

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**КАФЕДРА МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН И
НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**НОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ:
АЭРОБИКА**

Направление подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование**
Профиль/Название программы:
«Физическая культура»

Квалификация (степень): **бакалавр**

(заочное обучение)

Красноярск, 2018

Рабочая программа дисциплины «Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика» составлена Н.В Люлиной, И.В.Ветровой, Ю.В.Шевчук, С.В.Тарапатиным.

Учебная программа обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин

протокол № 10 от «11» мая 2017 г.

Заведующий кафедрой теории и методики
спортивных дисциплин



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина
Протокол №4 от «17» мая 2017г.

Председатель Научно-методического
совета ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина



Бордуков М.И.

Рабочая программа дисциплины «Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика» актуализирована доцентами Н.В Люлиной, И.В. Ветровой

Учебная программа обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин
протокол №9 от «26» апреля 2018 г.

Заведующий кафедрой теории и методики
спортивных дисциплин



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина
Протокол №4 от «10» мая 2018г.

Председатель Научно-методического
совета ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина



Бордуков М.И.

Рабочая программа дисциплины «Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика» актуализирована доцентами Н.В Люлиной, И.В.Ветровой

Учебная программа обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин
протокол № 9 от «25» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой теории и методики
спортивных дисциплин



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина
Протокол №5 от «15» мая 2019г.

Председатель Научно-методического
совета ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина



Бордуков М.И.

Пояснительная записка

Дисциплина «Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика» относится к дисциплинам по выбору, профессионального цикла ООП (Б.1). Она определяет общее профессиональное образование специалиста в данной области, его знания, конкретную профессиональную направленность деятельности, взгляды, убеждения.

Настоящая программа по дисциплине составлена с учетом следующих законодательных, инструктивных и программных документов, определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий по физической культуре в высшей школе:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 12.04.2007 № 329-ФЗ;

- приказы Минобрнауки России «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования по направлениям подготовки (специальностям)»;

- приказ Министерства образования Российской Федерации от 01.12.1999 г. № 1025 «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования»;

- инструкция по организации и содержанию работы кафедр физического воспитания высших учебных заведений. Утверждена приказом Государственного комитета Российской Федерации по высшему образованию от 26.07.94 № 777.

Данная дисциплина наряду с другими базовыми предметами учебного плана, обеспечивает профессиональную подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта с достаточно широким диапазоном: общеобразовательные школы, средние специальные и высшие учебные заведения, детско-юношеские спортивные школы, училища олимпийского резерва, различные спортивные клубы.

Центральное место в учебном плане подготовки бакалавра занимают профилирующие дисциплины, от качества освоения которых, существенно зависит становление профессионализма на этом этапе. Здесь большое значение имеет система объединения этих дисциплин с ориентацией на целостную профессиональную деятельность, как отдельная дисциплина должна выступать в качестве средства достижения этой цели.

Цикл дисциплины направлен на то, что бы вооружить студентов знаниями и навыками базовых средств физического воспитания, в частности гимнастики, в сочетании с теоретическими дисциплинами и в контексте будущей целостной профессиональной деятельности.

Дисциплина изучается: 5 курс - 10 семестр (зачет).

2. Трудоемкость дисциплины включает в себя общий объем времени, отведенного на изучение дисциплины в З.Е. и в часах. Также указывается количество часов, отведенных на контактную работу (различные формы аудиторной работы) с преподавателем и на самостоятельную работу студента (только в часах).

Объем дисциплины	Всего часов
	Для очной формы обучения базовые виды
Общая трудоемкость дисциплины	72
Контактная* работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	4
Аудиторная работа (всего*):	4
в т. числе:	

Лекции	
Семинары	
Лабораторные работы	4
Внеаудиторная работа (всего*):	
В том числе - индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:	
Курсовое проектирование	
Групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем	
Контроль самостоятельной работы	
Самостоятельная работа	64
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет)	4

3. Цель освоения дисциплины, формирование у будущих педагогов готовности к реализации профессиональных задач в новых социально – экономических условиях в соответствии с требованиями личности, общества и научными достижениями в области теории и методики физической культуры и спорта

4. Планируемые результаты обучения. При заполнении пункта разработчик РПД указывает на формирование каких компетенций направлено изучение дисциплины и заполняет таблицу «Планируемые результаты обучения» (таблица). Таблица

«Планируемые результаты обучения»

В результате освоения ООП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
1.Формирование организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности. 2. Формирование умений обучающихся использовать знания в области основных этапов развития аэробики в профессиональной деятельности	Знать: возможности использования знаний в области основных этапов развития аэробики в профессиональной деятельности Уметь: использовать знания в области основных этапов развития аэробики как в профессиональной деятельности Владеть основными приемами использования знаний в области	владением основами профессиональной этики и речевой культуры (ОПК-5);

	основных этапов становления и развития аэробики как в профессиональной деятельности	
--	---	--

5. Важнейшим условием эффективности освоения дисциплины является наличие так называемых «контрольных точек», т.е. практических заданий, сдача которых обуславливает допуск к получению промежуточной аттестации в виде зачета.

Методы текущего контроля успеваемости:

- устный опрос
- Посещение практических занятий
- Практические тесты
- Промежуточный рейтинг-контроль
- выполнение практических работ

ВИД КОНТРОЛЯ	ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
зачет	Устный опрос. Реферат. Выполнение практического задания.

Критерии оценки знаний студентов на зачете

Зачеты оцениваются по системе «зачтено/не зачтено», процедура зачета состоит из положительных ответов. Для получения оценки «зачтено» студент должен дать полные ответы на вопросы.

Отметка «зачтено» ставится, если студент продемонстрировал:

- раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой;
- правильно выполнил комплексы упражнений;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами;

При выставлении оценки «зачтено» преподавателем учитываются посещение лекций, работа на практических занятиях, выступления с докладами. «Не зачтено» выставляется студентам либо не ответившим на вопросы, либо не ориентирующимся в основных положениях, содержании дисциплины.

Отметка «не зачтено» ставится, если студент:

- допустил принципиальные ошибки фактического и теоретического характера;
- допущены ошибки в определении понятий, при использовании специальной терминологии.

Выполнение всех практических заданий студентами имеющими, отклонение в состоянии здоровья происходит на основе медицинского заключения врача с учетом индивидуальных физических, психических и других возможностей конкретного обучающегося. В случае невозможности выполнения практических заданий, для оценивания сформированности компетенции, обучающемуся предлагаются альтернативные задания, адаптированные под его индивидуальные возможности.

6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины выбирается из перечня или предлагаются иные.

Интерактивные и активные формы проведения занятий:

Практические занятия:

- выполнение тестовых заданий на выявление индивидуального уровня физической подготовленности (ОФП, СФП) и демонстрация прироста показателей в развитии основных физических качеств;
- выполнение учебных комплексов упражнений;
- применение приемов помощи на уроке;
- проведение комплексов аэробики;
- проведение подготовительной части занятия и занятия в целом.

**Лист согласования рабочей программы с другими
дисциплинами образовательной программы
на 2016 / 2017 учебный год**

Наименование дисциплин, изучение которых опирается на данную дисциплину	Кафедра	Предложения об изменениях в дидактических единицах, временной последовательности изучения и т.д.	Принятое решение (протокол №, дата) кафедрой, разработавшей программу
Элективные курсы по физической культуре: гимнастика Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика	Теории и Методики Гимнастики		Протокол № 1 05.09.2016г

Заведующий кафедрой

Шевчук В.А.

Председатель НМС

" ____ " _____ 20__ г.

3.1.1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ОБУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЕ
Новые физкультурно-спортивные виды: Аэробика
Для обучающихся образовательной программы
«Педагогическое образование», бакалавр, 44.03.01, профиль «Физическая культура»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по заочной форме обучения

Наименование разделов и тем дисциплин	Всего часов	Аудиторных часов				Контроль	Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		всего	лекций	семинаров	лаборат./ практич. работ			
Аэробика	72	4			4	4 зачет	64	Проверка конспекта. Выполнение тестовых заданий. Выполнение учебных комплексов упражнений.
Тема 1. Теоретическое содержание предмета	20						20	Конспектирование темы Устный опрос
Тема 2. Выполнение комплексов упражнений	24				2		22	Выполнение учебных комплексов упражнений.
Тема 3. Выполнение комплекса СФП	24				2		22	Выполнение тестовых заданий.
Форма итогового контроля	4					4		Зачет
Всего:	72	4			4	4	64	

Содержание тем дисциплины

Раздел 1. Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика;

Тема 1. Теоретическое содержание предмета

Тема 2. Выполнение комплексов упражнений

Тема 3. Выполнение комплекса СФП

Тема1. Теоретическое содержание предмета

- История развития аэробики
 - Структура, содержание и регулирование тренировочной нагрузки
 - Особенности проведения занятий шейпингом для обучающихся различных возрастов.
- Тема 2.** Выполнение комплексов упражнений
- Содержание каждой части урока.
 - Способы проведения частей(каждой в отдельности) урока.

Методические разработки кафедры (учебные пособия, методические указания)

Самостоятельная работа проводится в соответствии с тематическим планом. Студенты получают задание самостоятельно изучить соответствующие темы учебной дисциплины и представить реферативный обзор литературы. Остальные студенты усваивают содержание данной темы без написания реферата. На аудиторных занятиях каждый из студентов выступает с кратким сообщением по заданной теме. Остальные студенты принимают активное участие в обсуждении темы. Контроль качества усвоения учебного материала по теме проводится в письменной форме с применением системы тестовых заданий.

Самостоятельная работа студентов осуществляется как во внеаудиторное время, так и в ходе занятий по дисциплине и включает в себя следующие формы:

- 1) Освоение лекционного и теоретического материала по изучаемым проблемам.
- 2) Работа с текстами: монографиями, учебниками, хрестоматиями, научными статьями.
- 3) Подготовка докладов и сообщений по теме.

Система текущего контроля включает:

- 1) Контроль посещения на занятиях и полнота лекционного материала.
- 2) Контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы.
- 3) Контроль знаний, усвоенных в данном курсе производится в форме контрольных работ, контрольных вопросов, выполнения техники легкоатлетических упражнений на практических занятиях.

Для контроля самостоятельной работы студентов могут быть использованы разнообразные формы, методы и технологии контроля.

Формы: тестирование, практические задания, мини-сочинения, дискуссионные вопросы, защита творческих работ, рефераты, круглый стол, контрольные работы.

Методы контроля: семинарские занятия по всему учебному материалу, коллоквиумы по темам «Педагогическая культура специалиста по ФКиС» и «Спорт как специфическая среда жизнедеятельности и формирования личности», деловая игра «Личность учителя ФК - пример для подражания», практические работы по всем изучаемым темам, собеседования, итоговый зачет;

Технологии контроля: ситуативная, рейтинговая оценка, самооценка.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов осуществляется в пределах времени, указанного в учебных планах на аудиторные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов и проходит в письменной, устной или смешанной форме, с представлением конкретного продукта творческой деятельности студента. Результаты контроля самостоятельной работы студентов учитываются при осуществлении итогового контроля по дисциплине.

Общепедагогическими критериями оценки результатов организованной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала в аспекте компетенций;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление отчетного материала в соответствии с требованиями;
- творческий подход к выполнению самостоятельной работы;

Контрольная работа представляет реферативный обзор современной учебной и учебно-методической литературы по выбранной теме. В работе должен быть осуществлен сравнительный теоретический анализ знаний по рассматриваемой теме, имеющийся в учебниках, учебных и учебно-методических пособиях с последующим обобщающим заключением по каждому разделу работы. Объем работы – не менее 15 страниц.

Выбор темы осуществляется студентом самостоятельно. Студенту разрешается контрольную работу по дисциплине связать с курсовой работой.

Структура контрольной работы:

- 1) план;
- 2) теоретический обзор учебно-методической литературы;
- 3) заключение;
- 4) список литературы.

План отражает структурные основные элементы (разделы работы), которые в своей совокупности раскрывают содержание темы контрольной работы.

В теоретическом обзоре подробно раскрываются основные положения по каждому разделу работы, представленные в анализируемых литературных источниках, выделяются общие моменты, имеющиеся противоречия и то особенное, что имеется в том или ином литературном источнике. В работе должен быть осуществлен реферативный обзор не менее 10 литературных источников, при этом в тексте должны обязательно содержаться ссылки на эти источники. Текст, заимствованный из литературных источников, должен быть представлен в форме цитирования, заключен в кавычки с указанием номера (ов) страниц, на которых он содержится в соответствующем литературном источнике.

В заключении отражаются основные результаты теоретического анализа последовательно по каждому разделу.

Список литературы составляется в соответствии с требованиями ГОСТа.

Требования к оформлению: Работа должна быть набрана в текстовом редакторе Microsoft Word, шрифт 14, поля сверху и снизу – 2,5 см, справа – 1,5 см, слева – 3 см, интервал – полуторный.

Методические указания по написанию рефератов

Цель реферата - проверка знаний студентов по основным разделам курса.

Новые технологии обучения, основанные на применении компьютеров, мультимедиа, аудиовизуальных материалов и т.д., позволяют значительно активизировать процесс овладения информацией, вовлекать студентов в работу по ее обработке, способствуют более глубокому освоению изученного материала. И все же основным, наиболее эффективным методом обучения была и остается работа с книгой. К сожалению, опыт показывает, что студенты, как правило, не умеют ориентироваться в сложной и многообразной литературе по гуманитарным наукам, самостоятельно извлекать нужную информацию и правильно оформлять ее. Это ведет к противоречию с постоянно возрастающими требованиями к учебному процессу.

1. Работа с книгой

В самостоятельной работе студентам приходится использовать литературу различных видов. Преподаватель помогает студентам в выработке навыков самостоятельного подбора необходимой литературы. При изучении гуманитарных дисциплин у студентов должно выработаться рационально-критический подход к изучаемым книгам и статьям. Он включает понимание того, что со временем ряд информационных и теоретических материалов устаревает, требует критического отношения. С другой стороны, каждый текущий вопрос имеет свою историю, которую тоже полезно знать. Слова, сказанные десять или сто лет еще могут иметь важное значение.

Чтобы глубоко понять содержание книги, нужно уметь рационально ее читать. Предварительный просмотр книги позволит решить вопрос, стоит ли ее читать, (предварительный просмотр включает ознакомление с титульным листом книги, аннотацией, предисловием, оглавлением).

Совет здесь прост: оглавление продумывается как задание по воссозданию теста, при этом свои мысли необходимо фиксировать на бумаге. Развивается концептуальное мышление, умение мыслить образно и свободно.

При ознакомлении с оглавлением необходимо выделить главы, разделы, параграфы, представляющие для вас интерес, бегло их просмотреть, найти места, относящиеся к теме (абзацы, страницы, параграфы), и познакомиться с ними в общих чертах.

Следующий этап работы с книгой - прочтение выделенных мест в быстром темпе. Цель быстрого чтения - определить, что ценного в каждой части, к какому вопросу доклада или реферата имеет отношение информация и что с ней делать, как применить, чем дополнить.

К отличительным элементам книги относятся сведения об авторе и заглавие книги, ее типе или жанре, сведения об ответственности (редакторах, организациях, участвовавших в подготовке издания т.д.), выходные данные, аннотации. Эти сведения, расположенные обычно на титульном листе и его обороте, помогают составить предварительное мнение о книге. Глубже понять содержание книги позволяют вступительная статья, послесловие, комментарии, списки литературы.

Предисловие знакомит с событиями эпохи, другими трудами автора, а также содержит справочно-информационный материал. При чтении книги, снабженной комментариями и примечаниями, не следует пренебрегать и этими элементами аппарата.

Многие научные книги и статьи имеют в своем аппарате списки литературы, которые повышают информационную ценность издания и дают читателям возможность подобрать дополнительную литературу по данной тематике.

Если издание включает большое число материалов, ориентироваться в них помогают специальные указатели.

Научно-справочный аппарат, при умелом его использовании, способствует более глубокому усвоению содержанию книги.

Отдельный этап изучения книги - ведение записи прочитанного. Существует несколько форм ведения записей - план (простой и развернутый), выписки, тезисы, аннотации, резюме, конспект.

План, являясь наиболее краткой формой записи прочитанного, представляет собой перечень вопросов, рассматриваемых в книге или статье. Планом, особенно развернутым, удобно пользоваться при подготовке текста собственного выступления или статьи на какую-либо тему. Каждый пункт плана раскрывает одну из сторон избранной темы, а все пункты в совокупности охватывает ее целиком.

Более сложной и совершенной формой записей являются тезисы - сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Тезисы составляются после предварительного знакомства с текстом, при повторном прочтении. Они служат для сохранения информации в памяти и являются основой для дискуссии.

Аннотация - краткое изложение содержания - дает общее представление о книге, брошюре, статье. Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

Реферирование литературы

Для всестороннего знакомства с литературой по избранной теме существенное значение имеет подготовка реферата. Реферат, понимаемый как изложение в письменной форме содержание книги, статьи, научной работы, создает возможность комплексно использовать приобретенные навыки работы с книгой, развивает самостоятельность мышления, умение анализировать явления действительности. Рефератом называют также доклады или письменные исследования на определенную тему, включающие критический обзор источников. В отличие от конспекта реферат требует несравненно большей творческой активности, самостоятельности в обобщении изученной литературы.

Рекомендуемый объем реферата - 20-25 страниц машинописного текста.

Академическая структура исследования такова:

1. Введение.
2. Глава 1. § 1, § 2.
3. Глава 2. § 1, §2.

4. Заключение.
5. Список использованной литературы.
6. Оглавление.

Названия работ, глав и параграфов не должны совпадать, название работы не должно быть громоздким (по возможности - от 3 до 5 слов).

Тему реферата предпочтительнее выбирать знакомую по ранее прочитанной литературе и представляющую интерес.

Важный этап работы над рефератом - отбор литературы. Затем составляется конкретный план, который согласуется с преподавателем. Завершающий этап - написание реферата на основе изучения и предварительной систематизации всех источников, повторного изучения собранного материала.

Схема подготовки реферата такова: чтение исходного текста - его анализ – выбор информативных фрагментов, их обобщение - создание нового текста (реферата), на последнем этапе производится синтезирование выделенной информации и завершается оформление текста реферата. Изложение должно быть цельным и логичным. Рассмотрение каждого пункта плана целесообразно завершать обобщением.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Новые физкультурно-спортивные виды: Аэробика (5курс 10семестр)

Наименование дисциплины (курса)	Уровень образования (бакалавриат)	Статус дисциплины в рабочем учебном плане	Количество зачётных единиц
Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика	Бакалавр	Б1.В.ДВ.09.02	2

Смежные дисциплины по учебному плану: Новые физкультурно-спортивные виды: атлетическая гимнастика; шейпинг

Предшествующие: Элективные курсы по физической культуре: гимнастика, теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика.

Последующие: ПФСС гимнастика

БАЗОВЫЙ раздел №1 (теоретический курс)

		Количество баллов 40%	
		min	max
Текущая работа	Реферат	5	10
	Запись комплексов упражнений	5	10
ИТОГО:		10	20

БАЗОВЫЙ раздел № 2 (практический курс)

		Количество баллов 40%	
		min	max
Текущая работа	Методика проведения подготовительной части занятия	12	20
	Выполнение комплекса СФП	6	10
	Выполнение комплексов упражнений	12	20
ИТОГО:		30	50

ИТОГОВЫЙ МОДУЛЬ

Вид учебной деятельности	Форма работы	Количество баллов 20%	
		min	max

	Зачет	20	30
ИТОГО:		20	30
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
		Количество баллов +10%	
		min	max
Базовый модуль №1	Презентация комплексов	0	2
	Обзор методической литературы по теме	0	2
	Ответы на вопросы	0	3
Базовый модуль №2	Оригинальный подбор упражнений	0	3
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учёта дополнительного модуля)		60	100

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом № 297 (п) «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации».

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта протокол №9 от «26» апреля 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №4 от «10» мая 2018г.

Председатель НМСС (Н) Бордуков М.И.



Лист внесения изменений

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

2. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания

«25» апреля 2019 г. протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья
им. И.С. Ярыгина

Протокол №5 от «15» мая 2019г.

Председатель НМСС (Н) Бордуков М.И.



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования**

**«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»**

Кафедра-разработчик: кафедра теории и методики спортивных дисциплин

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 9
от « 26» апреля 2018 г.
заведующая кафедрой
Янова М.Г. _____



ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического совета
специальности (направления подготовки)
Протокол №4 от «10» мая 2018г.
Председатель НМС
Бордуков М.И. _____



**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**НОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ:
АЭРОБИКА**

Направление подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование**

Профиль/Название программы:

«Физическая культура»

Квалификация (степень): **бакалавр**
(заочное обучение)

Составители: Н.В. Люлина, И.В.Ветрова, Ю.В.Шевчук, С.В.Тарапатин

1. Назначение фонда оценочных средств

Целью создания ФОС по дисциплине «**НОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ: АЭРОБИКА**» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ФОС по дисциплине решает задачи:

- изучение влияния видов гимнастики на формирование личности занимающихся;
- изучение практики применения атлетической гимнастики как части общей системы физического воспитания;
- обобщение системы знаний, умений и навыков, связанных с методикой преподавания атлетической гимнастики и умение самостоятельно оперировать полученными знаниями, умениями и навыками в профессиональной деятельности.
- отбор и обоснование использования средств и методов из других видов спорта в практике атлетической гимнастики.

ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 – «Педагогическое образование»
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 – «Педагогическое образование»
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины:

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

- Владение основами профессиональной этики и речевой культуры (ОПК-5);

2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы
ОПК-5	Ориентировочный	«Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика»	Текущий контроль успеваемости	реферат
	Когнитивный	Педагогика высшей школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	Конспекты по методике проведения комплексов упражнений
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тест
	Рефлексивно-оценочный	«Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика»	Промежуточная аттестация	Сдача практических тестов

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

Фонд оценочных средств включает: тест, вопросы к зачету

Критерии оценивания по оценочному средству тест

Компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов) удовлетворительно/зачтено
ОПК-5 Владение основами профессиональной этики и речевой культуры	Знает современные методики и технологии, в том числе и информационные; способен дать критическую оценку дидактических возможностей их использования на разных ступенях обучения	Умеет отбирать оптимальные методики и технологии обучения, в том числе и информационные, с учетом дидактических возможностей их использования на разных ступенях обучения;	Способен использовать в учебно-воспитательном процессе современные методики и технологии, в том числе и информационные, с учетом их дидактических возможностей на разных ступенях обучения;

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1 Фонды оценочных средств включают: сообщение на занятии (реферат), оформление конспекта по методике проведения гимнастических упражнений, выполнение гимнастических упражнений.

4.2.1 Реферат, научный обзор, аналитический конспект - критерии оценки (10 баллов)

Поиск и анализ информации:

- Отбор актуальных и валидных источников по теме в печатных и Интернет изданиях 1 балл
- 1. Изложение основной темы, идеи, концепции в выбранных источниках по теме 1 балл
- 2. Сравнение различных профессиональных точек зрения, представленные в различных источниках по теме 1 балл

Адекватность структуры и содержания текста реферата:

- План и структура в соответствии с задачей реферирования 1 балл
- Отношение и профессиональное мнение к теме, идеям, концепциям в рассматриваемых в реферате источниках 1 балл
- Промежуточные и итоговые выводы и заключения по теме 1 балл

Профессиональное изложения текста:

- Владение современной профессиональной письменной лексикой 1 балл
- Грамотное письменное формулирование своих и чужие идеи по теме 1 балл
- Корректное цитирование источников в тексте и в сносках 1 балл
- Составление библиографических списков источников по теме в соответствии с ГОСТ 1 балл.

Критерии оценки	Количество баллов
Степень раскрытия сущности проблемы	6 баллов
Соблюдение требований к оформлению	3 балла
Грамотность	1 балл
Максимальный балл	10 баллов

4.2.2 Оформление конспекта по методике проведения комплексов упражнений (10 баллов)

Поиск и анализ информации:

- Потбор актуальных источников по теме в печатных и Интернет изданиях- 1 балл
- Изложение основных задач, методов и способов проведения упражнений - 2 балл

Адекватность структуры и содержания текста конспекта:

- План и структура в соответствии с формой конспекта- 2 балла

Профессиональное изложения текста:

- Владение современной профессиональной письменной лексикой -1 балл
- Грамотное письменное формулирование своих и чужих идей по теме -1 балл
- Корректное цитирование источников в тексте и в сносках- 1 балл
- Владение гимнастической терминологией -2балла

4.2.3.Методика проведения и выполнение комплексов упражнений.

- Владение современной терминологией
- Владение методикой проведения
- Правильность выполнения комплексов в целом
- Точность исполнения техники каждого упражнения

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств

Основная литература

1. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. Для высш. Учеб. Заведений. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003г. – 448с.
2. Гимнастика: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений; Под ред. М.Л. Журавина, М.К.Меньшикова. – М.: Изд.центр «академия», 2001
3. Попов Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. М.: Терра-Спорт, 2003. 72 с.
4. Бортновская Т. Ф. Атлетическая гимнастика для студентов: Метод. пособие по курсу «Физическое воспитание» для студентов всех спец. М. : Изд-во МЭИ, 2003 (ЦНИИ Электроника) В. 3
5. Виноградов Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению - Физическая культура / Г. П. Виноградов Москва: Советский спорт, 2009
6. Шенцев С. И. Физическая культура: атлетизм как средство физического воспитания в ВУЗе: учебное пособие для студентов нефизкультурных вузов / С. И. Шенцев В. И. Гузенкин, С. П. Авдеев; Федеральное агентство по образованию, Красноярский гос. технический ун-т Красноярск: ИПЦ КГТУ, 2005
7. Ягодин В. В. Атлетическая гимнастика: Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности - Физ. культура / В. В. Ягодин ; М-во образования Рос. Федерации. Ур. гос. пед. ун-т Екатеринбург, 2002 (ОАО Полиграфист)

Дополнительная литература

1. И.В. Ветрова. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре. Учебное пособие. Красноярск, 2014
2. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки. – М.: Академия, 2003.
3. Н.В. Борисова. Роль гимнастических упражнений в формировании правильной осанки на уроках ФК. – Красноярск, 2001.
4. Бергер Г.И. Конспекты уроков для учителя физкультуры 5-9 кл. (Спорт.игры, лыжная подготовка, подвижные игры). – М.: Владос, 2002.
5. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки. – М.: Академия, 2003.
6. Н.В. Борисова. Роль гимнастических упражнений в формировании правильной осанки на уроках ФК. – Красноярск, 2001.
7. Программа: Содержание и методы работы со спортивно-оздоровительными группами и группами начальной гимнастической подготовки. – Красноярск: РИО КГПУ, 2000.
8. Профессиональная образовательная программа подготовки студентов дневного отделения ФФК. Выпуск 12. – Красноярск: РИО КГПУ, 2001.
9. Дворкин Л. С. Силовые единоборства: Атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг, гиревой спорт / Л.С. Дворкин Ростов н/Д.: Феникс, 2003
10. Мамонов В. Атлетическая гимнастика: Техника независимого тренинга / В. Мамонов Ростов н/Д: Феникс, 2002
11. Хейденштама О. Бодибилдинг для начинающих / О. Хейденштама; [пер. с англ. К. Савельева]. - М.: Гранд-Фаир, 2007. - 185 с.: ил.

Интернет-ресурсы:

1. Интернет: Internet Explorer; Opera
2. ЭБС «Университетская библиотека online»

3. электронная библиотека eLIBRARY

Информационные справочные системы

1. <http://library.ru>
2. <http://lib.sportedu.ru>
3. <http://www.nlr.ru> – Российская государственная библиотека
4. [http:// www.rubicon.com/](http://www.rubicon.com/) - Рубикон – крупнейший энциклопедический ресурс Интернета
5. [http:// orel.rsl.ru](http://orel.rsl.ru) - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
6. catalog.iot.ru – каталог образовательных ресурсов сети Интернет
7. www.yandex.ru; www.rambler.ru; www.google.ru
8. <http://www.lib.sportedu.ru/Press/ТПФК/>
9. <http://www.iglib.ru>
10. <http://lesgaft.spb.ru>

6. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Темы рефератов

«Новые физкультурно - спортивные виды: Аэробика»

1. Шейпинг технологии.
2. Аэробика для детей младшего школьного возраста.
3. Аэробика для детей старшего школьного возраста.
4. Отличие аэробики от шейпинга .
5. Аэробика как часть тренировочного процесса.
6. Средства при проведении урока по аэробике.
7. Методы при проведении урока по аэробике.
8. Основные принципы при проведении урока по аэробике.
9. Понятие о физических качествах.
10. Последовательность обучения при проведении урока аэробике.
11. Сила и основные методики ее воспитания.
12. Выносливость и основные методики ее воспитания.
13. Исследование эффективности педагогического контроля, за состоянием занимающихся в процессе занятий.
14. Анализ правил соревнований, классификационных программ по аэробике.
15. Силовая тренировка (понятие силы мышц, разновидности силы).
16. Теория и методика развития гибкости на занятиях аэробикой.
17. Теория и методика развития выносливости на занятиях аэробикой.
18. Методика развития силовых качеств на занятиях аэробикой.
19. Разработка методов индивидуального и личностного подхода при развитии двигательных способностей в процессе занятий.
20. Организация и проведение соревнований по шейпингу в общеобразовательной школе, вузе, коллективе физкультуры и т.д.
21. Исследование взаимосвязи координации движений с отдельными показателями умственных способностей.

Критерии оценивания по оценочному средству вопросы к зачету по дисциплине «Аэробика»

-
1. Развитие специальных физических качеств на уроках аэробикой.
 2. Выступления и праздники как форма специальной активности школьников.
 3. Методика проведения занятий по аэробике.
 4. Организация занятий по аэробике в дошкольных учреждениях.
 5. Информационное обеспечение соревнований по аэробике.
 6. Музыкальное обеспечение занятий.
 7. План-конспект подготовительной части урока.
 8. План-конспект основной части урока.
 9. . План-конспект заключительной части урока.
 10. Судейство соревнований по аэробике.
 11. Проведение занятий по аэробике с предметами (на примере одного)

12. История развития аэробике.
13. Отличие аэробики от шейпинга и фитнеса.
14. Влияние физических упражнений на организм человека.
15. Урок аэробики, структура урока.
16. Подготовительная часть урока аэробики.
17. Основная часть урока.
18. Заключительная часть урока.
19. Средства развития силы, факторы физической работоспособности.
20. Методы развития силовых способностей.
21. Базовые шаги и движения.
22. Упражнения для мышц шеи, плеч и предплечий (краткая физиологическая характеристика, комплекс упражнений, стретчинг мышц).
23. Упражнения для мышц груди, рук и спины.
24. Упражнения для мышц брюшного пресса.
25. Упражнения для мышц бедра и голени.
26. Упражнения для формирования правильной осанки.
27. Упражнения для всех групп мышц (комплекс упражнений).
28. Планирование занятия.
29. Составление программ, подбор упражнений.
30. Растяжка и релаксация.
31. Медицинские аспекты занятий шейпингом.
32. Общие правила предупреждения травматизма при выполнении силовых упражнений.
33. Содержание и разновидности силовых уроков.
34. Занятия и комплексы упражнений с гантелями.

Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

После окончания изучения обучающимися учебной дисциплины ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ результатов обучения обучающихся дисциплине на основе данных промежуточного и итогового контроля;
- рассмотрение, при необходимости, возможностей внесения изменений в соответствующие документы РПД, в том числе с учётом пожеланий заказчиков;
- формирование перечня рекомендаций и корректирующих мероприятий по оптимизации трёхстороннего взаимодействия между обучающимися, преподавателями и потребителями выпускников профиля;
- рекомендации и мероприятия по корректированию образовательного процесса заполняются в специальной форме «Лист внесения изменений».

КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Новые Физкультурно-спортивные виды: Аэробика

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура

По заочной форме обучения

п/п	Наименование	Место хранения / электронный адрес	Количество экземпляров / точка доступа
Основная литература			
1.	Гимнастика [Текст] :учебник для студентов высших учебных заведений / М. Л. Журавин [и др.] ; ред.: М. Л. Журавин, Н. К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. . - М. :Академия, 2006. - 445 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование).	ЧЗ(3), АНЛ(1),АУЛ(20),ИМЦ ФФКиС(2)	26
2.	Сухолозова, М.А. Основы теории и методики преподавания гимнастики : учебное пособие / М.А. Сухолозова, Е. Бутакова ; Министерство образования и науки Российской Федерации,. - Волгоград :Издательство ВГСПУ "Перемена", 2012. - 147 с. :ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9935-0269-4; Тоже [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429357	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Дополнительная литература			
3.	Ветрова Ирина Владимировна. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. В. Ветрова. - Электрон.дан. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2014. - 494 с. - . - Режим доступа: http://elib.kspu.ru/document/30163 .	ЭБС КГПУ	Индивидуальный неограниченный доступ
4.	Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки [Текст] : учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И. М. Туревский, Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов и др. ;Подред. И. М. Туревского. - М. : Академия, 2003. - 319 с.	ЧЗ(1), АНЛ(1), ИМЦ ФФКиС(1), АУЛ(10)	13
5.	Поваляева, Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика: для подготовки к практическим занятиям: учебно-методическое пособие / Г.В. Поваляева, О.Г. Сыромятникова ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск :Издательство СибГУФК, 2012. - 144 с. : ил., табл. ; Тоже [Электронный	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ

	ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274888		
	Интернет-ресурсы:		
6.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	http://library.kspu.ru/	свободный
7.	Портал учебных ресурсов КГПУ им. В.П. Астафьева	http://edu.kspu.ru/	свободный
8.	Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ (РОССОБРАЗОВАНИЕ).	http://минобрнауки.рф/	свободный
9.	Федеральный портал РОССИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ	http://www.edu.ru	свободный
10.	Сайт создан на основе материалов журнала «Спорт в школе»	http://spo.1september.ru/urok	свободный
	Информационные справочные системы		
11.	Elibrary.ru. [Электронный ресурс]. - Электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. порталю – Москва, 2000. – Режим доступа: http://elibrary.ru	http://elibrary.ru	свободный
12.	Российская государственная библиотека	http://www.rsl.ru	свободный
13.	Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.	Научная библиотека (1-02)	Локальная сеть вуза
14.	EastView : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	https://dlib.eastview.com	Индивидуальный неограниченный доступ

Согласовано:

_____ / _____ / _____
(должность структурного подразделения) (подпись) (Фамилия И.О.)
(дата)

КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДИСЦИПЛИНЫ
Новые физкультурно-спортивные виды: аэробика
Для обучающихся образовательной программы
«Педагогическое образование», бакалавр, 44.03.01, профиль «Физическая культура»
(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)
по заочной форме обучения

Аудитории	Оборудование (наглядные пособия, макеты, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и пр.)	Программное обеспечение
Лекционные аудитории		
№ 1-49, гл.корп. № 1-50, гл.корп.	<ul style="list-style-type: none"> • Проектор-1шт, маркерная доска-1шт, компьютер-7 шт, интерактивная доска-1шт, стол для инвалида-колясочника 1000*600 рег.-1 шт • Проектор-1шт, компьютер-1шт, принтер-1шт 	
Аудитории для практических (семинарских)/лабораторных занятий		
Спортивный зал	Брусья-2шт, гимнастический ковер-1шт, конь гимнастический-1шт, козел гимнастический-1шт, перекладины, кольца, маты, шведские стенки	