

# МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Горно-Алтайский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

## Новые физкультурно-спортивные виды рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности</b>
Учебный план	44.03.01_2024_1114-3Ф.plx 44.03.01 Педагогическое образование Физическая культура
Квалификация	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>заочная</b>
Общая трудоемкость	<b>5 ЗЕТ</b>

Часов по учебному плану	180
в том числе:	
аудиторные занятия	24
самостоятельная работа	151,2
часов на контроль	3,85

Виды контроля на курсах:  
зачеты с оценкой 5

### Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	5		Итого	
	уп	рп		
Лекции	8	8	8	8
Практические	16	16	16	16
Консультации (для студента)	0,8	0,8	0,8	0,8
Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации	0,15	0,15	0,15	0,15
В том числе инт.	4	4	4	4
Итого ауд.	24	24	24	24
Контактная работа	24,95	24,95	24,95	24,95
Сам. работа	151,2	151,2	151,2	151,2
Часы на контроль	3,85	3,85	3,85	3,85
Итого	180	180	180	180

Программу составил(и):

*доцент, Ермаков Н.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Новые физкультурно-спортивные виды**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

44.03.01 Педагогическое образование

утвержденного учёным советом вуза от 01.02.2024 протокол № 2.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

**кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от 11.04.2024 протокол № 8

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2025 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2026 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2027 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2028 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	<i>Цели:</i> приобретение студентами знаний и умений по методике преподавания физкультурно-спортивных видов.
1.2	<i>Задачи:</i> - обеспечить освоение студентами знаний по содержанию новых физкультурно-спортивных видов, теорий и методике их преподавания; - развить у студентов способность творчески использовать положения теории и методики физического воспитания с учётом специфики новых физкультурно-спортивных видов; - обучить студентов профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту на предметной основе новых физкультурно-спортивных видов.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.03
2.1	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.2	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
<b>ИД-1.УК-7: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</b>	
Знать: практические основы здорового образа жизни. Уметь: применять на практике основные умения базовых и новых физкультурно-спортивных видов. Владеть: навыками двигательных умений базовых и новых физкультурно-спортивных видов.	
<b>ИД-2.УК-7: Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</b>	
Знать: практические основы физической культуры и спорта. Уметь: творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	
<b>ПК-1: Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач.</b>	
<b>ИД-1.ПК-1: Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).</b>	
Знает: структуру и организацию учебного процесса по физической культуре.	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	<b>Раздел 1. спортивные единоборства</b>						
1.1	спортивные единоборства /Пр/	5	4	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	4	Реферат
1.2	спортивные единоборства /Лек/	5	2	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
	<b>Раздел 2. Дартс</b>						

2.1	Дартс /Лек/	5	1,5	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
2.2	Дартс /Пр/	5	1	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
<b>Раздел 3. новые физкультурно-спортивные виды</b>							
3.1	новые физкультурно-спортивные виды /Ср/	5	151,2	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
<b>Раздел 4. Изотон ( на основе атлетической гимнастики и шейпинга)</b>							
4.1	Изотон ( на основе атлетической гимнастики и шейпинга) /Лек/	5	1,5	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
4.2	Изотон ( на основе атлетической гимнастики и шейпинга) /Пр/	5	6	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
<b>Раздел 5. Спортивные танцы</b>							
5.1	Спортивные танцы /Лек/	5	2	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
5.2	Спортивные танцы /Пр/	5	2	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
<b>Раздел 6. Армспорт</b>							
6.1	Армспорт /Лек/	5	1	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
6.2	Армспорт /Пр/	5	3	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
<b>Раздел 7. Консультации</b>							
7.1	Консультация по дисциплине /Конс/	5	0,8	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
<b>Раздел 8. Промежуточная аттестация (зачёт)</b>							
8.1	Подготовка к зачёту /ЗачётСОц/	5	3,85	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	
8.2	Контактная работа /КСРАтт/	5	0,15	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-1.ПК-1	Л1.1Л2.1	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Пояснительная записка

Назначение фонда оценочных средств. Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины "Новые физкультурно-спортивные виды". Фонд оценочных средств включает: Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине «Новые физкультурно-спортивные виды», тестовые задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, вопросы на зачет, примерная тематика рефератов.

Структура и содержание заданий разработаны в соответствии с рабочей программой дисциплины «Новые физкультурно-спортивные виды»

### 5.2. Оценочные средства для текущего контроля

Оценочное средство для входного и текущего контроля:

Вариант 1

1. Фаза оптимальной, наилучшей готовности к спортивным достижениям это:

- а) спортивная подготовка б) спортивная тренировка в) тренированность  
г) спортивная форма

2. Степень приспособления организма к специфическим требованиям избранного вида спорта это:
- а) спортивная подготовка б) спортивная форма
  - в) общая тренированность
  - г) специальная тренированность
3. Упражнения, которые совпадают с собственно-соревновательными, но отличаются режимом усилий и формой действий это:
- а) обще-подготовительные упражнения
  - б) специально-подготовительные упражнения в) собственно соревновательные упражнения
  - г) тренировочная форма собственно-соревновательных упражнений
4. Принцип непрерывности тренировочного процесса заключается:
- а) в тренировках без отдыха
  - б) в улучшение уровня спортивной подготовки
  - в) в повышение общего уровня работоспособности г) в круглогодичных и многолетних занятиях
5. Процесс овладения целесообразными способами ведения спортивной борьбы это:
- а) психологическая подготовка спортсмена б) физическая подготовка спортсмена
  - в) техническая подготовка спортсмена г) тактическая подготовка спортсмена
6. Стадиями многолетнего процесса тренировки являются:
- а) начальная, основная, заключительная б) базовая, углубленная, завершающая
  - в) детско-юношеская, молодежная ,ветеранская
  - г) этап базовой подготовки, максимальной реализации спортивных возможностей, спортивного долголетия
7. Степень освоения спортсменом системы движений, направленной на достижение высоких спортивных результатов называется:
- а) стратегией б) тактикой
  - в) физической подготовленностью г) технической подготовленностью
8. Классификация техники в плавании это:
- а) строевые, общеразвивающие, прикладные, вольные, акробатические, прыжковые упражнения
  - б) ходьба, бег, прыжки, метания, многоборье в) приемы, передачи, броски (удары), ведения г) брасс, кроль, баттерфляй
9. К дополнительным движениям технической подготовленности относятся
- а) дополнительные движения вида спорта б) основные движения вида спорта
  - в) движения, составляющие основу техники избранного вида спорта
  - г) элементы отдельных движений, связанных с индивидуальными особенностями спортсмена

10. Какая характеристика техники характеризуется рациональным использованием энергии, времени и пространства:
- а) эффективность б) стабильность в) вариативность г) экономичность

#### Вариант 2

1. Умение спортсмена грамотно построить ход борьбы, называется:
- а) техника б) тактика в) стратегия
  - г) психологическая подготовленность
2. Тактика, построенная на заранее запланированных действиях, называется:
- а) вероятностной
  - б) алгоритмической в) эвристической
  - г) поисковой
3. Имитационные упражнения являются в единоборствах средствами для:
- а) метода тренировки с партнером
  - б) метода тренировки с противником в) методом тренировки без противника
  - г) метода тренировки с условным противником
4. Ознакомление с общими понятиями и принципами определенной системы тактических действий в спортивных играх осуществляется на:
- а) первом этапе обучения тактике б) втором этапе обучения тактике в) третьем этапе обучения тактике
  - г) четвертом этапе обучения тактике
5. Командная форма спортивной тактики характерна для:
- а) бокса
  - б) спринтерского бега в) баскетбола
  - г) греко-римской борьбы
6. Научно-практические сведения о принципах и рациональных формах тактики называются:
- а) тактические знания б) тактические умения в) тактические навыки г) тактические качества
7. Процесс, направленный на развитие физических качеств, называется: а) психологическая подготовка
- б) тактическая подготовка в) физическая подготовка г) техническая подготовка
8. Упражнения, включающие элементы соревновательной деятельности, называются:
- а) общеподготовительные упражнения б) беговые упражнений
  - в) специально-подготовительные упражнения г) специально-беговые упражнения
9. К комплексным формам проявления быстроты относят:
- а) удары в боксе
  - б) латентное время простых двигательных реакций в) скорость одиночного движения
  - г) частота движений
10. Способность человека противодействовать сопротивлению и преодолевать его за счет мышечных напряжений называется:

а) ловкость б) гибкость в) быстрота г) сила

Вариант 4

Задание 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

№ ответа г г г г г г г г г г

Вариант 5

Задание 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

№ ответа б б в а в а в а в а г

Критерии оценки:

«отлично», 84-100%, повышенный уровень: студент показал: прочные знания изученных тем; умеет доказательно обсуждать теоретические и практические проблемы безопасности жизнедеятельности; способен применить изученный материал для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности самостоятельно, свободно использовать справочную литературу.

«хорошо», 66-83%, пороговый уровень: студент показал: прочные знания, умение самостоятельно ориентироваться в рекомендованной справочной литературе.

«удовлетворительно», 50-65%, пороговый уровень: студент показал: поверхностное знание; умение с помощью преподавателя ориентироваться в основных понятиях; знакомство с рекомендованной справочной литературой.

«неудовлетворительно», менее 50%, уровень не сформирован. При ответе студента выявились существенные пробелы в знаниях.

### 5.3. Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.)

Оценочное средство "Реферат"

1. Виды оздоровительной гимнастики.
2. Виды единоборств и их классификация.
3. Изотон. Краткая историческая справка.
4. История развития спортивных танцев. Современное состояние.
5. Методика судейства в спортивных танцах и подсчет результатов.
6. Влияние танцевальной двигательной деятельности на организм человека.
7. «Изотон» - эффективное занятие для различных возрастных групп «Изотон» как средство «телостроительства» человека.
8. Особенности методики обучения различным видам единоборств.
9. Единоборства – духовное и физическое воспитание занимающихся.
10. Значение новых физкультурно-оздоровительных видов – как эффективного средства для снятия стресса.
11. Организация судейства и проведение соревнований по «Дартс».
12. Влияние игры «Дартс» на физическую и функциональную подготовленность занимающихся.
13. Значение игры «Дартс» для воспитания психосоматической устойчивости обучающихся.
14. Армспорт – техника и судейство.
15. Армспорт как средство активного отдыха, перспективы включения в программу летнего отдыха условиях ДОЛ.

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студентам, которые в полном объеме раскрыли тему реферата и защитили в виде доклада (5-7 мин) на занятии, изложение и оформление реферата отвечает предъявляемым требованиям,
- оценка «незачтено» выставляется студентам, не выполнившим работу.

### 5.4. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Вопросы для зачёта для итоговой аттестации:

1. Характеристика новых физкультурно-спортивных видов в физическом воспитании различных категорий населения.
2. История возникновения новых физкультурно-спортивных видов.
3. Классификация новых физкультурно-спортивных видов.
4. Влияние занятий новыми физкультурно-спортивными видами на организм занимающихся.
5. Техника и методика обучения различным новым физкультурно-спортивным видам.
6. Методы контроля за функциональным состоянием организма в процессе занятий новыми физкультурно-спортивными видами.
7. Методы контроля за уровнем физической подготовленности занимающихся.
8. Оздоровительное влияние на организм новых физкультурно-спортивных видов.
9. Новые физкультурно-спортивные виды как эффективное средство физического воспитания.
10. Факторы, определяющие успешность обучения в новых физкультурно-спортивных видах.

Критерии оценки по дисциплине (зачет с оценкой):

- оценка «отлично» (повышенный уровень):

- 1) Студент показал прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи повышенной сложности, свободно использовать справочную литературу. Студент знает и свободно излагает теоретические сведения, что подразумевает следующие компоненты: а) дать точное определение; б) при наличии разновидностей рассматриваемого понятия необходимости представить классификацию; в) привести соответствующие примеры; д) теоретически обосновать и продемонстрировать на конкретных примерах.
- 2) Подтверждает примерами теоретический материал.

- оценка «хорошо» (пороговый уровень):

Студент показал прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе. В ответе студент допускает неточности фактического и теоретического плана, однако может исправить их при уточнении преподавателем.

– оценка «удовлетворительно»:

Студент показал знание основных положений учебной дисциплины, умение получить с помощью преподавателя правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой, знакомство с рекомендованной справочной литературой. В ответе на теоретические вопросы студент допускает ошибки, ответ неполный.

- оценка «неудовлетворительно» (уровень не сформирован):

При ответе студента выявились существенные пробелы в знаниях студента основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины. Студент не владеет теоретическими сведениями по указанным вопросам, затрудняется в приведении примеров, студент затрудняется в исправлении ошибок.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Семенова Г.И.	Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами спорта: учебное пособие	Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2015	<a href="http://www.iprbookshop.ru/68299.html">http://www.iprbookshop.ru/68299.html</a>

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Аикин В.А., Михалев В.И., Корягина [и др.] Ю.В.	Совершенствование подготовки резерва спортивных сборных команд Российской Федерации в шорт-треке, биатлоне, легкой атлетике (виды на выносливость): методические рекомендации	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65039.html">http://www.iprbookshop.ru/65039.html</a>

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ
6.3.1.2	MS Office
6.3.1.3	MS WINDOWS
6.3.1.4	Яндекс.Браузер
6.3.1.5	LibreOffice
6.3.1.6	NVDA
6.3.1.7	РЕД ОС

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Межвузовская электронная библиотека
6.3.2.2	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»
6.3.2.3	Электронно-библиотечная система IPRbooks

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

	проблемная лекция
--	-------------------

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
-----------------	------------	--------------------



318 А1	Спортивный зал. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Бревно гимнастическое высокое 5м., брусья гимнастические женские со стеклопластиковыми жердями, брусья спортивные, кольца гимнастические (на блоч. подвеске), конь с ручками (спортивный маховый), конь для прыжков, маты гимнастические, перекладина универсальная, сетка волейбольная, стойка волейбольная, табло электронное, шест гимнастический, щит баскетбольный, канат, сетка баскетбольная, измеритель высоты сетки, кассы для замены игроков, табло электронное, антенны для сетки, защита стоек волейбольная, карманы для антенн, волейбольная форма, монометр мяч волейбольный, футбольный, баскетбольный
207 А4	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для	Персональные компьютеры. Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся)
413 А1	Лаборатория методики обучения физической культуре. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнение курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся)

#### **9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1. Изучение теории и методики преподавания новых физкультурно-оздоровительных видов спорта. Преподавание должно быть ориентировано на приобретение студентами профессиональных знаний по содержанию и методике преподавания дисциплины.
  2. Изучение особенностей техники различных видов новых физкультурно-оздоровительных видов спорта. Преподавание должно сформировать у студентов практические навыки владения техническими приёмами новых физкультурно-оздоровительных видов.
  3. Система контроля за уровнем физической и функциональной подготовленности занимающихся. Организация и проведение соревнований. Преподавание должно способствовать приобретению студентами знаний, необходимых для профессиональной деятельности в сфере спорта.
- После изучения разделов программы рекомендуется контролировать уровень усвоения дисциплины. Изученный материал должен быть применен при прохождении студентами педагогической и производственной практик.