

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по образовательной деятельности
А.А. Панфилов
«30» _____ 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Направление подготовки
Профиль/программа подготовки
Уровень высшего образования
Форма обучения

44.04.01 «Педагогическое образование»
«Физическая культура»
магистратура
очная

Семестр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экз./зачет)
1	4/144	18	18	72	Экзамен 36
2	3/108		18	63	Экзамен 27, КР
Итого	7/252	18	36	135	Экзамен 63, КР

Владимир 2019

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Инновационные тенденции развития теории и методики физической культуры» является формирование у студентов системы знаний об инновационных средствах и методах при занятиях физической культурой.

Задачи освоения дисциплины:

- содействие становлению базовой профессиональной компетентности магистра для теоретического осмысления, решения образовательных, исследовательских и практических задач по использованию инновационных средств и методов для модернизации физкультурного образования:

- подготовка к организации процесса обучения и воспитания в образовании по инновационным технологиям, отражающим специфику предметной области;

- ориентирование студентов на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Инновационные тенденции развития теории и методики физической культуры» относится к базовой части.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися по дисциплинам: «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика базовых видов спорта», «Физиология», «Спортивная медицина». Полученные теоретические знания и практические навыки по дисциплине будут полезны при освоении дисциплины «Инновационные образовательные технологии в сфере физической культуры и спорта», «Междисциплинарные проекты физкультурно-спортивной направленности».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесённые с планируемыми результатами ОПОП.

Код формируемой компетенции	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
ОПК-2 Готов к использованию знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач	Частичное освоение ОПК-2	Знать: - теоретические основы и сущность инновационных процессов в области физической культуры и спорта. - важнейшие идеи в современной теории и методике физической культуры. Уметь: - осуществлять процесс проектирования педагогических нововведений; - применять современные инновационные технологии в педагогическом процессе. Владеть: - методами получения современного знания в области инновационных процессов; - навыками инновационной работы в области физической культуры и спорта.
ПК-12 Готов к систематиза-	Частичное освоение ПК-12	Знать: -эффективные средства, методы, технологи

<p>ции, обобщению и распространению отечественного и зарубежного методического опыта в профессиональной области</p>		<p>научного поиска и возможностей их использования в педагогической деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы анализа, обобщения и трансляции передового педагогического опыта физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -эффективно использовать средства, методы, технологии научного поиска в педагогической деятельности; - анализировать, обобщать и транслировать передовой педагогический опыт физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -навыками эффективного использования средств, методов, технологий научного поиска в педагогической деятельности; - навыками анализа, обобщения и трансляции передового педагогического опыта физкультурно-оздоровительной и подготовительно-соревновательной деятельности.
---	--	--

4. ОБЪЁМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетные единиц, 252 часа

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоёмкость (в часах)			Объём учебной работы, с применение интерактивных методов (в часах/%)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	СРС		
1.	Раздел 1 Инновационные средства и методы физической культуры и их место в системе профессиональной подготовки.	1	1-2					
2.	<i>Тема 1.</i> Общая характеристика инновационных технологий, средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки.	1	1	2			2 час. 100%	

3.	Тема 2 Современные концепции физического воспитания.	1	2		2	10		
4.	Раздел 2 Оздоровительные технологии в физическом воспитании детей и взрослого населения.	1	3-13					
5.	Тема 3 Научно-методологическое основание оздоровительных систем.	1	3	2		6	2 час. 100%	
6.	Тема 4 Характеристика современных физкультурно-оздоровительных систем и фитнес технологий.	1	4-6	4	2	10	2 час. 50%	Рейтинг-контроль 1
7.	Тема 5 Методика проведения дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой.	1	7		2	4	2 час. 100%	
8.	Тема 6 Методика проведения дыхательной гимнастики по методу К.П. Бутейко.	1	8		2	4	2 час. 100%	
9.	Тема 7 Методика выполнения комплекса упражнений системы пяти-фазного дыхания «Бодифлекс».	1	9		2	4	2 час. 100%	
10.	Тема 8 Методика выполнения комплекса упражнений «Алмазное дыхание».	1	10		2	4	2 час. 100%	
11.	Тема 9 Методика выполнения комплекса тибетской гимнастики.	1	11		2	4	2 час. 100%	Рейтинг-контроль 2
12.	Тема 10 Система мониторинга уровня здоровья и функционального состояния различных групп населения.	1	12-13	2	2	8	4 час. 100%	
13.	Раздел 3 Современные технологии спортивной тренировки.	1	14-18					
14.	Тема 11 Организационно-методические подходы к функциональной подготовке спортсменов на разных этапах подготовки.	1	14-15	2	2	8	2 час. 50%	
15.	Тема 12. Сущность и содержание БОС. Методика применения средств срочной информации в ФКиС.	1	16	2		8	2 час. 100%	
16.	Тема 13 Психолого-педагогические технологии в спортивной деятельности.	1	17-18	4		6	4 час. 100%	Рейтинг-контроль 3
Всего за 1-й семестр				18	18	72	28 час. 77,7%	Экзамен 36

17.	Раздел 4 Инновационные технологии физической подготовки учащейся молодежи.	2	19					
18.	Тема 14 Личностно ориентированные технологии физического воспитания школьников.		19		2	8	2 час. 100%	
19.	Тема 15 Технология дифференцированной физической подготовки студентов ВУЗов.	2	20		2	8		
20.	Тема 16 Технология применения статодинамических упражнений в физической подготовке студентов.	2	22-23		4	6	2 час.50%	Рейтинг-контроль 1
21.	Тема 17 Технологии физической подготовки студентов подготовительных и специально-медицинских групп.	2	24-25		4	8	2 час.50%	Рейтинг-контроль 2
22.	Раздел 5 Режиссура в ФКиС.	2	26					
23.	Тема 18 Методика повышения физической подготовленности школьников средствами массовых спортивно-художественных представлений.	2	26-27		4	6		
24.	Тема 19 Организационные аспекты проведение массовых спортивно-художественных представлений в условиях школы.	2	28		2	6	2 час.100%	Рейтинг-контроль 3
Всего за 2-й семестр					18		8 час. 44, 4%	Экзамен 27
Наличие в дисциплине КР								+
Итого по дисциплине				18	36	135	36 час. 66,6%	Экзамен 63

СОДЕРЖАНИЕ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Раздел 1 *Инновационные средства и методы физической культуры и их место в системе профессиональной подготовки*

Тема 1 Общая характеристика инновационных технологий, средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки

Содержание темы. В данной теме рассматриваются такие вопросы как: определение понятий «инновация», «инновационность», «инноватика», «инновационные процессы», «новшество», «новация», «технология», «педагогическая технология», «технология в системе физического воспитания», «инновационная деятельность», «инновационные технологии», «инновация в системе физического воспитания» и их соотношение. Общие и специфические признаки, характеризующие современные инновационные средства и методы

при занятиях физической культурой и спортом. Методология инновационных технологий в физическом воспитании.

Раздел 2 *Оздоровительные технологии в физическом воспитании детей и взрослого населения*

Тема 3 Научно-методологическое основание оздоровительных систем

Содержание темы. В данной теме рассматриваются такие вопросы естественно-биологическое основание оздоровления средствами оздоровительных систем. Общие представления о механизмах оздоровительного воздействия тренировки на организм человека: нормализация процессов управления и регуляции в триаде ЦНС-гормональная система-иммунная система; улучшение регуляции трофических и обменных процессов; активизация синтезирующих процессов в тканях.

Тема 4 Характеристика современных двигательных систем и оздоровительных технологий

Содержание темы. В данной теме рассматриваются содержание понятий: «системы», «технологии», «оздоровительные системы», «оздоровительные технологии», «физкультурно-оздоровительные технологии». «система оздоровительных занятий»; классификация оздоровительных систем; основные компоненты оздоровительных систем. такие вопросы как: оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания; основы оздоровительной физической культуры, основные факторы оздоровления; методические аспекты оздоровительной тренировки; современные двигательные системы: аэробика, ритмическая гимнастика, шейпинг, калланетика, аквааэробика, оздоровительные дыхательные системы: дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, К.П. Бутейко, пяти-фазное дыхание системы «Бодифлекс», «Алмазное дыхание», комплекс тибетской гимнастики, авторские технологии «Изотон»; раскрываются морфофункциональные воздействия различных типов упражнений.

Тема 10 *Система мониторинга уровня здоровья и функционального состояния различных групп населения*

Содержание темы. В данной теме раскрываются современные подходы к измерению показателей физического развития, физической подготовленности, функционального состояния детей дошкольного возраста, школьников, студентов, взрослого населения (безнагрузочные и нагрузочные пробы, методы оценки физической работоспособности, тесты опросника САН, психологические тесты). Рассматриваются организационно-методические аспекты проведения тестирования с целью получения объективной информации и её интерпретации.

Раздел 3 *Современные технологии спортивной тренировки*

Тема 11 Организационно-методические подходы к функциональной подготовке спортсменов на разных этапах подготовки

Содержание темы. В данной теме анализируются цель и задачи спортивной тренировки; средства, методы и принципы спортивной тренировки, основные стороны спортивной тренировки: спортивно-техническая подготовка; спортивно-тактическая подготовка; физическая подготовка; психическая подготовка; раскрываются понятия: «функциональное состояние», «функциональная подготовка», «функциональная подготовленность»; рассматриваются вопросы значимости целенаправленной функциональной подготовки спортсменов на разных этапах подготовки; анализируются эффективные средства направленного воздействия на дыхательную систему спортсменов в различные периоды тренировочного процесса.

Тема 12. Сущность и содержание БОС. Методика применения средств объективной срочной информации в ФКиС

Содержание темы. В данной теме раскрывается понятие биоуправления как прогрессивного направления науки и практики, рассматриваются значение биоуправления для практики ФКиС, основания появления БОС, описывается опыт зарубежных специалистов в данной области. раскрывается понятие БОС, даётся классификация видов БОС, раскрываются возможные задачи, которые решаются в процессе применения БОС; раскрывается суть аналитического и синтетического методов применения средств срочной информации, описываются методические подходы к совершенствованию управлением движениями по силовым, пространственным и временным характеристикам движения.

Тема 13 Психолого-педагогические технологии в спортивной деятельности

Содержание темы. В теме раскрывается концепция психологического сопровождения спортсменов высшей квалификации и олимпийского резерва, её роль на современном этапе развития спорта, описываются методики для оценки психологической подготовленности спортсмена.

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Раздел 1 *Инновационные средства и методы физической культуры и их место в системе профессиональной подготовки*

Тема 2 Современные концепции физического воспитания

Содержание практического занятия:

1. Опрос студентов по основному содержанию лекции 1
2. Выступление студентов с докладами.
3. Дискуссия.

Вопросы для подготовки:

1. Современная концепция образования школьников в области физической культуры;
2. Этапы становления образования в области физической культуры;
3. Урок как основная форма организации учебной работы в школе;
4. Факторы, определяющие эффективность урока физической культуры.

Темы докладов:

1. Постановка работы по физическому воспитанию в США.
2. Постановка работы физическому воспитанию в странах Европы и Азии.

Раздел 2 *Оздоровительные технологии в физическом воспитании детей и взрослого населения*

Тема 4 Характеристика современных физкультурно-оздоровительных и фитнес технологий

Содержание практического занятия. Занятие проводится в формате круглого стола с обсуждением следующих вопросов:

1. Оздоровительные возможности аэробики, методические подходы применения в системе ФВ различных половозрастных групп населения.
2. Оздоровительные возможности атлетической гимнастики, методические подходы применения в системе ФВ различных половозрастных групп населения.
3. Оздоровительные возможности шейпинга, методические подходы применения в системе ФВ различных половозрастных групп населения.

4. Оздоровительные возможности дыхательных практик, методические подходы применения в системе ФВ различных половозрастных групп населения.
5. Оздоровительные возможности ментальных систем, методические подходы применения в системе ФВ различных половозрастных групп населения.
6. Роль фитнес-технологий в системе ФВ школьников, студентов, взрослого населения.

Тема 5 Методика проведения дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой
Содержание практического занятия:

1. Опрос по теме 4 (лекция).
2. Обучение технике выполнения дыхательных упражнений по системе А.Н. Стрельниковой.
3. Технология применения дыхательных упражнений по системе А.Н. Стрельниковой в ФВ и спортивной практике.
4. Выполнение задания (провести 2-3 упражнения комплекса на группе). Анализ выполнения задания.

Вопросы для подготовки:

1. Суть метода А.Н. Стрельниковой. Физиологические эффекты упражнений.

Тема 6 Методика проведения дыхательной гимнастики по методу К.П. Бутейко.

Содержание практического занятия:

1. Опрос по теме 4 (лекция).
2. Обучение технике выполнения дыхательных упражнений по системе К.П. Бутейко
3. Технология применения дыхательных упражнений по системе К.П. Бутейко в ФВ и спортивной практике.
4. Выполнение задания (провести 2-3 упражнения комплекса на группе). Анализ выполнения задания.

Вопросы для подготовки:

Суть метода К.П. Бутейко. Физиологические эффекты упражнений.

Тема 7 Методика выполнения комплекса упражнений системы пяти-фазного дыхания «Бодифлекс».

Содержание практического занятия:

1. Опрос по теме 4 (лекция).
2. Обучение технике выполнения пяти-фазного дыхания по системе «Бодифлекс»
3. Технология выполнения упражнений на различные группы мышц по системе «Бодифлекс».
4. Выполнение задания (провести 2-3 упражнения комплекса на группе). Анализ выполнения задания.

Вопросы для подготовки:

Суть системы пяти-фазного дыхания «Бодифлекс». Физиологические эффекты упражнений.

Тема 8 Методика выполнения комплекса упражнений «Алмазное дыхание»

Содержание практического занятия:

1. Опрос по теме 4 (лекция).
2. Обучение технике выполнения упражнений.
3. Технология применения комплекса дыхательных упражнений «Алмазное дыхание» в ФВ и спортивной практике.
4. Выполнение задания (провести 2-3 упражнения комплекса на группе). Анализ выполнения задания.

Вопросы для подготовки:

Суть оздоровительного влияния комплекса упражнений «Алмазное дыхание» на организм.
Тема 9 Методика выполнения комплекса тибетской гимнастики.

Содержание практического занятия:

1. Опрос по теме 4 (лекция).
2. Обучение технике выполнения упражнений.
3. Технология применения комплекса тибетской гимнастики в ФВ и спортивной практике.
4. Выполнение задания (провести 2-3 упражнения комплекса на группе). Анализ выполнения задания.

Вопросы для подготовки:

Суть оздоровительного влияния комплекса упражнений тибетской гормональной гимнастики на организм.

Тема 10 Система мониторинга уровня здоровья и функционального состояния различных групп населения

Содержание практического занятия:

1. Выступление студентов с докладами.
2. Рассмотрение методов диагностики уровня здоровья детей дошкольного возраста, школьников, взрослого населения.
3. Технология проведения мониторинга здоровья.
4. Проведение учебно-исследовательской работы по оценке уровня здоровья группы.
5. Анализ и интерпретация результатов.

Темы докладов:

1. Научное обеспечение системы мониторинга физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодежи.
2. Измерения и тесты общероссийской системы мониторинга.
2. Тестирование уровня физического состояния людей различного возраста.

Раздел 3 Современные технологии спортивной тренировки

Тема 11 Организационно-методические подходы к функциональной подготовке спортсменов на разных этапах подготовки

Содержание практического занятия.

1. Опрос студентов по основному содержанию лекции б:
2. Выступление студентов с докладами.
3. Дискуссия.

Темы докладов:

1. Понятие о функциональной подготовке в спорте. Современные подходы к пониманию вклада различных компонентов функциональной подготовленности.
2. Цель, задачи и технология применения дыхательных упражнений в циклических видах спорта.
3. Цель, задачи и технология применения дыхательных упражнений в ациклических видах спорта.

Раздел 4

Тема 14 Личностно ориентированные технологии физического воспитания школьников

Содержание практического занятия. Занятие проводится в формате круглого стола с обсуждением следующих вопросов:

1. Актуальные проблемы физической подготовки учащейся молодёжи. Перспективы решения.
2. Образовательная политика в контексте модернизации. Педагогические технологии в современном образовательном процессе.
3. Личностно ориентированные технологии физического воспитания школьников.

Тема 15 Технология дифференцированной физической подготовки студентов ВУЗов

Содержание практического занятия. Занятие проводится в формате круглого стола с обсуждением следующих вопросов:

1. Актуальность индивидуализация. Существующие подходы к индивидуализации физического воспитания студентов.
2. Содержание концепции дифференцированной физической подготовки студентов Вузов.
3. Эффективность применения технология дифференцированной физической подготовки студентов ВУЗов на основе учёта соотношения соматических и психологических типов.

Тема 16 Технология применения статодинамических упражнений в физической подготовке студентов

Содержание практического занятия:

1. Опрос по темам 3,4 (лекции)
2. Обучение технике выполнения статодинамических упражнений.
3. Технология применения статодинамических упражнений на занятиях физической культурой со студентами.
4. Выполнение задания (провести 2-3 упражнения комплекса на группе). Анализ выполнения задания.

Вопросы для подготовки:

1. Понятие о статодинамическом режиме мышечных сокращений
2. Влияние статодинамической тренировки на организм.
3. Характеристика системы «Изотон».
4. Управление нагрузкой в процессе выполнения статодинамических упражнений.
5. Практика использования статодинамических упражнений в спорте.
6. Практика использования статодинамических упражнений в оздоровительной физической культуре.

Тема 17 Технологии физической подготовки студентов подготовительных и специально-медицинских групп

Содержание практического занятия. Занятие проводится в формате круглого стола с обсуждением следующих вопросов:

1. Постановка и современное направление учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» со студентами высших учебных заведений.
2. Блочно-модульное планирование учебного процесса по физической культуре студентов.
3. Оздоровительно-прикладная технология физического воспитания студентов специально-медицинской группы педагогического ВУЗа.

Раздел 5 Режиссура в ФКиС

Тема 18 Методика повышения физической подготовленности школьников в процессе подготовки к массовым спортивно-художественным представлениям.

Содержание практического занятия. Занятие проводится в формате круглого стола с обсуждением следующих вопросов:

1. Отличительные особенности массовых спортивно-художественных представлений о других форм спортивно-массовых мероприятий.
2. Критерии готовности участников массовых спортивно-художественных представлений к выступлениям в МСХП.
3. Средства, методы и формы подготовки школьников к участию в МСХП.

Тема 19 Организационные аспекты проведения МСХП в условиях школы

Содержание практического занятия. Деловая (ролевая) игра. Каждый участник имеет определенное задание и роль, которую он должен исполнить в соответствии с заданием.

Цель деловой (ролевой) игры: учебная.

Ожидаемый результат:

1. Ознакомиться с методами аргументации и мышления в исследовании вопроса, организации работы коллектива.
2. Сформировать сознание принадлежности участников к коллективу, проявлять сдержанность, уважение к мнению других, внимательность к товарищам по игре.
3. В процессе деловой игры научиться развивать логическое мышление, способность к поиску ответов на поставленные вопросы, умение общаться в процессе дискуссии.
4. Объективная оценка уровня знаний, умений и применение практических навыков участников по пройденному материалу.

План:

1. Ознакомиться с технологией разработки документов по проведению МСХП в условиях школы.
2. Освоить этапы подготовки МСХП в условиях школы.
3. Разработать проект плана-сценария МСХП для школьников.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В преподавании дисциплины «Инновационные тенденции развития теории и методики физической культуры» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- интерактивная лекция (тема №№ 1, 3, 4, 10, 11, 12, 13, 14);
- групповая дискуссия (тема №№ 2, 4, 11, 14, 15, 17, 18);
- тренинг (тема №№ 5, 6, 7, 8, 9, 10, 16);
- ролевая игра (тема №19).

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Студенты допускаются к экзамену на основе текущей контрольной аттестации при условии получения положительных оценок за все пройденные темы.

Текущий контроль – устный опрос (выступления с сообщениями и докладами, письменные задания).

Промежуточный контроль – экзамен (зимняя сессия), экзамен (летняя сессия) (допуск по результатам успеваемости, посещаемости, письменных заданий).

Текущий контроль 1-й семестр

Рейтинг-контроль 1

№ п/п	Учебные задания	Оценки		
		Отл.	Хор.	Удовл.
		Баллы		
1.	Практическое занятие № 1. Тема: Современные концепции физического воспитания (выступление с докладом, подготовка реферата).	7	5	3
2.	Практическое занятие № 2 Тема: Характеристика современных физкультурно-оздоровительных и фитнес технологий (участие в дискуссии).	6,5	4,5	2,5
3.	Практическое занятие № 3 Тема: Методика проведения дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой (собеседование, выполнение задания, СРС).	6,5	4,5	2,5
Общее количество баллов		20	14	8

Возможный максимум для модуля – 30 баллов
 (20 баллов за успеваемость + 10 баллов за посещаемость)
 Текущая аттестация – минимум 20 баллов.

Рейтинг-контроль 2

№ п/п	Учебные задания	Оценки		
		Отл.	Хор.	Удовл.
		Баллы		
1.	Практическое занятие № 4 Тема: Методика проведения дыхательной гимнастики по методу П.К. Бутейко (собеседование, выполнение задания, СРС).	4	3	2
2.	Практическое занятие № 5 Тема: Методика выполнения комплекса упражнений системы пятифазного дыхания «Бодифлекс» (собеседование, выполнение задания, СРС).	4	3	2
3.	Практическое занятие № 6 Методика выполнения комплекса упражнений «Алмазное дыхание» (собеседование, выполнение задания, СРС).	4	3	2
4.	Практическое занятие № 7 Методика выполнения комплекса тибетской гормональной гимнастики (собеседование, выполнение задания, СРС).	4	3	1,5
5.	Практическое занятие № 8 Система мониторинга уровня здоровья и функционального состояния различных групп населения (выступление с докладом, подготовка реферата).	4	2	0,5
6.	Общее количество баллов	20	14	8

Возможный максимум для модуля – 30 баллов
 (20 баллов за успеваемость + 10 баллов за посещаемость)
 Текущая аттестация – минимум 20 баллов.

Рейтинг-контроль 3

№ п/п	Учебные задания	Оценки		
		Отл.	Хор.	Удовл.
		Баллы		
1.	Практическое занятие № 9 Тема: Организационно-методические подходы к функциональной подготовке спортсменов на разных этапах подготовки (участие в дискуссии, подготовка реферата).	7	5	3
2.	СРС 9	6,5	4,5	2,5
3.	СРС 10	7,5	4,5	2,5
4.	Общее количество баллов	20	14	8

Возможный максимум для модуля – 30 баллов
 (20 баллов за успеваемость + 10 баллов за посещаемость)
 Текущая аттестация – минимум 20 баллов.

Текущий контроль 2-й семестр

Рейтинг-контроль 1

№ п/п	Учебные задания	Оценки		
		Отл.	Хор.	Удовл.
		Баллы		
1.	Практическое занятие № 10. Личностно ориентированные технологии физического воспитания школьников (выступление с докладом).	10	7	4
2.	Практическое занятие № 11 Тема: Технология дифференцированной физической подготовки студентов ВУЗов (участие в дискуссии).	10	7	4
Общее количество баллов		20	14	8

Возможный максимум для модуля – 30 баллов
 (20 баллов за успеваемость + 10 баллов за посещаемость)
 Текущая аттестация – минимум 21 баллов

Рейтинг-контроль 2

№ п/п	Учебные задания	Оценки		
		Отл.	Хор.	Удовл.
		Баллы		
1.	Практическое занятие № 12 Технология применения статодинамических упражнений в физической подготовке студентов.	10	7	4
2.	Практическое занятие 13 Тема: Технологии физической подготовки студентов подготовительных и специально-медицинских групп.	10	7	4
Общее количество баллов		20	14	8

Возможный максимум для модуля – 30 баллов
 (20 баллов за успеваемость + 10 баллов за посещаемость)
 Текущая аттестация – минимум 20 баллов.

Рейтинг-контроль 3

№ п/п	Учебные задания	Оценки		
		Отл.	Хор.	Удовл.
		Баллы		
1.	Практическое занятие №14 Методика повышения физической подготовленности школьников в процессе подготовки к массовым спортивно-художественным представлениям (участие в дискуссии).	10	7	4
2.	Практическое занятие №15 Организационные аспекты проведения МСХП в условиях школы (участие в деловой игре, выполнение задания).	10	7	4
Общее количество баллов		20	14	8

Возможный максимум для модуля – 30 баллов
 (20 баллов за успеваемость + 10 баллов за посещаемость)
 Текущая аттестация – минимум 20 баллов

Вопросы к экзамену

1-й семестр

1. Понятие и общая характеристика инновационных технологий, средств и методов физического воспитания.
2. Характеристика понятий «инновация», «инновационность», «инноватика», «инновационные процессы», «новшество», «новация», «инновационная деятельность», «инновационные технологии», «инновация в системе физического воспитания» и их соотношение.
3. Общие и специфические признаки, характеризующие современные инновационные средства и методы при занятиях физической культурой и спортом.
4. Характеристика понятий «технология», «педагогическая технология», «технология в системе физического воспитания». Методология инновационных технологий в физическом воспитании.
5. Современная концепция образования школьников в области физической культуры.
6. Этапы становления образования в области физической культуры в России.
7. Сравнительный анализ постановки работы по физическому воспитанию в США и России.
8. Сравнительный анализ постановки работы по физическому воспитанию в странах Европы и России.
9. Сравнительный анализ постановки работы по физическому воспитанию в странах Азии и России.
10. Понятие «здоровье». Процессы, определяющие состояние здоровья. Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни». Элементы здорового образа жизни. Современные жизненные проблемы и их влияние на здоровье человека.
11. Роль ФК и спорта в обеспечении здоровья человека. Общие представления о механизмах оздоровительного воздействия физической тренировки на организм человека. Основные принципы оздоровительной тренировки для здоровья.
12. Общая характеристика двигательных оздоровительных систем. Морфофункциональные особенности воздействия различных типов упражнений.

13. Роль правильного дыхания в жизнедеятельности человека. Общая характеристика дыхательных гимнастик.
14. Характеристика парадоксальной дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой. Механизмы воздействия на организм. Техника выполнения упражнений.
15. Технология обучения дыхательным упражнениям гимнастики А.Н. Стрельниковой. Дозирование нагрузки.
16. Характеристика дыхательных упражнений по методу П.К. Бутейко Механизмы воздействия на организм. Техника выполнения упражнений.
17. Технология обучения дыхательным упражнениям по методу П.К. Бутейко. Дозирование нагрузки.
18. Характеристика системы здоровья Ниши. Золотые правила здоровья.
19. Оздоровительная гимнастика тибетских монахов «Око возрождения».
20. Организационно-методические аспекты проведения тестирования с целью получения объективной информации и её интерпретации.
21. Значение диагностики уровня здоровья детей дошкольного возраста, школьников, взрослого населения. Научное обеспечение системы мониторинга физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодёжи.
22. Измерения и тесты общероссийской системы мониторинга. Методы измерения физического развития, методы измерения физической подготовленности, уровня здоровья детей дошкольного возраста, школьного, взрослого населения
23. Организационно-методические основы проведения мониторинга. Сбор информации, обработка и представление.
24. Характеристика понятий «функциональная подготовка», «функциональная подготовленность». «целевая функциональная подготовка». в спорте. Характеристика структуры функциональной подготовленности.
25. Роль дыхательных упражнений в функциональной подготовке спортсменов. Цель, задачи применения дыхательных упражнений в ациклических и циклических видах спорта.
26. Характеристика понятий: «биоуправление», «биологические обратные связи». Роль БОС в спортивной практике. Методика применения средств объективной срочной информации в ФКиС.

Вопросы к экзамену по дисциплине

2-й семестр

1. Характеристика понятий: «биоуправление», «биологические обратные связи». Роль БОС в спортивной практике. Методика применения средств объективной срочной информации в ФКиС.
2. Характерные тенденции современного спорта и спортивной тренировки Характеристика концепции психологи-педагогического сопровождения спортсменов высшей квалификации.
3. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании и его основные компоненты.
4. Принципы личностно-ориентированного подхода в физическом воспитании: самоактуализации, индивидуальности, субъектности, выбора, творчества и успеха, доверия и поддержки.
5. Цели и задачи здоровьесберегающих технологий в ФВ, их общая характеристика.

6. Технология здоровьезбережения доктора Базарного В.Ф.
7. Педагогическая система Щетинина М.Н. – путь к здоровью школьников.
8. Понятие индивидуализации процесса физического воспитания. Дифференцированное физическое воспитание
9. Структура моторного развития студентов с различными типами телосложения и типа нервной системы (на примере научных исследований).
10. Технология дифференцирования физической подготовки студентов Вузов на основе учёта соотношения соматических и психологических типов.
11. Характеристика системы статодинамических упражнений «ИЗОТОН».
12. Технология применения статодинамических упражнений в процессе физической подготовки студентов.
13. Технология применения статодинамических упражнений в спорте (на примере видов спорта).
14. Организационно-методические аспекты занятия ФК со студентами специальных и медицинских групп.
15. Характеристика оздоровительно-прикладной технологии физического воспитания студентов специально-медицинской группы педагогического ВУЗа.
16. Методы оценки физического и функционального состояния студентов специальных медицинских групп.
17. Оздоровительные технологии в физическом воспитании взрослого населения.
18. Понятие о режиссуре в физической культуре и спорте. Характеристика выразительных средств.
19. Повышение вычисковой подготовленности школьников средствами спортивно-массовых гимнастических выступлений.
20. Организационно-методические аспекты подготовки и проведения массовых спортивно-художественных представлений в условиях школы.

Задания для СРС

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Инновационные тенденции развития теории и методики физической культуры» предусмотрена в 1-ом и 2-ом семестрах и включает следующие виды работ:

№ п/п	Тема	Вопросы, выносимые на СРС	Содержание СРС	Форма контроля СРС
1-й семестр				
1	2	3	4	5
1.	Современные концепции физического воспитания.	- становление целостных, самостоятельных систем взаимосвязанных идей и принципов концепции физического воспитания учащихся в России; - идеи и принципы концепции физического воспитания 80-начала 90-х годов XX века. - взаимосвязь концепций, определяющие физическое воспитание в общеобразовательных учреждениях современных европейских государств с концепциями, реализуемыми в Рос-	УМ ПР	Б КО З

		<p>сии в настоящее время.</p> <ul style="list-style-type: none"> - урок как основная форма организации учебной работы в школе; - факторы, определяющие эффективность урока физической культуры <p>Темы рефератов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Постановка работы по физическому воспитанию в США. 2. Постановка работы физическому воспитанию в странах Европы 3. Постановка работы физическому воспитанию в странах Азии. 		
2.	Научно-методологическое основание оздоровительных систем.	<ul style="list-style-type: none"> - роль физических упражнений в укреплении здоровья организм занимающихся; - естественно-биологические основы оздоровления; - оздоровление как факторная система направленных воздействий; - особенности воздействия растягивающих, аэробных, силовых, смешанных упражнений; - механизм психо-физического воздействие упражнений. 	УМ	Б
3.	Характеристика современных физкультурно-оздоровительных систем и фитнес технологий	<ul style="list-style-type: none"> - направленность занятий аэробикой, атлетической гимнастикой, шейпингом, каланнетикой, системы «Изонтон», йоги, Пилатес, дыхательных систем; - показания и противопоказания для занятий аэробикой; - структура и методика проведения занятия; - методика контроля за состоянием занимающихся. 	УМ	Б, ПЗ
4.	Методика проведения дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой.	<ul style="list-style-type: none"> - цель и задачи системы упражнений А.Н. Стрельниковой; - механизм воздействия на организм; - методические особенности выполнения упражнений по системе А.Н. Стрельниковой; - практика применения в оздоровительной ФК. 	СК	ПЗ
5.	Методика проведения дыхательной гимнастики по методу К.П. Бутейко.	<ul style="list-style-type: none"> цель и задачи системы упражнений П.К. Бутейко; - методические особенности выполнения упражнений по системе П.К. Бутейко. - практика применения в оздоровительной ФК. 	СК	У, ПЗ
6.	Методика выполнения комплекса упражнений системы пяти-фазного дыхания «Бодифлекс».	<ul style="list-style-type: none"> - цель и задачи системы упражнений «Бодифлекс»; - методические особенности выполнения упражнений по системе «Бодифлекс». 	СК	У ПЗ
7.	Методика выпол-	- цель и задачи комплекса упражне-	УМ	У

	нения комплекса упражнений «Алмазное дыхание»	ний «Алмазное дыхание»; - методические особенности выполнения упражнений «Алмазное дыхание». Тема реферата - Оздоровительная система Кацудзо Ниши («Золотые правила здоровья»).	ПР	ПЗ 3
8.	Методика выполнения комплекса тибетской гимнастики	- цель и задачи комплекса упражнений «Гормональная гимнастика»; - методические особенности выполнения упражнений «Гормональная гимнастика». Тема реферата - «Око возрождения» – оздоровительная система тибетских монахов.	УМ ПР	У ПЗ 3
9.	Система мониторинга уровня здоровья и функционального состояния различных групп населения.	- Значение диагностики уровня здоровья детей дошкольного возраста, школьников, взрослого населения. - методы измерения физического развития; - методы измерения физической подготовленности; - функциональные тесты и пробы оценки функционального состояния ССС и дыхательной системы; - компьютерные технологии в оценке состояния здоровья различных групп населения. Темы рефератов: -научное обеспечение системы мониторинга физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодежи. -измерения и тесты общероссийской системы мониторинга.	УМ ПР	ПЗ 3
10.	Организационно-методические подходы к функциональной подготовке спортсменов на разных этапах подготовки.	Научные исследования последнего 10-летия по проблеме функциональной подготовки в спорте. Темы рефератов: 1. Понятие о функциональной подготовке в спорте. Современные подходы к пониманию вклада различных компонентов функциональной подготовленности. 2. Цель, задачи и технология применения дыхательных упражнений в различных видах спорта.	УМ ПР	У КО ПЗ 3
11.	Сущность и содержание БОС. Методика применения средств срочной информации в ФКиС.	Научные исследования последнего 10-летия по проблеме биоуправления в спорте.	УМ	У КО
12.	Психолого-	- мониторинг психической подготов-	УМ	Б

	педагогическое технологии в спортивной дея- тельности	ленности в спорте; - психолого-педагогические основы взаимодействия в системе «тренер – спортсмен». - психолого-педагогические основы взаимодействия в системе «тренер – команда». - психолого-педагогические основы взаимодействия в системе «спортсмен – команда».		
2-ой семестр				
13.	Личностно ориен- тированные тех- нологии физиче- ского воспитания школьников.	- технология здоровьезбережения доктора Базарного В.Ф. - педагогическая система Щетинина М.Н. – путь к здоровью школьников.	УМ	КО Б
14.	Технология диф- ференцированной физической под- готовки студентов ВУЗов.	Научные исследования последнего 10-летия по проблеме дифференциро- ванного подхода в процессе физиче- ского воспитания школьников, сту- дентов.	УМ	КО Б
15.	Технология при- менения статоди- намических упражнений в фи- зической подго- товке студентов.	- оздоровительный и коррекционные возможности статодинамических упражнений; - способы построения комплексов силовых упражнений; - методические подходы к примене- нию статодинамических упражнений в ОФК и спорте.	СК	У ПЗ
16.	Технологии физи- ческой подготов- ки студентов под- готовительных и специально- медицинских групп.	Научные исследования последнего 10-летия по проблеме дифференциро- ванного подхода в процессе физиче- ского воспитания школьников, сту- дентов.	УМ	КО Б
17.	Организационные аспекты проведе- ние массовых спортивно- художественных представлений в условиях школы.	- основы подготовки МСХП; - руководящие документы в подго- товке МСХП; - музыкальное и художественное оформление МСХП.	УМ	ОБС

Содержание СРС (графа 4), условные обозначения:

УМ – изучение учебного материала;

ПР – подготовка реферата;

СК – изучение учебного материала и составление конспекта.

Формы контроля СРС (графа 5), условные обозначения:

У – устный опрос;

Б- беседа;

ПЗ – проверка заданий.

КО – участие в круглых столах, испутах и т.д.

З – заслушивание на занятиях подготовленных работ;

ОБС – обсуждение на занятиях результатов.

Темы рефератов:

1. Постановка работы по физическому воспитанию в США.
2. Постановка работы по физическому воспитанию в странах Европы
3. Постановка работы по физическому воспитанию в странах Азии.
4. Оздоровительная система Кацудзо Ниши («Золотые правила здоровья»).
5. «Око возрождения» - оздоровительная система тибетских монахов.
6. Научное обеспечение системы мониторинга физического развития и физической подготовленности.
7. Измерения и тесты общероссийской системы мониторинга.
8. Понятие о функциональной подготовке. Её роль для спортивной тренировки. Современные подходы к пониманию структуры компонентов функциональной подготовленности.
9. Повышение функциональной подготовленности спортсменов на основе применения дыхательных упражнений.

Темы курсовых работ:

1. Организационно методические основы проведения мониторинга студентов (школьников, детей дошкольного возраста).
2. Оценка физического и функционального состояния студентов (школьников, детей дошкольного возраста) по данным мониторинга.
3. Характеристика современных двигательных систем и практика их применения в процессе физического совершенствования студентов (школьников, детей дошкольного возраста).
4. Технология применения современных двигательных систем в процессе физического совершенствования студентов (школьников, детей дошкольного возраста).
5. Особенности применения дыхательных упражнений в оздоровительной физической культуре и спорте.
6. Особенности занятий физической культурой со студентами, имеющими избыточную массу тела.
7. Коррекция телосложения студентов средствами атлетической гимнастики.
8. Организационно-методические особенности занятий со студентами, имеющими отклонения в функциональном состоянии опорно-двигательного аппарата.
9. Средства и методы направленной релаксации студентов в процессе занятий физической культурой.
10. Особенности прикладной физической подготовки студентов.

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляются отдельным документом.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: Автор, название, вид издания, изд-во	Год изда- ния	Книгообеспеченность	
		Кол-во экземпля- ров в библио- теке ВлГУ в соответ. с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
Основная литература			
Ишмухаметов, М. Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Питание в здоровом образе жизни: учебное пособие. Специальность 050720 - «Физическая культура». Направление подготовки 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки - «Физическая культура» / М. Г. Ишмухаметов. - Электрон. текстовые данные. - Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет. - 2014. - 193 с	2014	-	http://www.iprbookshop.ru/32246.html
Макеева, В. С. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. С. Макеева ; В. В. Бойко. - М.: Советский спорт, 2014. - 152 с.	2014	-	http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51916
Пулина, В.В. Физическое воспитание студентов специального медицинского отделения в ВУЗе: учебно-методическое пособие. /В.В. Пулина. – Владимир: Изд-во ВлГУ	2014	24	http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/3612/1/01341.pdf .
Репникова Е.А. Основы технологии организации спортивно-зрелищных мероприятий / Е.А. Репникова, Ю.А. Миронова, В.А. Сулова; Владим. гос. ун-т имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. - Владимир: Изд-во ВлГУ	2015	24	
Репникова Е.А. Коррекция телосложения студенток в процессе занятий физической культурой / Е.А. Репникова, Иванов С.В., Ю.А. Миронова, В.А. Су-	2017	24	http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/6505/1/01670.pdf >.

лова; Владим. гос. ун-т имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. - Владимир: Изд-во ВлГУ, 2017.			
Дополнительная литература			
Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс]: учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб, и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа. – 528 с.	2013	-	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426456.html
Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие для вузов по специальности 050720.65 (033100) – Физическая культура / Ю.П. Кобяков. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. – 253 с.	2012	21	
Митрохина В.В. Аэробика: Теория. Методика. Практика [Электронный ресурс]: методич. пособие / В.В. Митрохина. - М.: Издательство РУДН. -.html	2010	-	http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209034735
Панов Г.А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Г.А. Панов. - М.: Издательство РУДН – 190 с.	2012		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209036531.html
Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Электрон. текстовые данные. — М. : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — 978-5-374-00429-8. — Режим доступа:	2011		http://www.iprbookshop.ru/11049.html
Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс] / В. Н. Платонов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2019. — 656 с. — 978-5-9500183-3-6. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/83625.html	2019		http://www.iprbookshop.ru/83625.html

7.2 Периодические издания

1. Ж.: Теория и практика физической культуры [http:// www.teoriya.ru](http://www.teoriya.ru)
2. Ж.: Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/press.fkot>
3. Учёные записки Университета им. П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru>

7.3 Интернет-ресурсы

1. «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru>.
2. Сайт ВАК – www.vak.ed.gov, www.teoriya.ru;
3. Российская национальная библиотека www.nlr.ru;
4. Научная электронная библиотека - www.e-library.ru;
5. Библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта - www/lesgaft/spb/ru).

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации дисциплины «Инновационные тенденции развития теории и методики физической культуры» имеются специальные помещения для проведения лекционных и практических занятий, проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (аудитория 203, 108, оснащенные мультимедийным оборудованием, зал гимнастики), а также помещения для самостоятельной работы (компьютерный класс). Учебный процесс проходит по адресу г. Владимир, ул. Университетская дом 1 (спортивный корпус 3).

Рабочую программу составил канд. пед. наук, доцент Е.А. Репникова



Рецензент (представитель работодателя)

директор ГБУ ВО «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва по спортивной борьбе», заслуженный тренер РФ С.В. Мясников



Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин (ТМФКСД) протокол № 1 от 30.08 2019 г.

Заведующий кафедрой А.В. Власов .



Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 44.04.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура» протокол № 1 от 30.08 2019 г.

Председатель учебно-методической комиссии заведующий кафедрой ТМФКСД
А.В. Власов



**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____

