8.	Дизонтогенез нервной системы	-	2	2	-	Собеседование
3.9.	Доклиническая диагностика наиболее частых отклонений в развитии важнейших систем организма ребенка.	-	2	-	-	Собеседование

3.9.1.	Организация работы специальной медицинской группы по физическому воспитанию в школе	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
3.9.2.	Особенности проведения занятий в специальной медицинской группе при заболеваниях сердечно - сосудистой системы	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
3.9.3.	Особенности проведения занятий в специальной медицинской группе при заболеваниях органов дыхания и желудочно-кишечного тракта	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
3.9.4.	Особенности проведения занятий при деформациях опорно-двигательного аппарата	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
<b>4</b>	<b>Контрольно-оценочный модуль</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	-	
4.1.	Пульсограмма занятий на уроке	-	2	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
4.2.	Математико-статистические подходы к обработке данных	-	2	-	-	Собеседование
<b>5</b>	<b>Практический модуль</b>	<b>40</b>	<b>8</b>	<b>32</b>	-	
5.1.	Сенситивные периоды развития двигательных способностей у школьников	-	2	-	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.2.	Современные тенденции развития футбола	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.3.	Основные положения проекта «Мини-футбол – в школу» и «Мини-футбол – в ВУЗы»	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.4.	Основные правила игры в футбол. Смешанный футбол	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций.

5.5.	Гимнастическая терминология	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.6.	Теоретико-методические основы преподавания гимнастики в школе	-	2	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций.
5.7.	Современные требования к организации урока по предмету «легкая атлетика»	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.8.	Обучение технике прыжков, метаний школьников и контроль	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.9.	Аэробика: теория и методика проведения занятий в школе	-	2	6	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.9.1.	Особенности применения подвижных игр на уроках физической культуры	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.9.2.	Основы правил соревнований по волейболу	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.9.3.	Методика обучения технике и тактике игры в волейбол	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций.
5.9.4.	Русская лапта и методика обучения	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.9.5.	Методика проведения соревнований по баскетболу. Изменения в правилах соревнований	-	2	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
5.9.6.	Тактика игры в баскетболе	-	-	2	-	Собеседование. Решение практических ситуаций
<b>6</b>	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	-	-	<b>Компьютерное тестирование</b>
	Всего часов по Программе	<b>108</b>	<b>66</b>	<b>42</b>	-	



## 5.2. ТЕМАТИКА ЗАНЯТИЙ

### Модуль 1.

#### Нормативно-правовой модуль

**Государственные образовательные стандарты высшего профессионального образования. Закон об образовании РФ. Соблюдение права безопасности охраны здоровья, чести, достоинства при проведении физической культуры и спорта.**

Постановление Минтруда РФ от 24 октября 2002 г. № 73 «Об утверждении форм документов, необходимых для расследования и учета несчастных случаев на производстве, и Положения об особенностях расследования несчастных случаев на производстве в отдельных отраслях и организациях».

**Общероссийский классификатор услуг населению. Государственные стандарты РФ**

Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Требования безопасности потребителей. Классификатор услуг населению. Контроль за выполнением требований безопасности. Специфический фактор риска при оказании спортивных услуг.

*Тематика самостоятельной работы:*

Юридическая ответственность и ее виды в объекте ФК. Гражданско-правовая ответственность за причиненный вред здоровью при проведении ФК, спортивных соревнований и развлекательных, спортивных зрелищных мероприятий. Дисциплинарная ответственность работников физической культуры и спорта в процессе профессиональной деятельности. Административная и правовая ответственность. Понятие и виды преступлений в области физической культуры и спорта.

*Используемые образовательные технологии:*

- Активное обучение
- Ситуационный анализ

*Формы контроля:*

- Тестирование
- Собеседование

*Учебно-методические материалы:*

1. Конституция Российской Федерации
2. Федеральный закон «Об образовании»
3. Типовое положение об образовательном учреждении
4. Федеральная целевая программа развития образования 2010-2014 г.г.

### Модуль 2.

#### Психолого-педагогический модуль

**Роль психодиагностики в спорте в педагогической деятельности.**

*Тематика и содержание практических занятий.* Программа для составления психологической характеристики спортсмена. Выявление предметно-содержательной стороны предсоревновательного психического состояния спортсмена по (В.П.Уманскому). Изучение методологических принципов связи эффективности спортивной деятельности с типологическими особенностями свойств нервной системы (по Е.П.Ильину).

*Тематика самостоятельной работы:*

Изучение методов психодиагностики в спорте по Маршuku В.Л.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Формы контроля:*

- Собеседование

- Решение практических ситуаций

*Учебно-методические материалы:*

1. Психотерапия в спорте Байкова И.А., Головач А.А., Тарасевич Е.В., Порахонько С.А., Чистов А.В. Учебно-методическое пособие. - Минск, 2006. - 71 с.
2. Попов А.Л. Спортивная психология. Учебное пособие для спортивных вузов. – М.: Московский психолого-социальный институт. Флинта, 2002. – 219 с.
3. Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. Под ред. Гиппенрейтер Ю.Б. и Романова В.Я. М.: ЧеРо, Сфера, 2000.

*Дополнительная литература:*

1. Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. М.: Фис.1978.
2. Горбунов.Г.Д. Психопедагогика спорта. М.: ФиС. 1986.

### **Учёт возрастных особенностей учащихся в обучении**

*Тематика и содержание практических занятий.* Формирование у учащихся индивидуального стиля активности на уроках физической культуры. Учет индивидуально-психологических особенностей учащихся в организации образовательного процесса. Учет возрастных особенностей в использовании индивидуального подхода.

*Тематика самостоятельной работы:*

Изучение возрастных кризисов по классификации Эриксона.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Учебно-методические материалы:*

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов вузов. - М.: Академия, 1999. - 672 с.
2. Абрамова Г.С. Практикум по возрастной психологии. - М., 1998
3. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека: Учеб. пособие для вузов. - М., 2001.
4. Бухова Л.Ф. Возрастная психология. - М.: Изд-во МГУ, 1997.

### **Взаимодействие семьи и школы как фактор социализации подрастающего поколения**

*Тематика и содержание практических занятий.* Структура семьи. Фазы семейного цикла. Определение функций каждого члена семьи. Типы семейного воспитания. Коллективным формам взаимодействия школы и семьи.

*Тематика самостоятельной работы:*

Изучение методов педагогического взаимодействия школы и семьи.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Учебно-методические материалы:*

1. Адлер А. О нервическом характере. Спб., 1997. 388 с.
2. Бержере Ж. Психоаналитическая патопсихология. М.: МГУ, 2001. 400 с.
3. Виттельс Ф. З.Фрейд. Его личность, учение и школа. Л., 1991.
4. Баттерворт Дж., Харрис М. Принципы психологии развития. М.: Когито-Центр, 2000. 350 с.
5. Шторк Й. Психическое развитие маленького ребенка с психоаналитической точки зрения // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 2. М., 2001. С.134-198.
6. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 338 с.

## **Психологическая специфика деятельности учителя физической культуры**

Основные функции учителя физической культуры: воспитательная, образовательно-нравственная, управленческо-организаторская, проектировочная, административно-хозяйственная.

Способности, необходимые учителю физической культуры: дидактические, академические, перцептивные, организаторские, коммуникативные, аттенционные, экспрессивные.

Умения учителя физической культуры: конструктивные, организаторские, коммуникативные, гностические, двигательные.

Стили педагогической деятельности: демократический стиль, авторитарный стиль, либеральный стиль.

Индивидуальные стили педагогической деятельности: эмоционально-инновационный, эллекциально-методический, рассуждающе-импровизационный.

Специфические условия труда: условия психической напряженности, условия психической нагрузки, условия связанные с внешне рядовыми факторами.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Формы контроля:*

- Собеседование
- Решение практических ситуаций

*Литература:*

1. Гогонов Е.Н., Б.И. Мартянов. Психология физического воспитания и спорта 2-изд/учебн.пособие, М.: Академия. 2004г. - 224с.
2. Неверкович С.Д. Педагогика физической культуры и спорта/ учебник, М.: Физическая культура, 2006 г. -528 с.
3. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта/учебник для вузов, М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2004. – 576с.

## **Структура и содержание Олимпийского образования школьников**

Олимпийское образование: формирование и совершенствование у детей и молодежи. Системы знаний, системы мотивации, интересов, потребностей и ценностных ориентаций, система способностей умений и навыков.

Формы работы и их характеристика: просветительская работа, разъяснение и пропаганда идей Олимпизма и Олимпийского движения, «Олимпийский день», «Олимпийский урок», стенды и фотовитрины, олимпийский зал и музей спортивной славы, спортизированное физическое воспитание, проект «СпАрт».

*Литература:*

1. Родиченко В.С. Олимпийский учебник студента, М. «Советский спорт», 2009г. -128с.
2. Родиченко В.С. Олимпийский учебник школьника, М. «Советский спорт» 2009г. -128с.
3. Столяров В.И. Спорт, духовные ценности и культура: теоретические концепции и прикладные программы. Выпуск 1,3,9., М. 2006г. -350с.

## **Проблема конфликтов, работа с трудными подростками**

Причины возникновения конфликтов и его определение. Профилактика конфликтов, пути их разрешения. Особенности «трудных» детей, воспитание и перевоспитание трудных подростков, содержание воспитательной работы с ними, дифференцированный и индивидуальный подход в воспитании трудных подростков.

*Литература:*

1. Деркач. А.А., Исаев А.А., Педагогическое мастерство тренера, М.: «Физкультура и спорт» 2005г. -374с.

## **Педагогическое мастерство учителя физической культуры**

Педагогическое мастерство спортивного педагога: знание предмета своей деятельности, педагогический стиль, педагогическое творчество, педагогическая технология.

*Литература:*

- 1.Деркач А.А., Исаев А.А., Педагогическое мастерство тренера, М.: «Физкультура и спорт», 2005г. - 354с.
- 2.Корх Я.К. Тренер: профессия и личность, М.: «Академия», 2008г. -154с.
- 3.Сидоров А.А., Педагогика/ учебник для высших учебных заведений физической культуры, М.: «Терра–Спорт», 2007г. - 272с.
- 4.Якимов А.М. Основы тренерского мастерства/ учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры, М.: «Терра–Спорт», 2010г. - 175с.

### **Общая и профессиональная культура педагога**

Структура и содержание педагогической культуры. Специальные способности и свойства педагогической культуры: деловые качества, рефлексивные качества, коммуникативные и др. качества, идейно-нравственные качества, культура речи преподавателя, этикет в общении и поведении учителя физической культуры: гражданская направленность, кругозор и духовные интересы, мировоззрения, гуманистическая направленность, социальная активность – компоненты общей культуры. Этикет в общении и поведении.

*Литература:*

- 1.Сидоров А.А. Педагогика/учебник для высших учебных заведений физической культуры. - М.: 2000г. – 271с.
- 2.Смирнова С.А. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии/ учебное пособие. – М.: «Академия» 2009г. – 510с.

### **Направленность личности учителя физической культуры**

Гражданская направленность, духовные интересы, система научных знаний, требовательность к себе, самокритичность, добросовестность, профессиональность, владение современными методами и формами обучения и воспитания.

*Литература:*

- 1.Воронов В.В. Педагогика школы в двух словах/ конспект-пособие., -М.:1997г., -147с.
- 2.Гогунов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта, -М.: «Академия», 2004г., - 223с.
- 3.Кузьмина Н.В. Способности одаренность, талант учителя. Санкт Петербург 2005г. -136с
- 4.Сидоров А.А. Педагогика/учебник для высших учебных заведений физической культуры, -М.: «Терра – Спорт», 2000г., -272с.

### **Педагогическая позиция педагога**

Характеристика интеллектуальных способностей и морально-волевых качеств педагога. Позиция невмешательства. Дистанция общения. Позиция старшего товарища. Уровневая позиция. Дистанционная позиция. Кинетическая позиция. Скрытая - «теневая позиция»

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Формы контроля:*

- Собеседование
- Решение практических ситуаций

*Литература:*

- 1.Боровиков Л.И. Как подготовить самоанализ профессиональной деятельности//Воспитание школьников. - 2004.- №5

2. Степанов П.В., Григорьев Д.В., Кулешова И.В. Диагностика и мониторинг процесса воспитания в школе / Под ред. Н.Л. Селивановой, В.М. Лизинского. М.: 2003, с.74
3. Гриценко, Л. И. Теория и методика воспитания: личностно–социальный подход: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений /Л.И. Гриценко. – изд. 2–е, стер. – М.: Академия, 2008. – 235 с.
4. Слостенин, В. А. Педагогика: учебник для студентов высших учебных заведений /В.А. Слостенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. – изд. 8-е, стер. – М.: Академия, 2008. – 566 с.
5. Исаев И.Ф. Профессионально-педагогическая культура преподавателя: учебн. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И.Ф. Исаев. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2004. – 208с.

### **Модуль 3.**

#### **Предметной области модуль**

#### **Государственные образовательные стандарты (ГОС) и документы, регламентирующие ГОС**

Структура содержания образования по предмету ФК. Основные разделы структуры содержания образования и их характеристика. Характеристика основных документов, регламентирующих ГОС по предмету «Физическая культура».

#### **Планирование и программирование учебно-воспитательного процесса по ФК в рамках ФГОС**

Технология разработки и требований к рабочим программам по предмету «ФК»  
Виды, формы и методы программирования учебно-воспитательного процесса. Основные технологические требования к документам учета.

#### **Дидактические процессы в учебном предмете «Физическая культура»**

Современный урок в процессе обучения физической культуре. Современные методы обучения в дидактических процессах. Способы активизации деятельности учащихся на уроках ФК. Деятельностный подход в реализации дидактических процессов. Взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся на уроках ФК.

#### **Анализ современных программ физического воспитания школьников**

Характеристика современных концепций ФВ детей школьного возраста. Концепция спортизированного ФВ. Образовательные концепции А.П. Матвеева и В.П. Лукьяненко.

*Учебно-методические материалы:*

*Основная литература:*

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр "Академия", 2008. – 528 с.
2. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К. Бальсевич. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
3. Васильева М.И., Гордияш И.А. и др. Физическая культура 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича (двухчасовой вариант). – М.: Советский спорт, 2011. – 183с.
4. Елизарова Е.М. Физическая культура 2-4 классы. Уроки двигательной активности. – М.: Советский спорт, 2013. – 95 с.
5. Каинов А.Н., Курьерова Г.И. Физическая культура 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича. – М.: Советский спорт, 2013. – 171 с.
6. Киселёв П.А., Киселёва С.Б. Справочник учителя физической культуры. – М.: Советский спорт, 2011. – 251с.
7. Левушкин С.П., Платонова Р.И. Мониторинг физического состояния школьников. – М.: Советский спорт», 2012. – 168 с.
8. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания для учащихся 1-11 классов/
9. В.И. Лях А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2010. – 127 с.

- 10.Лях, В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития / В.И. Лях. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
- 11.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: введение в предмет / Л.П. Матвеев.– СПб.: Лань; Омега-Л, 2004. – 160 с.
- 12.Матвеев, А.П. Концепция формирования основ учебного предмета физической культуры в общеобразовательной школе : метод. пособие / А.П. Матвеев. – М. : РГАФК, «Принт центр», 2007. – 40 с.
- 13.Менхин Ю. В. Физическое воспитание: теория, методика, практика / Ю.В. Менхин. – М.: СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006. – 312 с.
- 14.Патрикеев А. Ю., Арзуманов С. Г. Физическая культура 3 класс: система уроков по учебнику А. П. Матвеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 447с.
- 15.Патрикеев А.Ю. Физическая культура 2 класс: система уроков по учебнику А.П. Матвеева. – М.: Советский спорт, 2012. – 316 с.
- 16.Патрикеев А.Ю. Физическая культура. 1 класс: система уроков по учебнику А. П Матвеева. – М.: Советский спорт, 2012. – 367 с
- 17.Патрикеев А.Ю. Физическая культура. 2 класс: рабочая программа по учебнику А. П Матвеева. – М.: Советский спорт, 2012. – 54 с.
- 18.Патрикеев А.Ю. Физическая культура. 3 класс: рабочая программа по учебнику А.П. Матвеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 52 с.
- 19.Патрикеев А.Ю. Физическая культура. 4 класс: рабочая программа по учебнику А.П. Матвеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 51с.
- 20.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
- 21.Хайрутдинов Р. Р.Физическая культура. 1 класс: технологические карты уроков по учебнику В. И. Ляха. I полугодие. – М.: Советский спорт, 2012. - 179 с.
- 22.Хайрутдинов Р. Р. Физическая культура. 1 класс: технологические карты уроков по учебнику В. И. Ляха. II полугодие. – М.: Советский спорт, 2012. – 167 с.
- 23.Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов, изд. 10-е, стереотип. / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М.: Издательский центр "Академия", 2012. – 480 с.

#### **Организация работы специальной медицинской группы по физическому воспитанию в школе**

Группы здоровья и физкультурные группы. Примерные показания для определения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья у детей и подростков. Деление специальной медицинской группы на подгруппы.

*Тематика и содержание практических занятий:* характеристика основных четырех типов индивидуального стиля педагогической деятельности: эмоционально-импровизационный, эмоционально-методичный, рассуждающе-импровизационный и рассуждающе-методичный стиль; значение основных компонентов, влияющих на авторитет учителя.

Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Задачи лечебной гимнастики при заболеваниях сердечно -сосудистой системы. Методика проведения занятий с учащимися специальной медицинской группы с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

Лечебное действие физических упражнений при дыхательной патологии. Типы дыхания при легочной патологии. Понятие о постуральном дренаже и дренажной гимнастике. Методика проведения занятий с учащимися специальной медицинской группы с заболеваниями органов дыхания и ЖКТ.

#### **Особенности проведения занятий при деформациях опорно-двигательного аппарата**

Понятие о нарушениях осанки и сколиотической болезни. Особенности проведения соматоскопического исследования. Методика проведения занятий с учащимися специальной медицинской группы при нарушениях осанки и сколиозе.

*Тематика самостоятельной работы:*

Содержание образовательных программ по предмету «физическая культура». Стили педагогической деятельности. Механизмы лечебного действия физических упражнений на организм.

*Используемые образовательные технологии:*

- Активное обучение
- Ситуационный анализ

*Формы контроля:*

- Собеседование.
- Решение практических ситуаций.

*Учебно-методические материалы:*

1. Гогонов Е.Н. Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: «Академия», 2000 г.
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: учебник для институтов и факультетов физической культуры: 2-е изд., испр.и доп. – СПб.: изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000 г.
3. Куколевский Г.М. Врачебные наблюдения за спортсменами. М.: «ФиС», 1975 – 335 с.
4. Немов Р.С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учебн. заведений: в 3 кн., 3-е изд. – М.: «Владос», 1998
5. Рубанович В.Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Новосибирск, 1998
6. Спортивная медицина. Учебник для институтов физической культуры / Под редакцией В.Л. Карпмана. – М.: «ФиС», 1987 – 304 с.

### **Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы**

Части скелета и их развитие. Особенности скелета новорожденного ребёнка. Особенности развития мозгового и лицевого черепа; развитие скелета туловища. Изгибы позвоночника, сроки их фиксации. Особенности формирования костей позвоночника и кисти у детей 6 лет. Строение скелетных мышц. Возрастные изменения макро- и микро структуры скелетных мышц. Мышечная сила и мышечная масса в различные возрастные периоды. Нарушения опорно-двигательного аппарата у детей и подростков. Возрастные анатомо-физиологические особенности строения и функции сердечнососудистой системы детей и подростков в отдельные возрастные периоды. Строение сердца и его возрастные особенности.

*Тематика самостоятельной работы:*

Двигательная активность в различные возрастные периоды. Особенности развития двигательных навыков в отдельные возрастные периоды. Особенности реакции растущего организма на физическую нагрузку. Распространённость заболеваний системы кровообращения среди детского населения.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Формы контроля:*

- Тестирование
- Решение ситуационных заданий

*Учебно-методические материалы:*

*основная учебно-методическая литература:*

1. Антонова, В.А. Возрастная анатомия и физиология / В.А. Антонова. – М.: Высшее образование. –2006. – 192 с.
2. Обреумова, Н.И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков / Н.И. Обреумова, А.С. Петрухин. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 345 с.
3. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов. – М., Академия.- 2008 – 384 с.

*Интернет-ресурсы:*

1. <http://www.nature.ru> – достоверная научная информация по основным разделам биологии
2. <http://window.edu.ru/> - единое окно образовательных ресурсов.
3. <http://www.rsu.edu.ru> – методическое пособие по возрастной физиологии
4. <http://www.prosv.ru> – сайт издательства «Просвещение»
5. <http://dic.academic.ru> – словари и энциклопедии
6. <http://www.poiskknig.ru> – возможность поиска электронных книг по возрастной анатомии и физиологии
7. <http://studentam.net/> - электронная библиотека учебников

### **Нервная регуляция организма, возрастные особенности**

Общий план строения и значение нервной системы. Возрастные изменения структуры нейрона и нервного волокна. Рефлекс, как основная форма нервной деятельности. Рефлекторное кольцо, рефлекторная дуга. Принцип обратной связи. Строение, развитие и функциональное значение отделов нервной системы. Структурно-функциональная организация коры больших полушарий головного мозга. Условные и безусловные рефлексы. Формирование высшей нервной деятельности ребёнка в отдельные возрастные периоды. Сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов. Понятие о типе высшей нервной деятельности. Физиологические основы речи, физиологические механизмы внимания, памяти.

*Тематика самостоятельной работы:*

Особенности педагогического подхода к детям с различными типами высшей нервной деятельности. Новая кора большого мозга. Сенсорные, ассоциативные и двигательные области коры больших полушарий головного мозга. Динамика корковых процессов. Сон и бодрствование. Физиологические основы и формы психической деятельности. Память. Эмоции. Мышление. Сознание.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Формы контроля:*

- Тестирование
- Решение ситуационных заданий

*Учебно-методические материалы:*

*основная учебно-методическая литература:*

1. Антонова, В.А. Возрастная анатомия и физиология / В.А. Антонова. – М.: Высшее образование. –2006. – 192 с.
2. Обреумова, Н.И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков / Н.И. Обреумова, А.С. Петрухин. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 345 с.
3. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма) / М.Р. Сапин, В.И. Сивоглазов. – М., Академия.- 2008 – 384 с.

*Интернет-ресурсы:*

1. <http://www.nature.ru> – достоверная научная информация по основным разделам биологии
2. <http://window.edu.ru/> - единое окно образовательных ресурсов.



3. <http://www.rsu.edu.ru> – методическое пособие по возрастной физиологии
4. <http://www.prosv.ru> – сайт издательства «Просвещение»
5. <http://dic.academic.ru> – словари и энциклопедии
6. <http://www.poiskknig.ru> – возможность поиска электронных книг по возрастной анатомии и физиологии
7. <http://studentam.net/> - электронная библиотека учебников

### **Общие понятия о возрастной физиологии детей и подростков.**

*Тематика и содержание практических занятий:*

Возрастная периодизация, закономерности роста и развития детского организма. Биологический возраст и его понятие. «Возрастные скачки». Особенности обмена веществ, особенности терморегуляции.

*Тематика самостоятельной работы:*

Закономерности умственной и мышечной деятельности, работоспособности и утомления у детей разного возраста в зависимости от обмена веществ.

*Используемые образовательные технологии:*

- Активное обучение
- Ситуационный анализ

*Формы контроля:*

- Собеседование
- Решение практических ситуаций

*Учебно-методические материалы:*

*Основная литература:*

1. Спортивная анатомия, М., 2008.
2. Лечебная физическая культура в детском возрасте, С.-Петербург, 2007.
3. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста. Учебное пособие. «Генезис», М., 2008.
4. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. Учебное пособие. «Генезис», М., 2010.
5. Грин Синтия. Сила мозга. Комплексная программа питания, физических упражнений, интеллектуальных игр, повышающая эффективность работы мозга. Эксмо., М., 2012.
6. Эйзлер А.К. Мозг и болезнь Альцгеймера. Полный справочник. Эксмо, М., 2012.
7. Рявкин С.Ю. и др. Практическое руководство по динамической электростимуляции. Учебное издание. «Токмас-Пресс», Екатеринбург, 2011.

*Дополнительная литература:*

1. Клиническая анатомия человека, Ростов-на-Дону, 1997.
2. Чернышев В.В., Власов А.А. и др. ДиаДЭНС. Руководство по динамической электростимуляции. «РИФ «САНЭД», Екатеринбург, 2005.

### **Дизонтогенез нервной системы**

*Тематика и содержание практических (лекционных) занятий:*

Онтогенез, понятие. Дизонтогенез, понятие. Периоды онтогенеза и дизонтогенеза. Признаки дизонтогенеза. Факторы, влияющие на возникновение дизонтогении. Время воздействия повреждающих факторов. Этиология. Распространенность.

*Тематика самостоятельной работы:*

Этапы развития головного мозга. Основные характеристики (параметры) дизонтогенеза. Периоды пренатального и постнатального и их суть.

*Используемые образовательные технологии:*

- Активное обучение
- Ситуационный анализ

*Формы контроля:*

- Собеседование
- Решение практических ситуаций

## **Диагностика наиболее частых отклонений в развитии важнейших систем организма ребенка**

Аппарат ДиаДЭНС-ДТ, диагностические режимы: скрининг, биорепер, метод Фолля. Внешний вид лицевой и обратной стороны аппарата ДиаДЭНС-ДТ и органов управления.

*Тематика самостоятельной работы:*

Рефлексогенные зоны. Триггерные зоны. Биологически активные зоны и точки.

Аурикулодиагностика.

*Используемые образовательные технологии:*

- Активное обучение
- Ситуационный анализ

*Формы контроля:*

- Собеседование
- Решение практических ситуаций

### **Модуль 4.**

#### **Контрольно-оценочный модуль**

##### **Пульсограмма занятий на уроке.**

Определение понятия «пульсограмма» и «пульсометрия». Методики составления пульсограммы. Анализ пульсограммы урока. Технология использования пульсометров во время занятий ФК в школе.

##### **Математико-статистические подходы к обработке данных.**

Основные виды измерительных школ. Способы вычисления достоверности различий между двумя результатами. Выбор критериев для обработки результатов измерений t-критерий Стьюдента; зависимые и независимые группы, T-критерий Уайта,  $\chi_2$ -критерии.

*Учебно-методические материалы:*

*Основная литература:*

1. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.В. Губа – М.: Советский спорт, 2008. – 34 с.
2. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб.пособие. – СПб.: Изд-во СПбГУП, 2007. – 140 с.
3. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования): монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.
4. Прогнозирование двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / Быков В.А. [и др.]; отв.ред. Губа В.П. – М.: Олимпия Пресс, 2007. – 155 с.
5. Зеличенко, В.Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: Критерии отбора. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 240 с.

### **5. Практический модуль**

#### **Сенситивные периоды развития двигательных способностей у школьников**

Характеристика понятия «сенситивные периоды». Двигательные качества – основная характеристика. Возрастная периодизация детей школьного возраста. Изменение показателей двигательных качеств в возрастном аспекте.

*Используемые образовательные технологии:*

- Проблемное обучение
- Диалого-дискуссионные технологии
- Информационно-коммуникационные технологии

*Формы контроля:*

- Собеседование

- Решение практических ситуаций

*Учебно-методические материалы:*

*Основная литература:*

1. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.В. Губа – М.: Советский спорт, 2008. – 34 с.
2. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб.пособие. – СПб.: Изд-во СПбГУП, 2007. – 140 с.
3. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования): монография / Ф.А. Иорданская. – М.: Советский спорт, 2011. – 142 с.
4. Прогнозирование двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / Быков В.А. [и др.]; отв.ред. Губа В.П. – М.: Олимпия Пресс, 2007. – 155 с.
5. Зеличенко В.Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: Критерии отбора. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 240 с.

#### **Гимнастическая терминология.**

Значение гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Особенности применения терминологии во время занятий. Способы образования терминов и правила их применения. Правила сокращённого описания упражнений. Формы и правила записи гимнастических упражнений. Словарь основных гимнастических терминов.

*Форма контроля:*

- Собеседование
- Тестирование

#### **Теоретико-методические основы преподавания гимнастики в школе.**

Особенности планирования содержания уроков по гимнастике в школе. Правила подбора упражнений и составления комплексов ОРУ в зависимости от решаемых задач на уроке гимнастики. Методика проведения ОРУ различными способами без предметов и с использованием различных предметов и оборудования. Арсенал подготовительных и подводящих упражнений при обучении акробатическим элементам, упражнениям в висах и упорах, опорным прыжкам.

*Форма контроля:*

- Собеседование
- Учебная практика

*Литература:*

1. Журавин М.Л., Загрядская О.В., Казакевич Н. В., Сайкина Е.Г. Теория и методика гимнастики. Изд 8-е. -Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. Изд. «Академия», 2012 г. - 496 стр.
2. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов н/Д: Феникс, 2002. -384 с.
3. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: учеб. для студентов вузов, П.К. Петров. - М.: ГУМАНИТ, изд. Центр «ВЛАДОС», 2006.

#### **Современные тенденции развития футбола**

Поиск и отбор в футболе. Защита и нападение. Стандартные положения как способ достижения результата. Моделирование игры. Специализация и индивидуализация. Неестественный отбор.

Профилактика и предупреждение травматизма. Разминка «11+».

#### **Основные положения проекта «Мини-футбол – в школу» и «Мини-футбол – в ВУЗы**

Цели и задачи. Организаторы соревнований. Место и сроки проведения. Участники соревнований. Система и условия проведения соревнований.

#### **Основные правила игры в футбол. Смешанный футбол**

Поле для игры. Мяч. Число игроков. Экипировка игроков. Судья и помощники судьи. Продолжительность игры. Начало и возобновление игры. Положение «вне игры». Нарушения правил и недисциплинированное поведение игроков. Штрафной и свободный удары. 11-метровый удар. Угловой удар. Вбрасывание мяча. Удар от ворот.

Что такое смешанный футбол? Происхождение, предпосылки и изучение смешанного футбола. Технические, физические, педагогические, физиологические, социальные, организационные аспекты.

*Учебно-методические материалы:*

**ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М., 1986.
2. Арестов Ю.М., Годик М.А. Подготовка футболистов высших разрядов: Учебное пособие. – М., 1980.
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М., 1980.
4. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов «ФОН». – М., 1997.
5. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. – Тренировка вратаря. – М., 1997.
6. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. – М., 1980.
7. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Коуэрвэр В., Ткачук В.Г. Уроки футбола. – Киев, 1996
8. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов / Пер. со словацк. – Братислава, 1984.
9. Качетков А.П. Управление профессиональной командой по футболу. – М., 1999.
10. Левин В.С. Педагогические параметры тренировочных нагрузок футболистов: Учеб. пособие. – Малаховка, 1997.
11. Матвеев Л.П. – Основы спортивной тренировки. – М., 1997.
12. Романенко А.Н., Джус О.Н., Догадин М.Н. – Книга тренера по футболу. – Киев, 1988.
13. Сарсания С.К., Селуянов В.Н. Физическая подготовка в спортивных играх. – М., 1991.
14. Суслов Ф.П., Сыч В.Л., Щустин Б.Н. Современная система спортивной тренировки. – М., 1983.
15. Сучилин А.А. Футбол во дворе. – 2-е изд., доп. – М., 1983.
16. Футбол к коллективам физкультуры / Под общ. ред. А.Д. Брейкина. – М., 1979.
17. Футбол: Правила соревнований. – М., 1997.
18. Футбол: Учебник для институтов физической культуры. – М., 1999.
19. Чанади А. Футбол: Техника / Пер. с венгерск. – М., 1978.
20. Юный футболист: Учебное пособие для тренера / Под общ. ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. – М., 1983.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Правила игры в футбол. – 2001.
2. Реднидж К. Футбол / Пер. с англ. У.В. Сапциной, О.В. Павловой. – М.: ЗАО «РОСМЕН-ПРЕСС», 2005.

**Особенности применения подвижных игр на уроках физической культуры**

Трудности в организации подвижных игр в образовательном процессе. Методические особенности и структурные элементы подвижных игр. Особенности проведения подвижных игр с учащимися начальных, средних классов, старшеклассниками. Особенности применения подвижных игр на разных этапах обучения двигательным действиям.

*Учебно-методические материалы:*

1. Жуков, М.Н. Подвижные игры / М.Н. Жуков - М.: «ACADEMIA», 2000. - 160 с.
2. Макаров, Ю.М. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры. Учебник. Гриф УМО. / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова – М: Советский спорт, 2013.
3. Кузьмичева, Е.В. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста. Учебное пособие. Гриф УМО./ Е.В. Кузьмичева – М: Советский спорт, 2008

4. Кузьмичева, Е.В. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста. Учебное пособие. Гриф УМО./ Е.В. Кузьмичева – М: Советский спорт, 2008
5. Кузьмичева, Е.В. Подвижные игры: учебник. Гриф УМО./ Е.В. Кузьмичева – М: Советский спорт, 2007.
6. Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры / Л.В. Былеева, И.М.Коротков, Р.В.Климкова, Е.В.Кузьмичева - М.: СпортАкадемПресс, 2009. - 279 с.
7. Подвижные игры: Учебное пособие для студентов ВУЗов [текст] / Л.В.Былеева, И.М.Коротков, Р.В.Климкова, Е.В.Кузьмичева - М.: ТВТ Дивизион, 2009.- 216 с.
8. Скороходова, Н.Н. Подвижные игры, эстафеты с элементами игры в баскетбол, ручной мяч: Методическое пособие / Н.Н. Скороходова – Липецк: ЛГПУ, 2014.- 48 с.
9. Скороходова, Н.Н. Подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения с элементами игры в волейбол. Методическое пособие / Н.Н. Скороходова, В.С. Чубарова - Липецк: ЛГПУ, 2012.–36 с.

### **Основы правил соревнований по волейболу**

Требования к площадке, инвентарю и оборудованию. Игра мячом, игра у сетки – последние изменения. Правила подачи, атакующего удара, блока. Состав судейской бригады, обязанности и жесты судей.

*Учебно-методические материалы:*

1. Булыкина, Л.В. Волейбол для всех. Учебно-методическое пособие. / Л.В. Булыкина, Е.В. Фомин – М: Советский спорт, 2012
2. Беляев, А.В. Волейбол. Учебник. / А.В. Беляев, М.В. Савин– М: Советский спорт, 2009
3. Кунянский В.А. Волейбол: практикум для судей/ В.А. Кунянский – М: Советский спорт, 2004
4. Методика обучения игры в волейбол. – М.: ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2007. – 56 с.
5. Спортивные игры: техника и тактика обучения: Учебник для студентов высш.пед.учеб.заведений. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. – М., издат. центр «Академия», 2001.
6. Фурманов А.Г. Подготовка волейболистов / А.Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007, - 329 с. 16.
7. Чубарова, В.С. Волейбол с методикой преподавания. Методические рекомендации для студентов и учителей. / В.С.Чубарова. – Липецк: 1993.
8. Официальные правила по волейболу. 2014 год./ Интернетресурс: [www.Sportzone.ru|sport|rules/html&sport=volleyball](http://www.Sportzone.ru|sport|rules/html&sport=volleyball)
9. Официальные правила по волейболу 2013-2016. / Интернетресурс: [ww.fivb.org/...Rules/.../FIVB-Volleyball\\_Rules2013-RU\\_v8\\_2013081...](http://ww.fivb.org/...Rules/.../FIVB-Volleyball_Rules2013-RU_v8_2013081...)

### **Методика обучения технике и тактике игры в волейбол**

Классификация техники игры в волейбол. Последовательность обучения техническим приемам, основные ошибки. Характеристика тактики защиты – индивидуальные, групповые, командные действия. Характеристика тактики нападения - индивидуальные, групповые, командные действия. Последовательность обучения тактическим действиям.

*Учебно-методические материалы:*

- 1.Булыкина, Л.В. Волейбол для всех. Учебно-методическое пособие. / Л.В. Булыкина, Е.В. Фомин – М: Советский спорт, 2012
- 2.Беляев, А.В. Волейбол. Учебник. / А.В. Беляев, М.В. Савин– М: Советский спорт, 2009
- 3.Кунянский В.А. Волейбол: практикум для судей/ В.А. Кунянский – М: Советский спорт, 2004
- 4.Методика обучения игры в волейбол. – М.: ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2007. – 56 с.

5. Спортивные игры: техника и тактика обучения: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. – М., издат. центр «Академия», 2001.

6. Фурманов А.Г. Подготовка волейболистов / А.Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007, - 329 с. Чубарова, В.С. Волейбол с методикой преподавания. Методические рекомендации для студентов и учителей. / В.С. Чубарова. – Липецк: 1993.

7. Официальные правила по волейболу. 2014 год./ Интернетресурс: [www.Sportzone.ru/sport/rules/html&sport=volleyball](http://www.Sportzone.ru/sport/rules/html&sport=volleyball)

8. Официальные правила по волейболу 2013-2016. / Интернетресурс: [www.fivb.org/...Rules/.../FIVB-Volleyball\\_Rules2013-RU\\_v8\\_2013081...](http://www.fivb.org/...Rules/.../FIVB-Volleyball_Rules2013-RU_v8_2013081...)

### **Русская лапта и методика обучения**

Лапта – русская народная игра. Виды и разновидности лапты, основные правила. Отличия в правилах русской лапты и мини-лапты. Технические приемы игры в лапту и обучение им. Тактика игры в лапту.

*Учебно-методические материалы:*

10. Костарев А.Ю. Русская лапта в ДЮСШ. / А.Ю. Костарев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2004. - №5. – С. 28.

11. Костарев А.Ю. Русская лапта в школе. / А.Ю. Костарев // Физкультура в школе. - 2005. - №2. - С. 13-15.

12. Лепешкин В.А. Подвижные игры на занятиях по лапте. / В.А. Лепешкин // Спорт в школе. -2002. - №3 (286) – С. 1-15.

13. Лепешкин В.А. Лапта: обучение тактике игры / В.А. Лепешкин – М.: Чистые пруды, 2006. - 32 с.

14. Спортивная лапта. Правила игры. – Москва: Экспериментальный центр «Игрофил», 1990. - 14 с.

15. Таран А.А. Лапта в сельской начальной школе. / А.А. Таран // Физкультура в школе. -2002. - №6. - С. 43.

16. Таран А.А. От лапты к баскетболу. / А.А. Таран // Физкультура в школе. - 2003. - №5. - С. 28 -32..

17. Скороходова Н.Н. Русская лапта: содержание, правила, методика обучения. Методическое пособие. / Н.Н. Скороходова - Липецк: ЛГПУ, 2007. - 71 с.

### **Методика проведения соревнований по баскетболу. Изменения в правилах соревнований**

Характеристика основных систем проведения соревнований – по круговой системе и с выбыванием. Составление расписания игр и сетки розыгрыша. Методика судейства – состав судейской бригады, взаимодействие полевых судей и секретариата. Последние изменения в правилах соревнований по баскетболу.

### **Тактика игры в баскетболе**

Понятие «тактика», «тактическое взаимодействие». Характеристика тактики защиты – индивидуальные, групповые действия. Командные системы защиты. Характеристика тактики нападения - индивидуальные, групповые действия. Командные системы нападения.

*Учебно-методические материалы:*

1. Кузин, В.В. Баскетбол. Начальный этап обучения. / В.В. Кузин, С.А. Полиевский - М: Советский спорт, 2002.

2. Лепешкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и спортивные игры / В.А. Лепешкин - М:, Советский спорт, 2013.

3. Портнов Ю. М. Баскетбол. Учебник. / Ю.М. Портнов - М: ФиС, 2002.

4. Родин, А.В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе. Учебное пособие. Гриф УМО. / А.В. Родин, Д.Б. Губа – М: Советский спорт, 2009.

5. Официальные правила баскетбола ФИБА 2014 год / Интернетресурс: [neva-basket.ru/basketball-rules](http://neva-basket.ru/basketball-rules)

6. Баскетбол – официальные правила. Интернетресурс: [www.Sportzone.ru/sport/rules/html&sport=basketball](http://www.Sportzone.ru/sport/rules/html&sport=basketball)

### **Современные требования к организации урока по предмету «легкая атлетика»**

Требования к содержанию урока predetermined программы в соответствии с учебным планом. Распределение учебного материала по четвертям. Требования к инвентарю и оборудованию. Поведение и взаимоотношение участников урока, а также внешние условия его проведения (обстановка, техническое оснащение и т.д.). Общие черты структуры современного урока. Основные формы проведения занятий по легкой атлетике, сложившиеся в реальной практике как наиболее эффективные способы организации урока. Рациональный выбор методов организации урока. Оптимизация параметров нагрузки в заданиях. Организация взаимообучения и взаимоконтроля. Усиление информационного сопровождения педагогического процесса. Использование технических средств обучения.

### **Обучение технике прыжков, метаний школьников и контроль**

Создание правильного образа и представления об обучаемом предмете. Использование современных информационных технологий. Последовательность обучения (основы, элементы, детали). Подбор упражнений и их сложность в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся. Причины возникновения ошибок. Средства и методы их исправления. Методы контроля.

(Практика). Общая и специальная разминка. Специальные и подводящие упражнения. Методы организации учащихся на уроке. Упражнения для обучения основам техники прыжков, метаний.

Упражнения, выполняемые в облегченном варианте с условиями соблюдения основ техники. Упражнения для совершенствования техники.

*Учебно-методические материалы:*

Учебник Г.Н. Германов, Е.Г. Германов «Урок легкой атлетики в школе». Монография, Воронеж, 2008.

### **АЭРОБИКА: ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ШКОЛЕ**

**Аэробика в системе оздоровительной физической культуры. Урок аэробики в школе.**

Характеристика аэробики как одного из средств оздоровительной физической культуры. Возникновение аэробики и ее эволюция.

Принципы оздоровительной тренировки. Задачи и предмет аэробики. Средства аэробики. Методические особенности.

Типичная структура урока аэробики в школе. Задачи, средства и требования к проведению отдельных частей урока.

#### **Педагогический контроль на занятиях оздоровительной аэробикой.**

Структура педагогического контроля. Режим занятий и регулирование нагрузки при занятиях оздоровительной аэробикой. Индивидуальная и групповая дифференциация нагрузки занимающихся.

Контроль физического состояния при занятиях оздоровительной аэробикой. Методики комплексной оценки уровня здоровья.

*Практические занятия:*

#### **Занятие № 1**

Терминология упражнений классической аэробики. Техника выполнения базовых шагов в аэробике и их модификация. Основные движения руками.

Подбор упражнений для подготовительной части урока. Подбор упражнений для основной части урока. Подбор упражнений для заключительной части урока.

## Занятие № 2

Учебные комбинации и шоу-программы с фитболом, в стиле классической аэробики, в стиле степ-аэробики. Использование гимнастики йогов в заключительной части урока.

Разучивание комбинации с использованием элементов хип-хопа и фанка на полу и на степ-платформе.

*Учебно-методические материалы:*

### а) ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Глейberman, А.Н. Упражнения со скакалкой / А.Н. Глейberman. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 234 с.
2. Зайцева, Г.А. Оздоровительная аэробика в высших учебных заведениях / Г.А. Зайцева, О.А. Медведева. - М.:Физкультура и Спорт, 2007. - 104 с.
3. Крючек, Е.С. Спортивная аэробика в школе / Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина. - М.: Физкультура и Спорт, 2009. – 312 с.
4. Михайлова, З.И. Аэробика в школе: учебно-методическое пособие / З.И. Михайлова, Н.Г. Михайлов. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2014. – 124 с.
5. Панова, И.П. Оздоровительная аэробика: теория и методика проведения занятий: учебно-методическое пособие / И.П. Панова, П.В. Кравцевич. - Липецк: ЛГПУ, 2014. – 180 с.

### б) ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Андерсен, Б. Растяжка для каждого / Б. Андерсен. - Минск.: ООО Попурри, 2002. - 224 с.
2. Кристенсен, Э. Йога оздоровительной тренировки для всех: путь к здоровью / Э. Кристенсен. - М.: Изд-во ЭКСМО Пресс, 2001. - 192 с.
3. Крючек, Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий: учебно-методическое пособие / Е.С. Крючек. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2001. – 64 с.
4. Лисицкая, Т. Аэробика: теория и методика / Т. Лисицкая, Л. Сиднева. – М.: Федерация аэробики России, 2002. – Т.1. – 232 с.
5. Лисицкая, Т. Аэробика: частные методики / Т. Лисицкая, Л. Сиднева. – М.: Федерация аэробики России, 2002. – Т.2. – 216 с.
6. Макарова, Г.А. Спортивная медицина\Г.А. Макарова. - М., 2002. – 478 с.
7. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. - Ростов н/Д: Феникс, 2002. – 384 с.
8. Мякиченко, Е.Б. Аэробная и силовая фитнес-тренировка: как добиться наилучшего результата? / Е. Мякиченко // Журнал оздоровительной тренировки для профессиональных инструкторов «Аэробика». – 2000. -. С. 2-6.
9. Мякиченко, Е.Б. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учеб. пособие для студ. вузов физической культуры / Е.Б. Мякинченко, М.П. Шестакова. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 304 с.
10. Освальд, Кристофер. Стретчинг для всех / Кристофер Освальд, Стенли Баско. - М., 2002. – 191 с.
11. Хоули, Э.Т. Оздоровительный фитнес / Э.Т. Хоули, Б.Д. Френке. - Киев: Олимпийская литература, 2000. – 377 с.
12. Шанина, И.Е. Методическая разработка и материалы к проведению занятий по ритмической гимнастике в различных стилях и направлениях (для студентов 1-5 курсов) / И.Е. Шанина – Липецк: ЛГПУ, 2003. – 37 с.

### в) программное обеспечение и Интернет ресурсы

1. [http://dbs.sfedu.ru/pls/rsu/umr.umr\\_show?p\\_per\\_id=-4000696](http://dbs.sfedu.ru/pls/rsu/umr.umr_show?p_per_id=-4000696) - учебно-методические ресурсы Тулупчи Н.В.



2. <http://www.womaninternet.ru/edcontent2/idc/13/id/857> - описание самых распространенных уроков аэробики

#### **6. ТРЕБОВАНИЯ К ОЦЕНКЕ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Итоговая аттестация проводится в форме компьютерного тестирования теоретико-практических знаний по пройденным в рамках прохождения Программы темам.