

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



Проректор  
 по учебно-методической работе  
 А.А. Панфилов  
 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки	<b>49.03.01. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</b>
Профиль/программа подготовки	<b>СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ</b>
Уровень высшего образования	<b>БАКАЛАВРИАТ</b>
Форма обучения	<b>ОЧНАЯ</b>

<b>семестры</b>	<b>Трудоемкость зач.ед./ час.</b>	<b>Лекции , час.</b>	<b>Практич. занятия, час.</b>	<b>Лаборат. работы, час.</b>	<b>СРС, час.</b>	<b>Форма промежуточного контроля (экз./зачет)</b>
<b>1 семестр</b>	<i>2/72</i>	18	54			зачет
<b>Итого</b>	<b>2/72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>			<b>зачет</b>

Владимир 2015

### 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура» создать представление о теоретических основах использования подвижных игр в процессе обучения и как фактора обеспечения здоровья, организационных и нормативных основах соревновательной деятельности; овладеть технологиями планирования и проведения занятий, спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной деятельности.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО:

Учебная дисциплина «Физическая культура» в структуре стандартов третьего поколения высшего образования (ФГОС ВО) реализуется в рамках базовой части Блока 1 "Дисциплины (модули)" программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения.

Модуль дает возможность расширения и углубления знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых содержанием базовых (обязательных) дисциплин (модулей), позволяет обучающимся получить углубленные знания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) продолжения профессионального образования.

Настоящая программа по учебной дисциплине (модулю) составлена с учетом основополагающих, законодательных, инструктивных и программных документов, определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий в высшей школе. Для изучения дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе. дисциплина обеспечивает изучение теории и методики физической культуры, прохождение педагогической практики.

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения модуля направлен на формирование следующих компетенций:

Коды компет енций	Компетенции	Результат освоения
<b>Общекультурные компетенции</b>		
(ОК-6);	способностью работать в коллективе, воспринимать этнические, и культурные различия	<u>Знать</u> ценности физической культуры и спорта, ее роль в развитии общества, традиции в области физической культуры человека; <u>Уметь</u> анализировать, систематизировать различные социокультурные виды физической культуры и спорта; реализовывать духовные, физические качества в различных сферах жизнедеятельности человека; оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире <u>Владеть</u> коммуникативными функциями для поддержания диалога с представителями других культурных государств, различными современными понятиями, категориями, системами в области физической культуры.

ОК-7	способностью к самоорганизации и самообразованию	<p><u>Знать</u> роли физического воспитания и физической культуры как учебной дисциплины в общеобразовательном процессе вуза, о социальных функциях и социальном значении физической культуры, о понятии «здоровье» и его составляющих.</p> <p><u>Уметь</u> анализировать основные понятия, определения и составляющие физкультурно-спортивной деятельности, основные функции физической культуры и спорта,</p> <p><u>Владеть</u> знаниями анатомических, морфологических, физиологических, биохимических и психологических систем организма человека, составлять план использования средств физической культуры для улучшения своего физического состояния, повышения умственной работоспособности</p>
ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p><u>Знать</u> классификацию, назначение использования методов физического воспитания.</p> <p><u>Уметь</u> применять методы физического воспитания с различным контингентом занимающихся с учетом их возрастных, половых и индивидуальных возможностей, состояния здоровья, уровнем физической подготовленности.</p> <p><u>Владеть</u> средствами и методами формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых.</p>

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 2 зач. ед./72 часа.

№	Раздел (тема) дисциплины	семестр	неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				лекции	Практические занятия	Лабор. работы	Контр. работы	СРС	КП/КР		
1	<b>Раздел. История, возникновение, развитие подвижных игр</b>	1	1,3,5,7,9	10						2/20%	
	Тема 1.1. История, возникновение, развитие подвижных игр. Основы теории подвижных игр.		1,3	4							
	Тема 1. 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр		5,7,9	6							
2	<b>Раздел. Организация занятий подвижными играми в различных звеньях системы физического воспитания</b>		11,13	4						1/25%	
	Тема 2.1. Организация и методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами		11,13	4							
3	<b>Раздел. Подвижные игры в физическом воспитании учащихся</b>		15,17	4						1/25%	
	Тема 3.1. Характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр			2							
	Тема 3. 2. Подбор и моделирование игр для учебно-тренировочного процесса			2							
4	<b>Раздел. Методика</b>		1-7		20					7/35%	рейтинг-

	<b>проведения подвижных игр на уроках в школе</b>								<b>контроль 1</b>
	Тема 4.1 Особенности и методика проведения подвижных игр в начальной школе	1-3	8						
	Тема 4.2. Особенности и методика проведения подвижных игр в 5-8 классах	4-5	6						
	Тема 4.3. Особенности и методика проведения подвижных игр в старшем школьном возрасте	6-7	6						
<b>5</b>	<b>Раздел. Подвижные игры для повышения общей физической подготовленности</b>	<b>8-10</b>	<b>8</b>					<b>2/25%</b>	
	Тема 5.1. Подвижные игры для развития двигательных качеств	8-10	8						
<b>6</b>	<b>Раздел. Подвижные игры в занятиях различными видами спорта</b>	<b>10-11</b>	<b>4</b>					<b>1/25%</b>	
	Тема 6.1. Особенности и методика проведения подвижных игр в спортивной тренировке в различных видах спорта	10-11	4						
<b>7</b>	<b>Раздел. Учебная практика по методике проведения подвижных игр</b>	<b>12-18</b>	<b>22</b>					<b>8/36,5%</b>	
	Тема 7.1. Проведение подвижных игр по заданию преподавателя	12-17	18						<b>рейтинг-контроль 2</b>
	Тема 7.2. Соревнования по подвижным играм «Веселые старты»	18	4						<b>рейтинг-контроль 3</b>
	<b>Итого:</b>		<b>18</b>	<b>54</b>				<b>22/30,5%</b>	<b>зачет</b>

#### 4.1. ТЕМЫ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

##### РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ, ВОЗНИКНОВЕНИЕ, РАЗВИТИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР

###### *Тема 1.1. История и возникновение подвижных игр.*

###### *Основы теории подвижных игр*

*(Лекции)*

Теории происхождения и развития игры. Определение подвижной игры как вида деятельности. Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных.

Естественнонаучные основы игровой деятельности. Игра и труд, их связь и различия. Взгляды отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых на игру. Педагогическая классификация подвижных игр.

***Тема 1.2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр***

*(Лекция)*

Основные задачи руководителя игры. Подготовка преподавателя к игре, подготовка места, инвентаря, разметка площадки. Организация играющих: размещение играющих и место руководителя во время объяснения игры. Выбор капитанов и помощников. Способы выбора водящего. Способы разделения на команды. Построение играющих в исходное положение для игры. Требования к рассказу игры, роль показа во время объяснения. Руководство процессом игры. Наблюдение и контроль за выполнением правил. Равномерность нагрузки во время игры. Объективность судейства в подвижных играх. Продолжительность игры для учащихся различного возраста. Требования к окончанию игры. Подведение итогов игры, определение результатов.

**РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ В РАЗЛИЧНЫХ ЗВЕНЬЯХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

***Тема 2.1. Организация и методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами***

*(лекция)*

Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих. Педагогическая характеристика игр детей на различных ступенях обучения и воспитания. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.

**РАЗДЕЛ 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ УЧАЩИХСЯ**

***Тема 3.1. Характерные особенности игровой деятельности, игрового метода и подвижных игр***

*(Лекция)*

Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных. Естественно-научные основы игровой деятельности. Характеристика игровой деятельности. Игра и труд, их связь и различия. Роль игрового метода в спортивной практике. Подвижные игры как проявление игровой деятельности.

***Тема 3.2. Подбор и моделирование игр для учебно-тренировочного процесса***

*(Лекция)*

Место подвижных игр в решении задач физического воспитания. Методика использования подвижных игр в учебно-тренировочном процессе. Особенности использования подвижных игр в тренировке по различным видам подготовки (физическая, техническая, тактическая и психологическая). Подвижные игры как средство диагностики спортивных способностей, отбора в спорте. Методика применения игровых тестов.

## **РАЗДЕЛ 4. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В РАЗЛИЧНЫХ КЛАССАХ ШКОЛЫ (В СВЯЗИ С ВОЗРАСТНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ)**

### ***Тема 4.1 Особенности и методика проведения подвижных игр в начальной школе***

#### *(Практические занятия)*

Характеристика подвижных игр в связи с возрастными особенностями школьников в 1 – 4 классах: анатомо-физиологические, психологические особенности развития детского организма.

Занятие № 1 Игры с элементами строевой подготовки. «Запрещенное движение», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Пятнашки маршем».

Игры с элементами общеразвивающих упражнений. «Группа, смирно!», «Передача мячей в колонах».

Занятие № 2 Игры типа перебежек «Космонавты», «Угадай, чей голосок?», «Два мороза», «День и ночь», «Воробьи и вороны».

Занятие № 3 Игры типа салок «Салки простые», «Стой-беги», «Ловля парами», «Белые медведи».

Занятие № 4 Игры с метанием в неподвижную и подвижную цель «Охотники и утки», «Защита булав», «Ловкие и меткие», «Попади в мяч», «Подвижная цель».

Занятие № 5 Игры с элементами прыжков «Зайцы в огороде», «Волк во рву», «Чехарда».

### ***Тема 4.2. Особенности и методика проведения подвижных игр в 5-9 классах***

#### *(Практические занятия)*

Характеристика подвижных игр в связи с возрастными особенностями школьников в 5 – 9 классах.

Занятие № 6 Игры с предметами (скакалки, мячи и т.д.) «Мяч по полу», «Передал-садись», «Веревочка под ногами».

Эстафеты линейные, круговые, встречные «Гонка мячей по кругу».

Занятие № 7 Игры с преимущественным развитием быстроты «Команда быстроногих», «Эстафета зверей», «Вызов номеров».

Занятие № 8 Игры с преимущественным развитием ловкости «Третий лишний», «Заяц без логова».

Игры с преимущественным развитием гибкости «Мостик и кошка», «Передача мяча в колонах».

### ***Тема 4.3. Особенности и методика проведения подвижных игр в старшем школьном возрасте***

#### *Практические занятия*

Характеристика подвижных игр в связи с возрастными особенностями школьников в 10 – 11 классах.

Занятие № 9 Игры с преимущественным развитием силы «Бой петухов», «Соревнования тачек», «Выталкивание из круга», «Борьба в квадратах».

Игры с преимущественным развитием выносливости.

Занятие № 10 Игры подготовительные к спортивным «Мяч в кольцо», «25 передач», «Мяч ловцу», «Пионербол».

Занятие № 11 Игры – аттракционы «Два стула и веревочка», «Проворные мотальщики», «Меткий футболист», «Точный прыжок», «Две из трех», «Сбей отскоком», «Удержи палку».

## **РАЗДЕЛ 5. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ**

### *Тема 5.1. Подвижные игры для развития двигательных качеств*

Воспитание в играх физических качеств. Подвижные игры как комплексное средство развития физических качеств.

*Игры, направленные на развитие быстроты:* «Октябрята», «Два мороза», «К своим флажкам», «Салки с выбыванием», «Пустое место», «Линейная эстафета», «Белые медведи», «Вызов номеров», «Третий лишний», «Рывок за мячом», «Поймай палку», «День и ночь», «Кто быстрее».

*Игры, направленные на развитие скоростно-силовых качеств:*

«Веревочка под ногами», «Волк во вру», «Зайцы в огороде», «Снайперы», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Разрывные цепи», «Прыжок за прыжком», «Челнок», «Кто выше», «Метко в цель», «Мяч через сетку».

*Игры, направленные на развитие силы:*

«Перетягивание в парах», «Перетягивание каната», «Тяни в круг», «Вытолкни из круга», «Зайцы и моржи», «Соревнование тачек», «Переброска мячей», эстафеты с набивными мячами, «Борьба всадников», «Скачки», «Переправа», «Тяни на булавки».

*Игры, направленные на развитие выносливости:*

«Салки простые», «Салки по кругу», «Салки со скакалкой», «Мяч ловцу», «Гонка с выбыванием», «Не давай мяча водящему», «Катбол», «Салки с мячом», «Круг за кругом», «Третий лишний», «Сумей догнать», «Эстафета-поезда», «Удочка прыжковая».

*Игры, направленные на развитие ловкости:*

«Прыгуны и ползуны», «Кувырок с мячом», «Навстречу удочке», «Бег пингвинов», «Защита укрепления», «Ловля парами», «Передача мяча находу», «Двумя руками», эстафеты с лазанием и перелезанием, эстафеты с преодолением препятствий, гимнастические и акробатические упражнения, «По одному и вместе», «Защита булав», «Ловкие руки», «Жонглеры».

*Игры, направленные на развитие гибкости:*

«Палку за спину», «Мостик и кошка», «Кувырки и перекаты», «Бег раков», «Гонка мячей под ногами и за головой».

## **РАЗДЕЛ 6. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ЗАНЯТИЯХ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА**

### *Тема 6.1. Особенности и методика проведения подвижных игр в спортивной тренировке*

Использование подвижных игр в спортивной подготовке, как необходимого компонента при формировании спортивной техники. Подвижные игры в различных видах спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, плавание, лыжный спорт, единоборства). Использование подвижных игр в различные периоды спортивной тренировки.



## РАЗДЕЛ 7. УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА ПО МЕТОДИКЕ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

### *Тема 7.1. Проведение подвижных игр по заданию преподавателя*

Целью учебной практики - закрепить знания, умения и навыки самостоятельного подбора и проведения подвижных игр на коллективе занимающихся (учебной группе). Учебная практика направлена на приобретение профессионально-педагогических навыков в проведении подвижных игр.

### *Тема 7.2. Соревнования по подвижным играм*

Организация и проведение соревнований для различных возрастных групп. Разновидности соревнований по комплексу подвижных игр. Составить положение о соревнованиях по подвижным играм, используя одну из тем: «Веселые старты» (для 1 – 4, 5 – 6, 7 – 8, 9 – 11 классов), «Папа, мама, я – спортивная семья», «День Нептуна», «А, ну-ка парни!», «Зов джунглей» и т.д.

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При реализации различных видов учебной работы используются следующие образовательные технологии: *физкультурно-оздоровительная технология* и *технология интерактивного обучения*.

*Технология активного обучения* включает совокупность форм и методов, позволяющих студентам изменить свое отношение к физической культуре как одного из средств здоровьесбережения, сформировать мотивацию ведения здорового образа жизни.

В процессе аудиторных и внеаудиторных занятий физической культурой применяются теоретические (в ходе практических занятий) и практические задания.

В процессе учебной работы по физической культуре применялись следующие формы и методы: *дискуссии*; ежегодная научно-практическая студенческая конференция «Актуальные проблемы физической культуры студентов»; мини-конференция в рамках практического занятия (выступление студентов с докладами по проблемам физической культуры и спорта); «Круглый стол» по проблемам здоровьесбережения средствами физической культуры; «Конкурс рефератов и творческих работ студентов»; парное ведение практического занятия по физической культуре (волейбол, легкая атлетика и др.); разбор конкретных ситуаций в различных видах спорта (техничко-тактический анализ игры, разбор комплексов оздоровительных упражнений).

Применение активных методов обучения на занятиях физической культурой способствует выражению интеллектуальных способностей, раскрытие творческого потенциала, активизации каждого студента.

Использование физкультурно-оздоровительной и технологии активного обучения на занятиях физической культурой позволяет реализовать большие возможности процесса обучения:

отслеживать развитие интереса, желания, мотивации здоровьесбережения средствами физической культуры;

наблюдать за активностью студентов в процессе практических занятий физической культурой;

контролировать уровень *знаний* в области физической культуры и спорта, здоровьесбережения, физического самосовершенствования, *умения* применять полученные знания в практической деятельности, приобретение опыта

здоровьесбережения при помощи занятий физической культуры и участия в физкультурно-оздоровительной деятельности вуза;

оценивать уровень физической подготовленности студентов; определять результат совместной со студентами здоровьесберегающей деятельности;

определять последовательность дальнейших шагов и действий, что, в конечном итоге, способствует изменению отношения студентов к своему здоровью, его укреплению и сохранению.

*Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется главной целью (миссией) программы, особенностью контингента обучающихся и содержанием конкретных дисциплин, и в целом в учебном процессе они должны составлять не менее 20% аудиторных занятий (определяется требованиями ФГОС с учетом специфики ОПОП).*

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

Программой дисциплины «Физическая культура» предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости в форме рейтинг контроля и промежуточный контроль в форме зачета.

### ***рейтинг -контроль 1***

- конспектирование лекционного материала;
- составление положения соревнования «Веселые старты»;
- конспектирование игрового материала в форме плана –конспекта игры;

### ***рейтинг- контроль 2***

- конспектирование игрового материала в форме плана –конспекта игры;
- проведение игр по заданию руководителя;
- анализ игры.

### ***рейтинг-контроль 3***

- проведение игр по заданию руководителя;
- организация, проведение и участие в соревнованиях «Веселые старты»;
- Тестовые задания.

## **Тестовые задания**

### ***I. Методика проведения подвижных игр***

1. Назовите отличия спортивных игр от подвижных:

- А) количество игроков;
- Б) обувь игроков;
- В) социальное положение;
- Г) антропометрические данные.

2. Назовите план рассказа подвижной игры:

- А) название, роли и расположение играющих, ход игры, цель, правила;
- Б) название, содержание, правила, показ;

- В) название, правила, показ;
- Г) название, содержание, разделение на команды.

3. Какова структура подвижных игр:

- А) роль, игровое действие, игровое употребление предметов, техника, реальные отношения;
- Б) правила, тактика, судейство, ОФП;
- В) инвентарь, оборудование, соревнования;
- Г) участники отношения, подготовка.

4. Укажите оздоровительное значение подвижных игр:

- А) закаливание;
- Б) передача социального опыта;
- В) нравственное воспитание;
- Г) творческое развитие.

## *II. Руководство процессом игры*

1. Чем определяется дозировка нагрузки подвижной игры?

- А) методикой; условиями проведения;
- Б) развитие физических качеств;
- В) по продолжительности игры;
- Г) по количеству заданий в игре; врачебным контролем.

2. Укажите способы распределения на команды:

- А) по усмотрению руководителя, путем расчета, путем перестроения, по назначению капитана, постоянные команды;
- Б) распределяют руководитель, сами игроки;
- В) мальчики в одной, девочки в другой;
- Г) распределяют: руководитель, капитаны, игроки, судьи.

3. Сколько длится соревнования по подвижным играм?

- А) 2 – 2,5 часа;
- Б) 20 – 30 мин.;
- В) 1 – 1,5 часа;
- Г) неопределенное время.

4. Как выделяют водящего в подвижной игре:

- А) по назначению руководителя: по жребию, по выбору играющих, по результатам предыдущих игр;
- Б) выбирают руководители, игроки;
- В) руководитель по списку группы;
- Г) водит тот, кто пришел последним.

## *III. Формы организации и проведения подвижных игр*

1. По содержанию и сложности подвижные игры бывают:

- А) некомандные, переходные, командные;
- Б) творческие, подвижные, спортивные;
- В) парные, одиночные;
- Г) простые, сложные, легкие.

2. Назовите подготовку к проведению подвижной игры:

- А) место для игры, инвентарь к играм, разметка площадки, предварительный анализ игры;
- Б) форма, аптечка, судьи;
- В) выбор капитанов, температурный режим, местность;
- Г) инвентарь, оборудование, форма.

3. Особенности подвижных игр на местности:

- А) длительное время проведения, большие пересеченные участки;
- Б) количество участников, игры с водящим;
- В) особый инвентарь, командные игры;
- Г) специальная площадка, температурный режим.

4. От чего зависит выбор подвижной игры:

- А) задачи, форма занятий, место проведения, количество играющих инвентарь;
- Б) желание играющих, погодные условия, место проведения;
- В) разметка площадки, количество играющих, температура воздуха, название игры;
- Г) пол, возраст, развитие, подготовленность.

#### *IV. Развитие двигательных качеств в подвижных играх.*

1. Укажите подвижную игру с метанием в подвижную цель:

- А) «Охотники и утки»;
- Б) «Попади в мяч»;
- В) «Защита укрепления»;
- Г) «Защита кеглей»

2. Укажите подвижную игру для развития гибкости:

- А) «Мостик и кошка»;
- Б) «Торпеды»;
- В) «Будь лидером»;
- Г) «Лиса и куры».

3. Укажите подвижную игру для развития силы:

- А) «Эстафета тачек»;
- Б) «Борьба за мяч»;
- В) «Часовые и разведчики»;
- Г) «Лыжники, на места!».

4. Укажите подвижную игру для развития выносливости:

- А) «Гонка с выбыванием»;

- Б) «Гонка мячей по кругу»;
- В) «Передал - садись»;
- Г) «От щита в поле».

### **ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ**

1. Определение игры.
2. Взгляды на игру педагогов и ученых.
3. Теории возникновения и развития подвижных игр.
4. Структура игровой деятельности.
5. Отличие подвижных игр от спортивных.
6. Классификация подвижных игр.
7. Социальные функции подвижной игры в современном обществе.
8. Педагогические основы игры (воспитательное, образовательное, оздоровительное и гигиеническое значение подвижных игр).
9. Применение дидактических принципов в обучении подвижным играм.
10. Подвижные игры как средство и метод физического воспитания.
11. Формы организации занятий по подвижным играм (урочная, внеклассная, внешкольная).
12. Подвижные игры в системе оздоровительной и физкультурно-массовой работы с населением.
13. Подвижные игры в занятиях спортом.
14. Подвижные игры в работе с взрослыми, в семейном воспитании.
15. Особенности подготовки преподавателя к проведению подвижных игр.
16. Руководство подвижными играми
17. Особенности организации и методики проведения подвижных игр в детском оздоровительном лагере.

### **ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ**

1. Социальная сущность игры и её роль в современном обществе.
2. Педагогическая характеристика подвижных игр.
3. Воспитательные задачи и значение подвижных игр.
4. Педагогическая классификация подвижных игр.
5. Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр.
6. Подвижные игры на уроке физической культуры в школе.
7. Подвижные игры во внеурочных формах работы школы.
8. Соревнования по подвижным играм.
9. Подвижные игры в местах массового отдыха.

### **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

#### **А) Основная литература:**

1. Калинцева, И.Г. Основы методики применения подвижных игр на занятиях по физической культуре [Электронный ресурс]: учебно-методическая разработка / И. Г.

Калинцева; Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых (ВлГУ), Кафедра физического воспитания – Электронные текстовые данные (1 файл: 699 Кб). – Владимир: Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых (ВлГУ), 2014. – 52 с.: ил. – Заглавие с титула экрана. – Электронная версия печатной публикации. – Библиогр.: с. 50. – Свободный доступ в электронных читальных залах библиотеки. – AdobeAcrobatReader – <http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/3472/1/01304.pdf>

2. 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.: ил., табл. — (Высшее образование) (Соответствует ФГОС). — Библиогр. с. 237-251. — ISBN 978-5-222-19021-0. (50экз)

3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов по специальности "Физическая культура" / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. — 7-е изд., стер. — Москва: Академия, 2012. — 518 с.: ил., табл. — (Высшее профессиональное образование, Педагогическое образование). — Библиогр. в конце гл. — ISBN 978-5-7695-8775-7. (8 экз.)

#### **Б) Дополнительная литература:**

1. Кабачков, В. А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Электронный ресурс]: науч.- метод. пособие / В. А. Кабачков, С. А. Полиевский, А. Э. Буров. - М.: Советский спорт, 2010. Режим доступа:<http://www.studentlibrary.ru/book/>

2. Калинцева, И. Г. Особенности обучения волейболу студентов специальной медицинской группы: методические указания и рекомендации / И. Г. Калинцева; Владимирский государственный университет (ВлГУ), Кафедра физического воспитания. – Владимир: Владимирский государственный университет (ВлГУ), 2009. – 20 с. – Режим доступа:<http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/1329/3/00970.pdf>

### **7. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Проведение практических занятий по дисциплине «Физическая культура» осуществляется в игровом зале спортивного корпуса №3, с использованием различного спортивного инвентаря и оборудования (мячи набивные весом 1,2,3 кг; волейбольные, баскетбольные, футбольные мячи; обручи; скакалки; кегли; скамейки гимнастические; барьеры легкоатлетические), лекционные занятия проводятся в аудитории №109 3 спортивного корпуса с использованием мультимедийного оборудования, доски, мела.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО для направления подготовки **49.03.01 «Физическая культура» профиль «Спортивный менеджмент»**

Рабочую программу составила:

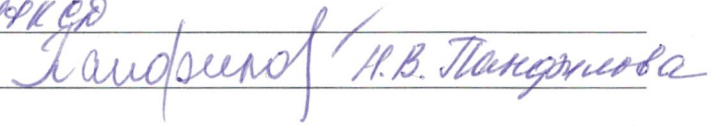
к.п.н., доцент  И.Г. Калинцева

**Рецензент:**

(представитель работодателя) \_\_\_\_\_

(место работы, должность, ФИО, подпись)

*к.п.н., доцент кафедры ТМФК*

 Н.В. Плankонова

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМФК и СД  
протокол № 6/1 от 29.01.2015 года.

**Заведующий кафедрой**



Н.С. Воробьев

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии по направлению подготовки 49.03.01

Протокол № 4/1 от 20.01.2015 года.

**Председатель  
учебно-методической комиссии**



Т.Е. Батоцыренова

2. Ж.: Физическая культура, воспитание, образование, тренировка.

3. Ж.: Физкультура и спорт.

**2) интернет ресурсы:**

1. «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru/>


2. <http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/>


3. ЭБС «IPRbooks». <http://www.iprbookshop.ru/>


---



**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 2015/16 учебный год  
 Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.15 года.  
 Заведующий кафедрой 

Рабочая программа одобрена на 2016/17 учебный год  
 Протокол заседания кафедры № 1 от 29.08.16 года.  
 Заведующий кафедрой 

Рабочая программа одобрена на 2017/18 учебный год  
 Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.2017 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 \_\_\_\_\_

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 \_\_\_\_\_