

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ**

специальность - 49.02.01 Физическая культура  
уровень подготовки - углубленный

г. Калининград  
2018

Рабочая программа профессионального модуля Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Калининградской области «Училище (техникум) олимпийского резерва».

Разработчик: Мамизерева Инна Викторовна, преподаватель \_\_\_\_\_

Капшуков Петр Борисович, преподаватель \_\_\_\_\_

Ищенко Ирина Владиленовна, преподаватель \_\_\_\_\_

Осиновая Оксана Николаевна, преподаватель \_\_\_\_\_

Кулакова Галина Александровна, преподаватель \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБУ КО СПОР  
по спортивным единоборствам  
имени Олимпийских чемпионов  
Анатолия и Сергея Белоглазовых  
Д.А. Туманов  
\_\_\_\_\_ 2018 года  
М.П. Калининград \* МЗСВУОР

Рассмотрено на заседании П(Ц)К

Утверждаю

профессиональных

Директор ГБПОУ КО УОР

дисциплин

Протокол № 1 от 31.08.2018



Н.А. Киреева

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	<b>стр.</b>
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>4</b>
<b>2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>7</b>
<b>3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>9</b>
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>58</b>
<b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>62</b>

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

## **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**

### **1.1. Область применения примерной программы**

Рабочая программа профессионального модуля является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура, в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД) и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

### **1.2. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля**

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

#### **иметь практический опыт:**

- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;

- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;

- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

**уметь:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;

- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;

- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);

- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;

- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;

- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

**знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;

- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;

- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;

- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

### **1.3. Количество часов на освоение рабочей программы профессионального модуля:**

Всего – **1184** часов, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **1004** часа, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **841** час;

практическая/лабораторная работа -**225** часов;

самостоятельной работы обучающегося – **343** часа;

учебной практики- **72** часа;

производственной практики – **108** часов.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности: организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения, в том числе профессиональными компетенциями (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.





### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

#### 3.1. Тематический план профессионального модуля

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля*	Всего часов (макс. учебная нагрузка и практики)	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)					Практика		
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося		Учебная, часов	Производственная (по профилю специальности), часов (если предусмотрена рассредоточенная практика)	
			Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов	Всего, часов	Консультации			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ПК 2.1-2.6	Раздел 1. Базовые и новые виды физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	734	478	114	20	256				
ПК 2.1-2.6	Раздел 2. Организация физкультурно-спортивной работы	92	64	32		28				
ПК 2.1-2.6	Раздел 3. Лечебная физическая культура и массаж	178	119	79		59				
	Учебная практика	72						72		
	Производственная практика (по профилю специальности)	108								108
	<b>Всего:</b>	<b>1184</b>	<b>661</b>	<b>225</b>	<b>20</b>	<b>343</b>		<b>72</b>		<b>108</b>

### 3.2 Содержание обучения по профессиональному модулю ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения		1184	
МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки		734	
<b>Раздел 1.</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта - легкой атлетики.</b>		
<b>Тема 1.1.</b> <b>Лёгкая атлетика в системе физического воспитания.</b>	<b>Содержание:</b>	5	
	Определение понятия «легкая атлетика». Место и значение легкой атлетики в системе ФВ.		2
	История развития легкой атлетики.		2
	Классификация легкоатлетических упражнений. .		2
	Основные этапы в развитии легкой атлетики в России.		2
	Развитие легкой атлетики на современном этапе.		2
<b>Тема 1.2.</b> <b>Основы техники и методика обучения легкоатлетических упражнений.</b>	<b>Содержание:</b>	67	
	Последовательность изучения легкоатлетических видов.		2
	Специфика, реализация дидактических принципов в легкой атлетике.		2
	Схема обучения технике легкоатлетических упражнений: этапы, задачи, средства и методы их решения.		2

Основные понятия (спортивная техника, фазы, моменты, основное звено).	2
Спортивная ходьба как вид легкой атлетики.	2
Основы техники ходьбы, бега.	2
Сходства и различия движений в ходьбе и беге.	2
Структура движений в ходьбе и беге (цикличность, периоды, фазы, моменты).	2
Методика обучения движениям ног и таза при спортивной ходьбе.	2
Методика обучения движениям рук и плечевого пояса при спортивной ходьбе.	2
Правила соревнований в спортивной ходьбе.	2
Легкоатлетический бег и его классификация.	2
Методика обучения техники бега на короткие дистанции.	2
Методика обучения техники низкого старта.	2
Методика обучения техники бега на средние и длинные дистанции .	2
Правила соревнований и места их проведения.	2
Сверхдлинные дистанции. Основные понятия. Особенности техники и методики обучения.	2
Особенности техники в различных видах эстафетного бега. Методика обучения.	2
Шоссейные виды бега.	2
Бег по пресеченной местности (кросс).	2
Правила соревнований, места их проведения.	2
Прыжки легкоатлетические, основные понятия, классификация.	2
Основы техники прыжков.	2
Методика обучения техники прыжка в высоту способом «перешагивания».	2
Правила соревнований по прыжкам в высоту, места проведения.	2
Методика обучения техники прыжка в длину.	2
Специфические особенности фазы полета.	2
Особенности техники отталкивания и приземления в прыжках в длину.	2
Изучение правил соревнований по прыжкам в высоту.	2
Метания легкоатлетические, основные понятия, виды.	2
Основы техники легкоатлетических метаний.	2
Методика обучения технике метания малого мяча.	2
Методика обучения технике метания гранаты.	2
Особенности проведения соревнований по видам метания.	2
Правила измерения результатов в метании.	2
Порядок определения победителя в метаниях.	2
Специфика обеспечения безопасности при проведении занятий по метаниям.	2

Особенности проведения занятий легкой атлетикой людей с ослабленным здоровьем.		2
Занятия легкой атлетикой с различными возрастными группами населения .		2
<b>Практическая работа</b>		
Ошибки, причины и способы их устранения		2
Выявление ошибок и способы их устранения		2
Ошибки, встречающиеся при освоении техники бега, причины и способы устранения		2
Типичные ошибки и способы их устранения		2
Типичные ошибки и способы их устранения		2
Типичные ошибки при метании и способы их устранения		2
<b>Самостоятельная работа:</b>	23	
Типовая схема обучения легкоатлетическим видам.		
ИААФ- международная любительская федерация легкой атлетике.		
Биография титулованных спортсменов в легкой атлетике.		
Составление турнирной таблицы результатов командного зачета по легкой атлетике на Олимпийских играх.		
Анализ выступления сборной команды России на последнем Чемпионате мира.		
Спортивная ходьба Олимпийский вид.		
История зарождения спортивной ходьбы.		
Прыгуны-рекордсмены, мировые чемпионы и Олимпийцы.		
Специфика обеспечения безопасности при проведении занятий по метаниям.		
Особенности проведения соревнований по видам метания.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники низкого старта.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники спринтерского бега.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники бега по повороту.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники бега на средние дистанции.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники бега на длинные дистанции.		
Особенности проведения занятий со начинающими спортсменами при обучении техники бега на сверхдлинные дистанции.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники прыжка в длину.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники прыжка в высоту.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники метания малого мяча.		
Составить комплекс СПУ при обучении техники метания гранаты.		
Составить план-конспект занятия легкой атлетикой группы детей 10-12 лет с ослабленным здоровьем.		

	Составить план-конспект занятия легкой атлетикой группы здоровья (женщины старше 50). Допинг скандал в легкой атлетике.		
<b>Раздел 2</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта – гимнастика.</b>		
<b>Тема 2.1. Гимнастика как научно-учебная дисциплина.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Цели и задачи обучения в гимнастике.		2
	Характеристика и основные виды гимнастики.		2
	Методические особенности гимнастики.		2
	Общие сведения о содержании учебной дисциплины, ее целях, задачах и связях с другими дисциплинами профессиональной образовательной программы по осваиваемой специальности.		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	5	
	Гимнастика как учебно-педагогическая дисциплина.		
	Закономерности развития гимнастики.		
	Мужская художественная гимнастика.		
	Акробатический рок-н-ролл.		
	Танцы на паркете.		
<b>Тема 2.2. Краткий исторический обзор развития гимнастики.</b>	<b>Содержание:</b>	8	
	Особенности гимнастики у разных древних народов и Средневековье.		2
	Гимнастика в эпоху Возрождения.		2
	Гимнастика в Новое время (XVIII-начало XIXвв.).		2
	Возникновение национальных систем гимнастики (Французская, Немецкая, Шведская).		2
	Гимнастика второй половины XIX- начала XX. Сокольская система		2
	Гимнастика в дореволюционной России.		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	2	
	Гимнастика в XXвека.		
	Гимнастика в современном мире.		
<b>Тема 2.3. Гимнастическая терминология.</b>	<b>Содержание:</b>	16	
	Значение гимнастической терминологии и требования , предъявляемые к ней.		2
	Система терминов, применяемых в гимнастике.		2
	Правила гимнастической терминологии.		2
	Способы образования основных терминов.		2
	Правила сокращений гимнастических терминов.		2
	Правила записи упражнений.		2
	Правила применения и формы записи гимнастической терминологии.		2
	Запись упражнений с помощью символов.		2

	Система кратких описаний гимнастической терминологии (КОСТ).		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Термины и запись общеразвивающих упражнений		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	6	
	Составить список терминов вольных упражнений .		
	Составить список терминов упражнений с предметами.		
	Необходимость использования гимнастической терминологии.		
	Дополнительные термины.		
	Изучение специальных обозначений-символов, применяемых для быстрой записи упражнения.		
	Характеристика общих и конкретных терминов.		
<b>Тема 2.4. Основные средства гимнастики.</b>	<b>Содержание:</b>	2	
	Характеристика средств гимнастических упражнений.		2
	Классификация гимнастических упражнений.		2
<b>Тема 2.4.1. Строевые упражнения.</b>	<b>Содержание:</b>	6	
	Строевые упражнения. Классификация строевых упражнений.		2
	Построения, перестроения, размыкания и смыкания.		2
	Повороты и передвижения.		2
	Разновидности движений в обход , фигурная маршировка.		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	2	
	Чем отличается военный строй от спортивных перестроений.		
	Прохождение строя на парадах.		
<b>Тема 2.4.2. Общеразвивающие упражнения.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Характеристика и основные задачи общеразвивающих упражнений.		2
	Способы проведения общеразвивающих упражнений. Регулирование нагрузки.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Обучение общеразвивающих упражнений		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	6	
	Упражнения на координацию и осанку.		
	Дыхательные упражнения.		
	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.		
	Общеразвивающие упражнения с мячом.		
	Общеразвивающие упражнения со скакалкой.		
	Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке, стенке.		
<b>Тема 2.4.3.</b>	<b>Содержание:</b>	3	

<b>Прикладные упражнения.</b>	Классификация прикладных упражнений.		2
	Упражнения в равновесии, лазание и перелазания.		2
	Упражнения в метании и ловли, поднимание и переноска грузов.		2
<b>Тема 2.4.4. Упражнения на снарядах.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Упражнения на снарядах, характеристика, основные задачи.		2
	Классификация упражнений на снарядах.		2
	Упражнения на перекладине с методикой обучения.		2
	Упражнения на брусьях с методикой обучения.		2
	Упражнения на бревне с методикой обучения.		2
	Упражнения на кольцах, с методикой обучения .		2
	Конь-махи – упражнения на гимнастическом коне с ручками.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Опорные прыжки с методикой обучения		2
Страховка, самостраховка в гимнастике		2	
<b>Тема 2.4.5. Акробатические упражнения.</b>	<b>Содержание:</b>	7	
	Акробатические упражнения, характеристика и основные задачи.		2
	Классификация акробатических упражнений.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Группировки, перекаты с методикой обучения		2
	Кувырки; разновидности, методика обучения		2
	Упражнения в равновесии с методикой обучения		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	2	
Составить комплекс вольных упражнений.			
Составить комплекс упражнений на гимнастическом бревне.			
<b>Тема 2.4.6. Упражнения художественной гимнастики.</b>	<b>Содержание:</b>	14	
	Художественная гимнастика, характеристика и основные задачи.		2
	Классификация упражнений художественной гимнастики.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Методика обучения упражнений со снарядом: скакалка. Обруч		2
	Методика обучения упражнений со снарядом: мяч, лента		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	10	
	Доклад «Характеристика средств гимнастики» (отдельно каждого).		
Доклад на тему «Достижения спортсменов – гимнастов».			
Отличительные черты художественной гимнастики.			



	Соревнования по спортивной гимнастики.		
	Выдающие спортсменки в художественной гимнастики.		
	Презентация о выдающемся спортсмене.		
	Причины травматизма.		
	Характеристика травм.		
	Требования к местам проведения занятий.		
	Самоконтроль и переутомление.		
	<b>Контрольная работа</b>		
<b>Раздел 3.</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта – подвижные игры</b>		
<b>Тема 3.1.</b>	<b>Содержание:</b>	19	
<b>Подвижные игры и их значение в образовательном процессе.</b>	Основные понятия и терминология.		2
	Игра как исторически сложившееся социальное явление.		2
	Классификация подвижных игр.		2
	Характеристика двигательной деятельности в подвижных играх .		2
	Подвижные игры для развития беговых способностей.		2
	Подвижные игры для развития прыгучести.		2
	Спортивные игры - высший этап развития подвижных игр.		2
	<b>Практическая работа:</b>		
	Подвижные игры – феномен современного общества (п/з, презентация).		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	11	
Подвижные игры в классических классификационных схемах.			
Игры в Древней Руси.			
Игры за рубежом.			
Подвижные игры – средства, форма и метод физического воспитания.			
Профилактика травматизма на занятиях подвижными играми.			
Проведения подвижных игр на учебно-тренировочных занятиях..			
Русские народные игры: детские, девичьи, мужские, обоего пола.,			
Игры и их значение в обрядовых праздниках.			
Значение игр и их использование в современных праздниках.			
Игры и их значение в анимационной деятельности.			
Игры с детьми в развлекательных детских комнатах города. Задачи и обязанности аниматоров.			
<b>Раздел 4.</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта – волейбол.</b>		
<b>Тема 4.1.</b>	<b>Содержание:</b>	8	
	История возникновения и развития волейбола.		2

<b>Структура предмета специализации «Волейбол».</b>	Основные понятия и терминология.		2
	Правила соревнований игры волейбол.		2
	Предупреждение травматизма, врачебный контроль, самоконтроль.		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	4	
	Волейбол в СССР.		
	Волейбол в России.		
	Современное состояние волейбола в мире.		
Виды соревнований.			
<b>Тема 4.2. Техника игры волейбол.</b>	<b>Содержание:</b>		4
	Физические качества волейболиста.		2
	Техника игры.		2
	Техника игры в нападении.		2
	Техника обороны (защиты).		2
<b>Тема 4.3. Тактика игры волейбол.</b>	<b>Содержание:</b>	5	
	Тактика игры волейбол. Общие положения.		2
	Индивидуальные тактические действия в нападении.		2
	Групповые тактические действия в нападении, в обороне.		2
	Прямые командные тактические действия в нападении, в обороне.		2
	Косвенные командные действия (переходы).		2
<b>Тема 4.4. Методика обучения навыкам игры волейбол.</b>	<b>Содержание:</b>	3	
	Методика обучения основным техническим элементам волейбола.		2
	Обучит технике перемещения волейболиста.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Обучить стойкам, падениям, группировкам		2
<b>Тема 4.4.1. Техника владения мячом.</b>	<b>Содержание:</b>	7	
	Обучить техники овладения нижними подачами.		2
	Техника овладения верхними подачами.		2
	Взаимодействию игрока с мячом.		2
	Передача двумя руками сверху.		2
	Передача одной рукой сверху.		2
	Передача назад сверху.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Отработка полученных навыков		2
<b>Тема 4.4.2.</b>	<b>Содержание:</b>	6	

<b>Техника обороны.</b>	Прием мяча сверху двумя руками.		2
	Прием мяча сверху двумя руками с падением на бедро-спину.		2
	Прием мяча снизу двумя руками.		2
	Прием мяча снизу одной рукой.		2
	Блокирование, постановка рук.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Отработка полученных навыков		2
<b>Тема 4.4.3. Нападающие удары.</b>	<b>Содержание:</b>	14	
	Прямой нападающий удар.		2
	Боковой нападающий удар.		2
	Ускоренный нападающий удар.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Отработка полученных навыков		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	10	
	Влияние физических упражнений на организм спортсмена		
	Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена посредством спортивных игр.		
	Основные ошибки при выполнении стоек нападающего.		
	Остановки с ловлей мяча.		
	Остановки после ведения.		
	Накрывание и отбивание мяча при броске		
	Взаимодействия трех игроков		
Формирование взаимосвязей между навыками техники игры и физическими качествами			
Закономерности обучения игровой деятельности			
Профилактика травматизма на занятиях спортивными играми.			
<b>Раздел 5.</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта – баскетбол.</b>		
<b>Тема 5.1. Теоретико-методические основы обучения техники игры в баскетбол.</b>	<b>Содержание:</b>	15	
	История возникновения и развития баскетбола.		2
	Этапы обучения игры.		2
	Средства и методы на отдельных этапах обучения.		2
	Правила игры в баскетбол.		2
	Правила судейства игры баскетбол.		2
	Характеристика мест занятий.		2
	Методы организации занимающихся.		2

	Классификация техники игры баскетбол.		2
	Последовательность обучения технике игры.		2
	Стойки и передвижения в баскетболе.		2
	Техники владения мячом в нападении.		2
	Техника противодействия и овладения мячом в защите.		2
	Технология обучения игровым приемам в баскетболе.		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	2	
	Написание рефератов на темы: «Современное состояние баскетбола в мире».		
	Написание рефератов на темы: «Современное состояние баскетбола в России».		
<b>Тема 5.2. Методика обучения техники навыкам игры в баскетбол.</b>	<b>Содержание:</b>	5	
	Обучение техники игры в баскетбол.		2
	Методика обучение игровым приемам нападения.		2
	Основные способы передвижения в нападении.		2
	Остановки, разновидности, методика обучения.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Применение полученных навыков на практике		2
<b>Тема 5.2.1. Техника владения мячом.</b>	<b>Содержание:</b>	4	
	Ловля мяча.		2
	Передачи мяча на месте, разновидности, методика обучения.		2
	Передачи двумя руками, разновидности, методика обучения.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Применение полученных навыков на практике		2
<b>Тема 5.2.2. Способы ведения мяча.</b>	<b>Содержание:</b>	6	
	Ведение мяча.		2
	Способы обыгрывания защитника (финты).		2
	Передачи мяча после ведения.		2
	Остановки после ведения.		2
	Передача мяча в движении.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Применение полученных навыков на практике		2
<b>Тема 5.2.3. Броски мяча.</b>	<b>Содержание:</b>	7	
	Броски мяча, наиболее значимый прием в игре.		2
	Броски двумя руками от головы.		2
	Броски одной рукой.		2

	Бросок одной рукой сверху в движении.		2
	Броски в движении и их разновидности.		2
	Бросок одной рукой сверху в прыжке.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Применение полученных навыков на практике		2
<b>Тема 5.3. Тактические приемы в игре.</b>	<b>Содержание:</b>	20	
	Приемы противодействия и овладения мячом.		2
	Закономерности обучения тактике игры в баскетболе.		2
	Обучение индивидуальным тактическим действиям		2
	Групповые тактические действия		2
	Командные тактические действия.		2
	Обучение индивидуальным тактическим действиям защиты.		2
	Групповые тактические действия защиты.		2
	Командные тактические действия защиты в баскетболе.		2
	Методика обучение техники защиты в баскетболе.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Применение полученных навыков на практике		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	10	
	Основные ошибки при выполнении стоек нападающего.		
Остановки с ловлей мяча.			
Остановки после ведения.			
Накрывание и отбивание мяча при броске			
Взаимодействия трех игроков			
Формирование взаимосвязей между навыками техники игры и физическими качествами			
Закономерности обучения игровой деятельности			
Легенды мирового баскетбола.			
Яркие победы и поражения XX века в баскетболе.			
Подвижные игры способствующие обучению игре баскетбол			
<b>Раздел 6.</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта – футбол.</b>		
<b>Тема 6.1. Футбол в системе физического воспитания.</b>	<b>Содержание:</b>	7	
	Футбол в общей системе физического воспитания		2
	История зарождения футбола.		2
	Организационная структура управления футболом		2

	<b>Самостоятельная работа:</b>	4	
	Зарождение футбола в России.		
	Современное состояние футбола в мире.		
	Мундиаль 2018		
	Американский футбол.		
<b>Тема 6.1. Техника игры футбол.</b>	<b>Содержание:</b>	5	
	Правила и место проведения игры.		2
	Характеристика игровой деятельности футболистов		2
	Общие понятия		2
	Классификация техники		2
	Техника передвижения		2
<b>Тема 6.1.1. Техника полевого игрока.</b>	<b>Содержание:</b>	6	
	Удары по мячу.		2
	Остановки мяча.		2
	Ведение мяча.		2
	Обманные движения (финты).		2
	Отбор мяча.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Вбрасывание мяча		2
<b>Тема 6.1.2. Техника вратаря.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Ловля мяча.		2
	Отбивания мяча.		2
	Перевод мяча.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Броски мяча		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	5	
	Места занятий, инвентарь, оборудование.		
	Особенности отбора игроков.		
	Критерии физической подготовленности футболиста.		
Психологическая подготовка спортсмена.			
Футбол в разных возрастных категориях.			
<b>Тема 6.2.</b>	<b>Содержание:</b>	23	
	Тактика игры. Общие понятия и классификация тактики игры.		2
	Функции игроков. Вратарь.		2

<b>Основы методики обучения и совершенствования техники игры в футбол.</b>	Игроки линии защиты.		2
	Игроки средней линии.		2
	Игроки линии нападения.		2
	Тактика нападения. Индивидуальная тактика.		2
	Групповая тактика.		2
	Командная тактика.		2
	Тактика защиты. Индивидуальная тактика.		2
	Групповая тактика.		2
	Командная Тактика защиты.		2
	Основные средства и методы обучения.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Применение полученных навыков на практике		2
	Составление фрагментов занятий по футболу в различных возрастных группах		2
	Использование элементов футбола на занятиях в группах с ослабленным здоровьем		2
<b>Самостоятельная работа:</b>	8		
Техника удара по мячу головой.			
Методические основы технической подготовки футболистов.			
Методика начального обучения основным техническим приемам в футболе.			
Индивидуальная тактика с мячом и без мяча, взаимодействие игроков в обороне и атаке.			
Понятия «тактической подготовки» и «тактической подготовленности».			
Эволюция тактических систем в футболе.			
Комплекс подвижных игр уроках физического воспитания в 5-6 классах с использованием элементов футбола.			
Врачебный контроль, самоконтроль футболиста.			
	<b>Контрольная работа</b>		
<b>Раздел 7.</b>	<b>Теория обучения базового вида спорта – плавание.</b>		
<b>Тема 7.1.</b> <b>Плавание как учебная дисциплина.</b>	<b>Содержание:</b>	4	
	Классификация предмета «Плавание».		2
	Спортивное плавание.		2
	Прикладное и оздоровительное плавание.		2
	Водные виды спорта.		2
<b>Тема 7.2.</b>	<b>Содержание:</b>	3	
	Общие сведения.		2
	Физические свойства воды.		2

<b>Основы техники спортивного плавания.</b>	Кинематические и динамические характеристики движений.		2
<b>Тема 7.3. Техника спортивных способов плавания.</b>	<b>Содержание:</b>	6	
	Техника плавания кролем на груди.		2
	Техника плавания кролем на спине.		2
	Техника плавания брасом на груди.		2
	Техника плавания баттерфляем.		2
	Техника поворотов в спортивном плавании.		2
	Техника стартов в спортивном плавании.		2
<b>Тема 7.4. Основы методики обучения плаванию.</b>	<b>Содержание:</b>	10	
	Цели и задачи обучения плаванию.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Специальные упражнения для изучения техники плавания на суше		2
	Изучение подготовительных упражнений по освоению с водой		2
	Упражнения для изучения техники плавания кролем на груди		2
	Упражнения для изучения техники плавания кролем на спине		2
	Упражнения для изучения техники плавания брассом на груди		2
	Упражнения для изучения техники плавания баттерфляем		2
	Упражнения, применяемые для изучения поворотов		2
	Изучение стартов с тумбочки		2
	Изучение с воды		2
<b>Тема 7.5. Организация и проведение соревнований.</b>	<b>Содержание:</b>	3	
	Типы соревнований в спортивном плавании.		
	Подготовка мест соревнований.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Положение о соревнованиях		2
<b>Тема 7.6. Прикладное плавание.</b>	<b>Содержание:</b>	2	
	Нырание, спасение утопающих.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Оказание первой медицинской помощи		2
<b>Тема 7.7. Физкультурно-оздоровительные</b>	<b>Содержание:</b>	13	
	Понятие «аквафитнес», современные формы аквафитнеса.		2
	<b>Практические занятия</b>		



<b>технологии с использованием средств плавания.</b>	Оздоровительное плавание		2
	Гидроаэробика		2
	Гидрошейпинг		2
	Занятия в группах семейного плавания		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	8	
	Выдающиеся пловцы мира.		
	Анализ выступлений пловцов на олимпийских играх.		
	Физиологические явления при нырянии.		
	Переправы вплавь.		
	Состав судейской коллегии и основные обязанности судей.		
	Занятия плаванием с грудными детьми.		
	Занятия плаванием в летних оздоровительных лагерях.		
	Плавание в вооруженных силах.		
	<b>Контрольная работа</b>		
<b>Раздел 8.</b>	<b>Педагогические аспекты обучения новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</b>		
<b>Тема 8.1. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Возникновение новых видов физкультурно-спортивной деятельности и их место в массовом физкультурном движении.		2
	Виды нетрадиционных занятий		2
	Основы занятий аэробики. Понятие аэробной нагрузки.		2
	Фитнес аэробика и ее классификация.		2
	Спортивная аэробика.		2
	Велоаэробика.		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	3	
	Плюсы и минусы новых видов физкультурно-спортивной деятельности.		
	Спортивные площадки для проведения занятий.		
Фитнес в общеобразовательных учреждениях.			
<b>Тема 8.1.1. Степ – аэробика.</b>	<b>Содержание:</b>	13	
	Степ-аэробика, основные понятия.		2
	Оборудование и инвентарь.		2
	Термины, применяемые в этом виде аэробики.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Основные шаги		2
Упражнения в партере		2	

	Упражнения с утяжелителями		2
	Занятия с бодибарами		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	6	
	Степ-аэробика и профессиональный спорт.		
	Противопоказания к занятиям степ-аэробики.		
	Травматизм и меры его предотвращения.		
	Оборудование инвентарь.		
	Степ-аэробика или ходьба, плюсы и минусы.		
	Степ для детей: друг или враг?		
<b>Тема 8.1.2. Фитбол – аэробика.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Аэробика на мячах. Основные понятия, область применения.		2
	Термины, применяемые в этом виде аэробики.		2
	Предотвращение травматизма на занятиях с мячом.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Упражнения на мячах аэробного характера		2
	Силовые упражнения с использованием фитболов		2
	Анаэробные упражнения с использованием фитболов		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	3	
	Особенности оборудования.		
	Занятия для детей.		
	Фитбол для беременных женщин.		
<b>Тема 8.1.3. Шейпинг.</b>	<b>Содержание:</b>	7	
	Шейпинг – система, направленная на изменение форм тела.		2
	Понятие шейпинг-модель.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Занятия с разной нагрузкой		2
	Комплекс для различных возрастных групп		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	3	
	Анатомическая основа шейпинга.		
	Детский шейпинг.		
	Шейпинг питание.		
<b>Тема 8.1.4. Силовые виды фитнеса.</b>	<b>Содержание:</b>	4	
	Кроссфит. Основные понятия.		2
	Травмы и меры их пресечения.		2

<b>8.1.4.1. Кроссфит.</b>	Виды тренировок, их направленность и различия.		2	
	<b>Практические занятия</b>			
	Круговая кроссфит тренировка		2	
<b>8.1.4.2. Атлетическая гимнастика.</b>	<b>Содержание:</b>	7		
	Атлетическая гимнастика как система физических упражнений.		2	
	Общие основы занятий атлетической гимнастикой.		2	
	Средства атлетической гимнастики.		2	
	Азбука атлета.		2	
	<b>Практические занятия</b>			
	Примерный комплекс упражнений для мужчин		2	
	Примерный комплекс упражнений для женщин		2	
План тренировочных занятий на месяц для новичка	2			
<b>8.1.4.2. Армрестлинг</b>	<b>Содержание:</b>	13		
	Армрестлинг-техника борьбы на руках.		2	
	Правила соревнований.		2	
	Техника борьбы.		2	
	Травматизм.		2	
	<b>Практические занятия</b>			
	Документация. Положение о проведении соревнований(		2	
	Упражнения, которые приведут к успеху			
	<b>Самостоятельная работа:</b>		7	
	1. Известные представители армрестлинга.			
	2. История армрестлинга.			
	3.Базовые упражнения в бодибилдинге.			
	4.Безопасность в тренажерном зале.			
5.Соревнования по бодибилдингу.				
6.Разработать программу для рельефности тела.				
7.Помещения для занятий силовыми видами.				
<b>8.1.5 Аэробики с элементами растяжки. 8.1.5.1 Стретчинг.</b>	<b>Содержание:</b>	4		
	Стретчинг – аэробика, направленная на растяжку мышц..		2	
	Польза, противопоказания стретчинга.		2	
	<b>Практические занятия</b>			
	Стретчинг. Групповой урок		2	
Стретчинг. Растяжка для начинающих	2			

<b>8.1.5.2.</b> <b>Фитнесс - йога.</b>	<b>Содержание:</b>	3	
	Фитнесс – йога – система всестороннего развития.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Гимнастика для повышения выносливости и координации		2
	Комплекс для снижения веса		2
<b>8.1.5.2.</b> <b>Пилатес.</b>	<b>Содержание:</b>	8	
	Система разработанная Йозефом Пилатесом.		2
	Пилатес: польза, противопоказания.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Пилатес для начинающих		2
	Упражнения для занятий дома		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	4	
	В чем разница между йогой, пилатесом и стретчингом?		
	Одежда для занятий.		
	Специальное оборудование инвентарь.		
Требования к местам проведения занятий.			
<b>8.1.6.</b> <b>Кардиогимнастика.</b>	<b>Содержание:</b>	7	
	Кардиогимнастика по методике Амосова.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Кардиотренировка для сжигания жира		2
	Тренировка в домашних условиях		2
	Особенности тренировки для пожилых		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	3	
	Кардиогимнастика это гимнастика для стабилизации работы сердца?		
Научные исследования данного вида гимнастики.			
Существуют ли возрастные ограничения для занятий?			
<b>8.2.</b> <b>Скандинавская ходьба.</b>	<b>Содержание:</b>	9	
	Происхождение ходьбы с палками.		2
	Техника ходьбы.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Скандинавская ходьба для начинающих		2
	Техника базового шага		2
	<b>Самостоятельная работа:</b>	5	
Анатомо-физиологические особенности занимающихся акваэробикой.			

	Научные исследования в области занимающихся с ослабленным здоровьем.		2
	Флекс-аэробика.		2
	Микс - аэробика		2
	Танцевальная аэробика: основные виды, сходства и различия.		2
	<b>Экзамен</b>		
<b>Туризм</b>		<b>71</b>	
<b>Раздел 1. Овладение техникой и тактикой туризма</b>		<b>41</b>	
Тема 1.1 Туризм как средство физического воспитания	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	1. Влияние занятий туризмом на здоровье человека. 2. Место туризма в системе воспитания школьников. 3. Классификация походов		2
Тема 1.2 Топографическая подготовка туризма	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	1. Рельеф и способы его изображения. 2. Условные топографические знаки. Топографические карты.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	1. Определение сторон света, азимута на предмет, направления движение по заданному азимуту. 2. Измерение расстояния по карте и на местности. 3. Чтение карты. 4. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов.		2
Тема 1.3 Организация турпоходов	<b>Содержание</b>	<b>5</b>	
	Заявочная и отчетная документация похода. Определение задач похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода. Определение районов похода. Организация питания в походе.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбор личного и группового снаряжения.</li> <li>2. Составление календарного плана похода и сметы похода</li> <li>3. Сбор сведений о районе похода. Разработка маршрута.</li> </ol>		2
Тема 1.4 Пешеходный туризм	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	Приготовление пищи в походных условиях. Предотвращение травм, болезней в походе. Оказание первой медицинской помощи. Преодоление подъемов и спусков. Использование веревок при подъемах и спуска Преодоление препятствий в пешем походе. Преодоление водных преград.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Страховка и самостраховка в пешем походе</li> <li>2. Выполнение бивуачных работ в походе.</li> <li>3. Установка и сбор палатки</li> </ol>		2
Тема 1.5 Водный туризм	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности водного похода.</li> <li>2. Выбор судов и снаряжения дл водного похода.</li> <li>3. Техника и тактика водного туризма</li> </ol>		2
Тема 1.6 Массовые туристические соревнования	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация и проведение летних туристических соревнований</li> <li>2. Организация и проведение зимних туристических соревнований</li> </ol>		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Документы соревнований по туризму.</li> <li>2. Подготовка туристических соревнований.</li> </ol>		3
<b>Самостоятельная работа при изучении раздела 1. Овладение техникой и тактикой туризма</b>		<b>10</b>	

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Распределить по группам и зарисовать условно-топографические знаки.</li> <li>2. Распределить обязанности и раскрыть их содержание среди группы туристов.</li> <li>3. Измерить расстояние по карте и на местности.</li> <li>4. Прочитать маршрут туристического похода по карте.</li> <li>5. Составить календарный план туристического похода.</li> <li>6. Составить смету расходов на проведение туристического похода.</li> <li>7. Подобрать комплект личного снаряжения для туристического похода.</li> <li>8. Подобрать комплект группового снаряжения для туристического похода.</li> <li>9. Вязание туристических узлов.</li> <li>10. Составить схему технических приемов передвижения на лыжах</li> <li>11. Определить критерии выбора судов и снаряжения для водного похода.</li> <li>12. Составить положение и программу соревнования по туризму в школе.</li> <li>13. Заполнить таблицу : «Обязанности судейской коллегии»</li> <li>14. Составить тесты по теме «Основные туристические понятия».</li> <li>15. Составить конспект по теме: «Ориентирование на местности».</li> <li>16. Заполнить таблицу: « Туристическая аптечка»</li> <li>17. Заполнить таблицу: «Ремонтный набор».</li> <li>18. Составить цикл меню на 3дня.</li> <li>19. Заполнить таблицу: «Виды костров и их назначения»</li> <li>20. Зарисовать узлы.</li> <li>21. Составить список личного и группового снаряжения для сплава на плотках в водном походе.</li> <li>22. Составить план подготовки к соревнованиям по туризму.</li> <li>23. Составить полосу препятствий для летних туристических соревнований.</li> <li>24. Подобрать конкурсы и игры у костра.</li> </ol>			
<b>Раздел 2. Овладение теорией и методикой организации туристической работы</b>		<b>30</b>	
Тема 2.1 Особенности методики подготовки туристов различного возрастного контингента.	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика отбора для занятий туризмом.</li> <li>2. Методика подготовки туристов-школьников.</li> <li>3. Методика подготовки взрослых туристов.</li> </ol>		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	

	1. Методическая разработка теоретического и практического занятия различной направленности для туристов разного возраста.		2
Раздел 2.2 Тренировка как составная часть подготовки туриста.	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	
	1. Теоретическая подготовка туриста. 2. Физическая подготовка туриста. 3. Психологическая подготовка туриста.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	1. Планирование подготовительного периода тренировки туриста 2. Планирование основного (походного) периода тренировки туриста		2
Тема 2.3 Содержание, организация и методика проведения массовых туристских мероприятий.	<b>Содержание</b>	<b>5</b>	
	1. Характеристика массовых туристских мероприятий. 2. Методика организации и проведения туристского слета. 3. Методика организации и проведения туристских соревнований.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	1. Составление положения о проведении туристских соревнований. 2. Разработка культурно-досуговых и спортивных мероприятий в походе.		3
Тема 2.4. Система обеспечения туристской подготовки.	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	
	1. Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. 2. Материально-техническое обеспечение туристских походов. 3. Медицинское обеспечение туристских мероприятий и гигиена туриста.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	1. Формирование умений в оказании первой доврачебной помощи в походе. 2. Транспортировка пострадавшего различными способами.		2
<b>Самостоятельная работа при изучении раздела 2. Овладение теорией и методикой организации туристической работы в школе</b>		<b>7</b>	



<p>1. Анализ причин возникновения конфликтов туристской подготовки и нахождение способов их преодоления.</p> <p>2. Планирование туристской подготовки на год.</p> <p>3. Подбор тестовых заданий для определения индивидуальных особенностей и возможностей туриста.</p> <p>4. Сравнительный анализ методик подготовки туристов-школьников разного возраста.</p> <p>5. Составление теоретического занятия по туризму для детей 7-11 лет.</p> <p>6. Сравнительный анализ методики подготовки взрослых туристов.</p> <p>7. Сравнительный анализ массовых туристских мероприятий</p> <p>8. Выявление причин травматизма и несчастных случаев в туризме по предложенной схеме.</p> <p>9. Подбор литературы, упражнений, игр, заданий, направленных на воспитание и развитие физических качеств у детей разных возрастных групп.</p> <p>10. Составление кроссвордов по теме «Физическая подготовка туриста».</p> <p>11. Подбор тестовых заданий для определения уровня физической подготовленности туристов.</p> <p>12. Написание реферата по темам: «Причины травматизма и несчастных случаев в туризме» и «Меры предупреждения опасности и обеспечение безопасности при проведении походов и экспедиций».</p> <p>13. Составление опорных таблиц по подбору снаряжения для разных типов походов.</p> <p>14. Подбор литературы и подготовка реферативного сообщения по теме: «Первая медицинская помощь в походе».</p>			
<b>Контрольная работа</b>		<b>1</b>	
<b>Атлетическая гимнастика</b>		<b>51</b>	
Тема 1.1 Основы знаний	<b>Содержание</b>	3	
	История развития атлетической гимнастики. Что такое атлетическая гимнастика и её разновидности (бодибилдинг, культуризм). Основные цели, задачи и методы. Анатомические основы атлетической гимнастики. Основные мышечные группы, развиваемые средствами атлетической гимнастики		2
	<b>Практическое занятие</b>	2	
	Изучения атласа анатомии для атлетической гимнастики. Группы мышц участвующих в определенных упражнениях(изучение плакатов)		2
Тема 1.2 Тренажеры – средство атлетической подготовки	<b>Содержание</b>	1	
	Истоки развития и классификация тренажеров Оснащение тренажерного зала.		2
	<b>Практическое занятие</b>	1	

	Изучения принципа работы тренажерных устройств. Простые тренажерные устройства.		2
Тема 1.3 Теоретические основы подготовки атлета	<b>Содержание</b>	5	
	Строение и механизмы работы мышц. Изменение мышц и костей скелета под влиянием физических нагрузок. Методы тренировки атлета. Принципы тренировки атлета. Формы построения занятий атлетической гимнастикой. Программы занятий атлетической гимнастикой. Индивидуальные программы.		2
	<b>Практическое занятие</b>	2	
	Составления программ занятий для развития определенных групп мышц. Составление индивидуального плана занятия.		2
Тема 1.4 Методико-практические основы атлетизма	<b>Содержание</b>	14	
	Требования к занимающимся атлетизмом. Тренировочное занятие: структура и его формы. Особенности проведения тренировочного процесса в атлетизме. Экипировка атлета. Правила безопасности в процессе атлетической подготовки. Общеразвивающая подготовка атлета. Специальная подготовка атлета. Методические пути повышения интенсивности тренировочного процесса. Методы раздельной специальной подготовки. Этапы подготовки атлета. Средства восстановления. Самоконтроль		2
	<b>Практическое занятие</b>	6	

	<p>Базовые упражнения для развития главных мышечных групп.</p> <p>Упражнения для развития мышц.</p> <p>Упражнения с резиновыми амортизаторами.</p> <p>Упражнения с эспандером.</p> <p>Упражнения с гантелями.</p> <p>Упражнения для выработки навыков расслабления.</p> <p>Правильное дыхание.</p>		
Тема 1.5 Дополнительные факторы тренировки.	<b>Содержание</b>	1	
	Питание. Дополнительная витаминизация организма		2
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>16</b>	
	<p>Написание реферата «Возникновение и развитие атлетизма»</p> <p>Самостоятельное изучение:</p> <p>Двигательный аппарат человека</p> <p>Методы развития силы с применением отягощений.</p> <p>Снаряды и упражнения.</p> <p>Написание реферата «Основные элементы техники атлетической гимнастики».</p> <p>Методика организации и проведения атлетической подготовки.</p> <p>Написание реферата «Методика обучения выполнения основных элементов атлетической гимнастики».</p> <p>Группы специальных упражнений в атлетической гимнастике.</p> <p>Закономерности тренировки в атлетической гимнастике.</p> <p>Самоконтроль и врачебный контроль.</p> <p>Средства восстановления.</p> <p>Рациональное питание.</p> <p>Значение мышечной релаксации (расслабления)</p> <p>Судейство и правила соревнований.</p> <p>Написание реферата «Основы обучения соревновательным элементам атлетической гимнастики».</p>		2
<b>Единоборства</b>		<b>49</b>	
	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	

Тема 1.1 Зарождение и развитие спортивных видов единоборств	Общая характеристика современных видов борьбы, вольная борьба, классическая борьба, дзю-до, самбо, национальная борьба. Перспективы развития олимпийских видов борьбы. Специфика организации и проведения учебного процесса по курсу «Единоборства».		1
Тема 1.2 Техника единоборств.	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	Определение понятий «техника», «приём», «защита» и т.д. Общая характеристика техники и ее значение для становления мастерства спортсмена. Техника как идеальная модель соревновательных действий. Удельный вес технической подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал и закономерности его формирования. Определяющее (ведущее) звено техники выполнения сложных приемов. Индивидуальная техника. Биомеханический анализ техники: площадь опоры, ОЦТ, угол устойчивости. Внешние и внутренние силы и их роль при выполнении технических действий (действие пары сил, рычага, плеча рычага силы).		2
	<b>Практическое занятие</b>	<b>3</b>	
	Понятие о рациональной технике как основе предупреждения травматизма в единоборствах. Страховка и само страховка. Характеристика специальных упражнений для овладения страховкой и само страховкой. Изучение основных элементов техники: стойки, передвижения, захваты, удары, броски.		2
	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	Основные принципы обучения технике единоборств. Общие организационные приемы при обучении. Принцип последовательности: показ упражнения в целом, рассказ, выполнение с разделением; выполнение в целом; выполнение в парах; на снарядах. Принцип постепенного нарастания и снижения кривой нагрузки урока. Методика обучения технике ударов руками, ногами, стойкам, передвижениям, захватам, броскам, удержанию и защитным действиям		2
	<b>Практическое занятие</b>	<b>3</b>	
	Обучения технике ударов руками, ногами, стойкам, передвижениям, захватам, броскам, удержанию и защитным действиям.		2
	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	

Тема 1.3 Тактическая подготовка в единоборствах	Цель и задачи тактической подготовки в единоборствах. Управление процессом тактической подготовки. Средства и методы контроля тактической подготовленности спортсмена-единоборца. Методы совершенствования тактической подготовленности единоборцев. Тактическое мышление спортсмена-единоборца (формирование и совершенствование тактического мышления).		2
	<b>Практическое занятие</b>	<b>3</b>	
	Тактика проведения приёмов, тактика ведения поединка, тактика участия в соревнованиях. Элементы тактики: цель, разведка, оценка ситуации, планирование основных и дополнительных (запасных) курсов действий, реализация замыслов. Виды тактики: атакующая, контратакующая, оборонительная, тактика подавления, маневрирования, маскировка. Тактика соревнований и её варианты в зависимости от ситуации, распределения сил по ходу соревнования. Составление тактического плана соревнования. Тактика поединка и её разновидности. Составление тактического плана поединка.		2
Тема 1.4 Правила соревнований	<b>Содержание</b>	<b>5</b>	
	Положения о соревнованиях. Взвешивание участников. Системы проведения соревнований. Судейская коллегия Команды и жесты судей. Оценка приемов и определение победителя. Запрещенные приемы и действия.		2
	<b>Практическое занятие</b>	<b>1</b>	
	Функциональные обязанности судейской бригады. Методика: заполнения сетки поединков (встреч), ведение протокола хода соревнований, итоговый протокол. Жесты судей на площадке		2
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>15</b>	
	1. Влияние занятий единоборствами на организм занимающегося. 2. Написание реферата «Самбо- вид спортивного единоборства» 2. Разработка методики развития силовых способностей в процессе обучения единоборствам. 3. Разработка методов индивидуального и личностного подхода при развитии силовых способностей в процессе занятий единоборствами.		2

	<p>4. Восточные единоборства: особенности и влияния на организм.</p> <p>5. Исследование эффективности педагогического контроля за состоянием занимающихся в процессе учебно-тренировочных занятий.</p> <p>6. Культурно-психологические особенности восточных единоборств.</p> <p>7. Занятия спортивными единоборствами как фактор укрепления психологического здоровья учащихся.</p> <p>8. История возникновения самбо.</p> <p>9. Боевые искусства на современном этапе..</p> <p>10. Анализ современной методики подготовки атлетов на различных этапах становления спортивного мастерства.</p> <p>11 Особенности организации и проведения внеклассной работы по единоборствам в общеобразовательной школе.</p> <p>12 Комплексный контроль в процессе подготовки дзюдоистов.</p> <p>13. История развития греко-римской борьбы.</p> <p>14. Система отбора для занятий единоборствами.</p> <p>15. Современные тенденции развития единоборств.</p> <p>16..Как повысить соревновательную надежность высококвалифицированных борцов.</p> <p>17. Предупреждение травматизма на занятиях поединоборствам.</p> <p>18. Организация и проведение соревнований по различным видам единоборствам.</p> <p>19. Психологическая подготовка в единоборствах</p> <p>20. Элементарные технические действия: стойки и дистанции, передвижения и т.д.</p> <p>21. Оценивание технических приемов.</p> <p>22. Запрещенные приемы в дзюдо и самбо.</p> <p>23. Захваты и запрещенные захваты в дзюдо и самбо.</p> <p>24. Элементы единоборств, используемые на уроках физической культуры как средство развития физических качеств.</p> <p>25. Игровые единоборства и игры-единоборства.</p> <p>26. Методика проведения уроков физической культуры с элементами единоборств.</p> <p>27. Проведение разминки в группах начальной подготовки.</p> <p>28. Методы страховки и само страховки и методика обучения.</p> <p>29. Руководство для рефери и судей</p> <p>30. Разметка площадки для соревнований</p> <p>31. Требования к форме одежды участников</p> <p>32. Требования к форме одежды рефери</p>		
--	---	--	--

<b>Настольный теннис</b>		<b>43</b>	
	<b>Содержание</b>	9	
	<b>Общие теоретические основы дисциплины «настольный теннис»</b> Место и значения настольного тенниса в системе физической культуры. Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение игры в настольный теннис.	1	
	<b>Основы методики обучения настольному теннису.</b> Педагогическая характеристика настольного тенниса. Ознакомление с учебным материалом по настольному теннису в программах . Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении.	2	
	<b>Обучение техники игры</b> Использовать определение понятий; исходные положения, способы держание ракеток, стойки и перемещения, удары и подачи. Использовать применять различные формы и методы проведения технических приемов, техники игры. Освоить и использовать технику накатов.	6	
	<b>Практические занятия</b>	3	
	Освоить и применять технические приемы игры; удары, подрезки, подачи направление вращения мяча, подачи направление полета мяча, высота подбрасывания. Освоить и применять технические приемы, придающие мячу верхнее вращение, накат справа, накат слева, топ-спин.		
	<b>Содержание</b>	5	
	<b>Обучения тактики игры</b> Обучение основам тактики игры. Применение тактической направленности игровых: атакующих и защитных действий. Освоение тактической направленности игровых контр атакующих действий. Освоение тактики одиночной игры: подача мяча и приема подач.		
	<b>Практические занятия</b>	3	

Освоить и применять тактику атакующей игры против игрока нападающего стиля: атакующие и контр атакующие действия. Освоить и применять тактику атакующей игры против игрока защитного стиля: смена игрового ритма, изменения направления полета мяча. Освоить и применять тактику защитной игры против игрока нападающего стиля.		
<b>Содержание</b>	4	
<b>Методика судейства соревнований. Обязанности судей, ошибки.</b> Организовывать и проводить соревнования различного уровня. Использовать различные формы и методы организации занятий с учетом особенности окружающей среды (зал, столы, соперники.) Использовать формы и методы организации соревнований с учетом возраста, пола и индивидуально - психологических и морально-волевых особенностей теннисиста.		
<b>Практические занятия</b>	1	
Организация и проведение соревнований. Составление положения. Система розыгрыша. Протокол. Отчет о соревнованиях.		
<b>Содержание</b>	2	
<b>Структура учебного занятия по настольному теннису</b> Планирование занятия, подбор упражнений для каждой части урока с учетом возраста, пола, морфофункциональных особенностей занимающихся. Анализ программного материала. Контроль за организацией образовательного процесса, моделирование различных ситуаций на занятии.		
<b>Практические занятия</b>	1	
Составление конспекта урока с учетом возраста, уровня технической подготовленности обучающихся. Анализ учебного занятия.		
<b>Самостоятельная работа</b>	15	



	<p>Написание реферата «История развития настольного тенниса в России».</p> <p>Техника двигательных действий в настольном теннисе</p> <p>Исходные положения (стойки): правосторонняя, нейтральная, левосторонняя.</p> <p>изучение основ тактики нападения и защиты в одиночных играх.</p> <p>Судейство и организация соревнований по настольному теннису</p> <p>Техника судейства игры в настольный теннис.</p> <p>Методика обучения технике двигательных действий в настольном теннисе</p> <p>Методика обучения держанию ракетки, стойкам, передвижениям.</p> <p>Методика обучения тактическим действиям в игре.</p> <p>Методика развития физических качеств средствами настольного тенниса</p> <p>Составление комплексов упражнений для развития физических качеств теннисиста.</p> <p>Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по настольному теннису</p> <p>Составление документов планирования учебной и физкультурно-оздоровительной работы в ОУ.</p> <p>Организация, проведение и анализ занятий по настольному теннису</p> <p>Составление конспекта части занятия по настольному теннису.</p> <p>Основы оздоровительной тренировки в настольном теннисе</p> <p>Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису для проведения фрагмента тренировки (по выбору).</p>		
	<p align="center"><b>Аудиторная учебная работа обучающегося (Курсовая работа (проект))</b></p> <p><b>Примерная тематика курсовых работ (проектов):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Влияние кругового метода проведения уроков гимнастики на физическую подготовленность учащихся.</li> <li>2. Методика применения общеразвивающих упражнений для развития физических качеств (силы, гибкости, ловкости, координации) у учащихся.</li> <li>3. Влияние занятий гимнастикой на состояние здоровья и физическое развитие человека.</li> <li>4. Использование игровых заданий на уроках гимнастики.</li> <li>5. Общеобразовательные упражнения на уроках физической культуры в 1–11 классах.</li> <li>6. Акробатика на уроках физической культуры в 1-4, в 5-8 и 9-11 классах.</li> <li>7. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня и внеклассная работа по гимнастике в школе.</li> </ol>	<b>20</b>	

	<p>8. Легкая атлетика в программе оздоровительной тренировки мужчин и женщин.</p> <p>9. Специальные упражнения легкоатлетов и методика их применения.</p> <p>10. Анализ техники и методика обучения бегу на средние и длинные дистанции.</p> <p>11. Содержание и организация занятий легкой атлетикой для различных возрастных групп.</p> <p>12. Методика развития физических качеств на уроках легкой атлетики в общеобразовательной школе.</p> <p>13. Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся легкой атлетикой.</p> <p>14. Организация и методика проведение соревнований по легкой атлетике для школьников.</p> <p>15. Анализ техники и методика обучения прыжкам в длину и в высоту.</p> <p>16. Легкая атлетика как средство развития психо-физических качеств человека в различном возрасте.</p> <p>17. Методика использования средств легкой атлетики для решения задач оздоровительной направленности.</p> <p>18. Педагогический потенциал подвижных игр в воспитании, обучении и тренировке.</p> <p>19. Оздоровление контингентов населения (возрастные диапазоны на выбор) средствами подвижных игр.</p> <p>20. Методические особенности организации подвижных игр в средних классах общеобразовательной школы.</p> <p>21. Профессиональная компетентность педагога по физической культуре в реализации подвижных игр.</p> <p>22. Организация игровой деятельности участников массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>23. Подвижные игры, их содержание и методика проведения в процессе занятий различных с лицами различных возрастных групп.</p> <p>24. Дифференциация образовательного материала по подвижным играм с учетом возрастных особенностей занимающихся.</p> <p>25. Методические особенности организации подвижных игр как средства общей физической подготовки в избранном виде спорта.</p> <p>26. Физическая подготовка детей среднего школьного возраста средствами физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности.</p>		
--	---	--	--

	<p>27. Особенности методики обучения элементам тактики и техники при организации занятий волейболом со школьниками 10-12 лет. Последовательность обучения, физиологическое обоснование.</p> <p>28. Анализ техники и методика обучения подачам и приему мяча с подачи в волейболе. Подготовительные, подводящие, специальные, игровые и соревновательные упражнения.</p> <p>29. Методика обучения технике броска одной рукой от плеча учащихся 6-х классов в баскетболе.</p> <p>30. Занятия баскетболом как эффективное средство физической подготовки 12-16-летних школьников.</p> <p>31. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол на уроках в 5-8 классах.</p> <p>32. Интегральный метод подготовки в футболе.</p> <p>33. Организация и методика проведения соревнований по футболу с детьми школьного возраста.</p> <p>34. Развитие психофизических качеств у школьников старших классов посредством игры в настольный теннис.</p> <p>35. Методика организации и проведения занятий настольным теннисом с разными возрастными группами.</p> <p>36. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания для различных возрастных групп населения.</p> <p>37. Основы методики обучения плаванию детей 1-5 классов школы.</p> <p>38. Содержание и методика обучения прикладному плаванию.</p> <p>39. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию, пешеходному туризму, походов.</p> <p>40. Особенности подготовки и проведения соревнований по туризму с оздоровительной направленностью.</p> <p>41. Кроссфит как направление совершенствования процесса физического воспитания в образовательном учреждении</p> <p>42. Развитие силовых качеств у студентов с использованием системы кроссфит.</p> <p>43. Кроссфит как средство общей физической подготовки на уроках физической культуры</p>		
--	---	--	--

<b>МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы</b>		<b>64</b>	
Тема 1.1. Общие основы организации физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся	<b>Содержание</b> Организация физкультурно-спортивной работы как учебный предмет. Сущность, цели и задачи физкультурно-спортивной деятельности Правовые основы физкультурно-спортивной деятельности. Федеральный закон о физической культуре и спорте в РФ. Основные направления физкультурно-спортивной работы. Формы и методы организации физкультурно-спортивной работы с различными слоями населения.	2	1
	<b>Практическая работа</b> Изучение нормативно-правовой базы физкультурно-спортивной деятельности в РФ. Изучение материала Федерального закона о физической культуре и спорте в РФ.	2	
Тема 1.2. Особенности организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся	<b>Содержание</b> Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Значение и задачи физкультурно-спортивной работы с дошкольниками. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях и семье.	2	2
	<b>Практическая работа</b> Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях. Анализ программ для ДООУ	2	
	<b>Содержание</b> Физкультурно-спортивная работа в системе общего образования. Содержание программы по физической культуре, разработанной на основе ФГОС третьего поколения. Урочные и внеурочные формы занятий. Особенности проведения занятий с детьми младшего, среднего, старшего школьного возраста Занятия с детьми с ослабленным здоровьем	2	1
	<b>Практическая работа</b> Планировать учебно-тренировочной работы. Планировать физкультурно-оздоровительной работы	2	

	Заполнять журнал учета учебной работы группы, медицинскую карточку, журнал учета наличия и состояния оборудования, книгу учета спортивных достижений, протоколы и документы отчетности		
	<b>Содержание</b>	2	2
	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий со школьниками. Порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба.		
	<b>Практическая работа</b>	2	
	Составлять документы планирования и проводить спортивно-массовые мероприятия и соревнования в школе. Использовать различные формы организации физкультурно-массовых мероприятий.		
	<b>Содержание</b>	2	2
	Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Задачи и значение физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Формы и особенности организации занятий. Порядок осуществления деятельности спортивных студенческих клубов.		
	<b>Практическая работа</b>	2	
	Составлять сценарий спортивных соревнований, церемония открытия, закрытия, награждения. Цели и задачи спортивных клубов. Комплектование групп, секций, клубов, объединений для занятий физкультурно-спортивной деятельностью.		
	<b>Содержание</b>	2	2
	Физкультурно-оздоровительные занятия в основной период трудовой деятельности. Физическая культура в режиме трудового дня, в быту трудящихся. Физическая культура в жизни людей пожилого с старческого возраста.		
	<b>Практическая работа</b>	2	
	Планировать календарный план физкультурно-оздоровительных мероприятий для рабочих и служащих по месту работы. Составление индивидуальных планов ФП.		
	<b>Содержание</b>	2	2
	Профессионально-прикладная физическая культура (ППФК): задачи, содержание, формы и особенности проведения занятий по ППФК.		
	<b>Практическая работа</b>	2	
	Изучение содержания средств физической подготовки на примере ВС, МЧС, МВД		

<b>Содержание</b>	3	2	
Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Организация и проведение тестирования. Методические рекомендации при подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО			
<b>Практическая работа</b>	3		
Изучение нормативной базы ВФСК ГТО. Разработка программ подготовки для различных возрастных групп. Методика оценки правильности выполнения испытаний.			
<b>Содержание</b>	2	2	
Физкультурно-оздоровительная работа в летнем лагере. Организация физкультурно-спортивных мероприятий.			
<b>Практическая работа</b>	2		
Планирование физкультурно-оздоровительной работы в летних оздоровительных лагерях			
<b>Самостоятельная работа</b> Изучение нормативно-правовых документов: ФЗ «Об образовании в РФ», ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», ведомственных актов Министерства спорта РФ и Министерства физической культуры, спорта и молодежи политики Калининградской области. Изучение теоретического материала тем и подготовка ответов на контрольные вопросы. Доработка и оформление записей по лекционному материалу. Подготовка к практическим занятиям и работкам с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебно-методической литературой. Чтение дополнительной литературы. Ознакомление и изучение нормативных документов. Использование видеозаписей, компьютерной техники и интернета. Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя. Ознакомление с нормативными документами. Написание рефератов по темам. Подготовка к практическим работам. Моделирование процесса планирования и управления занятий физическими упражнениями. Составление таблиц для систематизации учебного материала. Проведение сравнительного анализа.	14		
Тема 1.3.	<b>Содержание</b>	2	2

Оздоровительно-реакционная физическая культура.	Физкультурно-оздоровительная работа по месту жительства; в условиях досуга и активного отдыха: деятельность физкультурно-спортивных клубов, рекреационных парков, центров проведения спортивных праздников.		
	<b>Практическая работа</b>	2	
	Физкультурно-оздоровительные системы и нетрадиционные средства физической культуры.		
Тема 1.4. Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы.	<b>Содержание</b>	2	2
	Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Виды планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Виды и методы педагогического контроля в физкультурно-спортивной деятельности. Особенности врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами		
	<b>Практическая работа</b>	2	
	Анализ документов планирования и контроля физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
Тема 1.5. Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.	<b>Содержание</b>	4	2
	1. Спортивные соревнования и мероприятия. Общая характеристика соревнований. Виды, уровень и ранг соревнований. ЕВСК. Организация и проведение спартакиад.	1	
	2. Планированию спортивных соревнований и мероприятий. Принципы планирования. Основная документация, отражающая планирование спортивных мероприятий и соревнований. Единый календарный план физкультурно-спортивных соревнований и мероприятий. Положение о соревновании. Сценарий физкультурно-массового мероприятия и спортивного соревнования. Отчетная документация о проведении соревнований.	2	2
	3. Формирование и работа судейской коллегии. Состав права и обязанности судейской коллегии. Проведение мандатной комиссии. Основные процедуры работы судейской коллегии. Организация судейских семинаров	1	2
	<b>Практическая работа</b>	4	
	Разработка Положения о соревнованиях. Составление отчета о проведении спортивных соревнований		
Тема 1.6.	<b>Содержание</b>	2	2

Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.	Классификация физкультурно-спортивных сооружений: основные и вспомогательные сооружения, сооружения (места) для зрителей. Требования к физкультурно-спортивным сооружениям. Обеспечение доступности и безопасности пользования физкультурно-спортивными сооружениями. Спортивный инвентарь и оборудование для проведения физкультурно- спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Техника безопасности использования спортивного инвентаря и оборудования при проведении занятий с различными возрастными группами.		
	<p><b>Практическая работа</b></p> <p>Анализ документов обеспечивающих функционирование простейших физкультурно-спортивных сооружений и мест занятий физической культурой.</p> <p>Анализ документации по технике безопасности использования инвентаря и оборудования, требования к ее оформлению.</p>	2	
<p><b>Тема 1.7</b></p> <p>Меры безопасности во время учебно-тренировочного процесса и спортивно-массовых мероприятий</p>	<p><b>Содержание</b></p> <p>Основные причины травматизма при занятиях физкультурой и спортом и медицинский контроль за физическим воспитанием учащихся</p> <p>Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом</p> <p>Требования безопасности и санитарии к местам проведения учебных и спортивно-массовых мероприятий и спортивному инвентарю</p> <p>Методические указания по разработке правил и инструкций по мерам безопасности</p> <p>Правила безопасности при организации и проведении физкультурно-оздоровительной, учебной и внеклассной работы в общеобразовательной школе</p>	3	2
	<p><b>Практическая работа</b></p> <p>Изучение требований СанПиН.</p> <p>Изучение типовых инструкций по ТБ</p> <p>Действия при несчастных случаях во время физкультурно-спортивных занятий.</p>	3	



<p><b>Самостоятельная работа при изучении раздела:</b>  Доработка и оформление записей по лекционному материалу.  Подготовка к практическим занятиям и работкам с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебно-методической литературой.  Ознакомление и изучение нормативных документов.  Использование видеозаписей, компьютерной техники и интернета.  Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя.  Ознакомление с нормативными документами.  Написание рефератов по темам.  Подготовка к практическим работам.  Моделирование процесса планирования и управления занятий физическими упражнениями.  Составление таблиц для систематизации учебного материала.</p>	14	
<b>Контрольная работа</b>		

<b>МДК 02.03</b> <b>Лечебная</b> <b>физическая</b> <b>культура и</b> <b>массаж</b>				
Тема 2.1. Общие основы лечебной физической культуры	<b>Содержание учебного материала</b>		5	
1	Лечебная физкультура, определение. История возникновения и развитие лечебной физкультуры.			
2	Механизмы лечебного воздействия физических упражнений			
3	Средства, методы ЛФК Формы занятий ЛФК. Формы занятий ЛФК.			
4	Классификация физических упражнений в ЛФК. Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК Показания и противопоказания к занятиям ЛФК			
5	Методические особенности проведения занятий ЛФК с детьми дошкольного возраста. Методические особенности занятий ЛФК со школьниками.			
<b>Практические занятия</b>			16	
6.	Методика выполнения и механизмы лечебного воздействия физических упражнений			
7.	Изучение средств и методов ЛФК			
8.	Изучение средств и методов ЛФК			
9.	Изучение средств и методов ЛФК			
10	Изучение средств и методов ЛФК			
11	Изучение средств и методов ЛФК			
12	Изучение средств и методов ЛФК			
13.	Изучение средств и методов ЛФК			
14	Изучение средств и методов ЛФК			
15	Изучение средств и методов ЛФК			
16	Изучение средств и методов ЛФК			
17	Методика проведения занятий ЛФК с дошкольниками и младшими школьниками			
18	Методика проведения занятий ЛФК с дошкольниками и младшими школьниками			
19	Методика проведения занятий ЛФК с дошкольниками и младшими школьниками			
20	Методика проведения занятий ЛФК с дошкольниками и младшими школьниками			
21	Методика проведения ЛФК с пожилыми людьми.			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			6	

	Подготовка электронной презентации по предложенной теме Составить таблицу 5. Составить таблицу 6. Составить таблицу			
Тема 2.2. Методика лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм	<b>Содержание учебного материала</b>	15	2	
	22			Методические особенности проведения занятий ЛФК с лежачими больными. Методические особенности проведения занятий ЛФК с беременными.
	23			Основы методики ЛФК при травмах
	24			Основы методики ЛФК при переломах верхних конечностей
	25			Основы методики ЛФК при переломах нижних конечностей
	26			Основы методики ЛФК при переломах позвоночника
	27			Основы методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания Основы методики дыхательной гимнастики по Бутейко
	28			Основы методики ЛФК при заболеваниях внутренних органов
	29			Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
	30			Основы методики ЛФК при пороках сердца у детей.
	31			Основы методики ЛФК при заболеваниях нервной системы
	32			Основы методики ЛФК при деформациях и заболеваниях ОДА
	33			Основы методики ЛФК при сколиозе
	34			Основы методики ЛФК при плоскостопии
	35			Лечебное плавание Гидрокинезотерапия Терренкур
	36			Методика проведения физкультминуток в школе. ЛФК для профилактики нарушения зрения у школьников
		<b>Самостоятельная работа</b>	24	

	<p>7. Работа с учебной литературой  8. Работа с учебной литературой  9. Работа с учебной литературой  10. Работа с учебной литературой  11. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах.  12. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах.  13. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах.  14. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах.  15. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах.  16. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах.  17. Презентация по избранной теме  20. Работа с учебной литературой  21. Работа с учебной литературой  22. Работа с учебной литературой  23. Составление комплексов упражнений  24. Составление комплексов упражнений  25. Составление комплексов упражнений  26. Составление комплексов упражнений  27. Составление комплексов упражнений  28. Составление презентации</p>		
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>37. 17. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры.</p> <p>38. 18. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры.</p> <p>39. 19. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры.</p> <p>40. 20. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры.</p> <p>41. 21. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры.</p> <p>42. 22. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры</p> <p>43. 23. Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры.</p>	23	



	60	40.Составление комплексов упражнений при различных заболеваниях и травмах. Отработка методики лечебной физкультуры		
			<b>Контрольная работа</b>	
<b>Раздел 3. Общие основы массажа</b>			58	
Тема 3.1 Понятие о массаже	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	61	Массаж как важнейшее профилактическое и лечебное средство. История возникновения и развития массажа		2
	62	Русская школа массажа. Сегментарно-рефлекторная система массажа. Ручной классический массаж.		2
	<b>Самостоятельная работа</b> 1.Реферат по избранной теме			
	<b>Практические занятия</b>		2	
	63	1. Отработка приемов ручного массажа		
	64	2. Отработка приемов ручного массажа		
Тема 3.2 Анатомо- физиологические основы массажа.	<b>Содержание учебного материала</b>		3	
	65	Влияние массажа на нервную систему,кожу,ССС,		2
	66	Влияние массажа на костный и связочный аппарат. Влияние массажа на мышечную систему.		2
	67	Влияние массажа на внутренние органы и обмен веществ.		2
	68	Классификация приемов ручного классического массажа		2
	<b>Самостоятельная работа</b> 4. Работа с учебной литературой 5. Работа с учебной литературой 6. Работа с учебной литературой 7. Работа с учебной литературой 8. Работа с учебной литературой 9. Работа с учебной литературой 10. Работа с учебной литературой		7	
	<b>Практические занятия</b>			
	69	3.Отработка приемов ручного массажа	4	2
	70	4. Отработка приемов ручного массажа		
	71	5. Отработка приемов ручного массажа		
72	6. Отработка приемов ручного массажа			
Тема 3.3	<b>Содержание учебного материала</b>		3	

Гигиенические основы массажа	73	Требования к помещению и инвентарю Требования к массажисту. Режим работы массажиста		2
	74	Требования к пациенту. Смазывающие средства		2
	75	Показания и противопоказания к массажу		2
		Самостоятельная работа 11. Составление конспекта 12. Составление конспекта 13. Составление конспекта 14. Таблица 15. Таблица 16. Работа с учебной литературой 17. Работа с учебной литературой 18. Работа с учебной литературой	8	
	<b>Практические занятия</b>			
	76	7. Методика и техника выполнения различных приемов массажа	6	
	77	8. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	78	9. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	79	10. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	80	11. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
81	12. Методика и техника выполнения различных приемов массажа			
Тема 3.4 Физиология, методика и техника выполнения приемов классического массажа	<b>Содержание учебного материала</b>		9	
	82	Поглаживание. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	83	Выжимание. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	84	Разминание. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	85	Растирание. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	86	Движения. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	87	Ударные приемы. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	88	Сотрясающие приемы. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	89	Вибрация. Физиологическое воздействие, методика, техника выполнения.		
	90	Косметический массаж Самомассаж		
<b>Самостоятельная работа</b> 19. Составление презентации		9		

	20. Составление презентации 21. Составление презентации 22. Составление презентации 23. Составление презентации 24. Составление презентации 25. Отработка приемов массажа 26. Отработка приемов массажа 27. Отработка приемов массажа		
	<b>Практические занятия</b>		
	91   13. Методика и техника выполнения различных приемов массажа	11	
	92   14. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	93   15. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	94   16. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	95   17. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	96   18. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	97   19. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	98   20. Методика и техника выполнения различных приемов массажа 21. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	100   22. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	101   23. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
	102   24. Методика и техника выполнения различных приемов массажа		
Тема 3.4 Формы массажа	<b>Содержание учебного материала.</b>	2	
	103   Общий массаж		
	104   Спортивный массаж		
	<b>Самостоятельная работа.</b> 28. Отработка приемов массажа и самомассажа 29. Отработка приемов массажа и самомассажа	2	
	<b>Практические занятия</b>	14	
	105   25. методика выполнения массажа: головы и шеи		
	106   26. методика выполнения массажа: верхних конечностей		
	107   27. методика выполнения массажа: нижних конечностей		
108   28. методика выполнения массажа: спины			



	109	29. методика выполнения массажа: спины		
	110	30. методика выполнения массажа: груди и живота		
	111	31. методика выполнения общего массажа		
	112	32. методика выполнения спортивного массажа		
	113	33. методика выполнения спортивного массажа		
	114	34. методика выполнения спортивного массажа		
	115	35. методика выполнения спортивного массажа		
	116	36. методика выполнения спортивного массажа		
	117	37. методика выполнения спортивного массажа		
	118	38. методика выполнения общего массажа в избранном виде спорта		
	<b>Дифференцированный зачет</b>			
	<b>Учебная практика</b>			
	<b>Виды работ:</b> Разработка планов- конспектов уроков легкой атлетики Проведение и анализ уроков легкой атлетики в учебной группе Подбор и проведение подвижных игр для занятий ИВС. Наблюдение и анализ организации занятий ЛФК в специальных медицинских группах		<b>72</b>	
	<b>Производственная практика</b>			
	<b>Виды работ:</b> Анализа оздоровительной тренировки с применением базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Проведение оздоровительной тренировки различными возрастными группами населения с применением базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности Ознакомление с базой практики, рабочей документацией Составление инструкции по технике безопасности проведения оздоровительных занятий по виду ФСД. Составление программы оздоровительной тренировки с применением базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности для различных возрастных групп населения Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся		<b>108</b>	
	<b>Всего</b>		<b>1184</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

- 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

## **4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация профессионального модуля предполагает наличие учебного кабинета «Методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности».

Спортивный комплекс:

- универсальный спортивный зал;
- зал ритмики и фитнеса;
- тренажерный зал;
- открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Оборудование кабинета:

- посадочных мест - 30;
- рабочее место преподавателя: письменный стол и стул, компьютерный стол с компьютером;
- доска с освещением;
- настенные стенды;
- таблицы, рисунки, графики по темам дисциплины;
- дидактические единицы с раздаточным материалом.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- принтер;
- плазменный телевизор SAMSUNG (экран 50 дюймов) с возможностью вывода на экран учебного материала в виде текстового материала с крупным шрифтом, рисунков, таблиц, графических изображений;

Практические занятия проводятся на спортивных базах по избранным видам спорта и универсальном спортивном комплексе (ФОК) Училище (техникум) олимпийского резерва.

### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Основные источники:

1. Блеер А.Н. Терминология спорта толковый словарь - справочник.-М.: Гриф МО РФ, 2017
2. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр. Учебник. 2017 г.
3. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике: Учебное пособие. 2017 г.
4. Макаров А.Н. Легкая атлетика: Учебник для студентов педагогических

институтов. – М., «Физическое воспитание», 2009. Гриф МО РФ.

5. Михайлов Н.Г. Методика обучения физической культуре. 2017 г.: Учебное пособие Аэробика

6. Шивринская С.Е. Теория и методика избранного вида спорта: Учебное пособие. 2017г.

7. Г.В. Янковский Легкая атлетика Теория и методика обучения базовым видам спорта :Учебник. 2017 г.

8. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2016.

9. Паутов Ю. С., Иванова В. Н. Физическое воспитание в оздоровительном лагере: учебное пособие Алт. гос. ун-т им. И.И. Ползунова. – Барнаул: Изд-во АлтГТУ, 2016. – 327 с.

10. Указ Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 « О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

11. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540 г. Москва «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»(ГТО)».

Дополнительные источники:

1. Аграновский М.А. Лыжный спорт: Учебник для вузов физической культуры. – М., ФиС 2006-215с.

2. Ангелевич А.З. Первые ракетки: Учебное пособие. –М., ФиС 2006-170с.

3. Бардин К.В. Азбука туризма: Учебное пособие.-М., «Просвещение» 2006-190с.

4. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование: Учебное пособие.-М., «Академия» 2006-245с.

5. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов: Методическое пособие – М., 2006-269с.

6. Гуревич И.А. Круговая тренировка по развитию физических качеств: Учебное пособие. –Минск, «Высшая школа» 2007-370с.

7. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учебное пособие. – М., ФиС 2008-260с.

8. Железняк Ю.Д., Минбулатов В.М. Теория и методика обучения физической культуре: Учебник для вузов физической культуры. – М., «Академия» 2006-348с.

9. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Ритмические упражнения, хореография и игры: Учебное пособие.- М., «Дрофа» 2007-230с.

10. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спорта: Учебное пособие.- М., ФиС 2006-120с.

11. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике: Учебное пособие по базовой

хореографии.- М., ФиС 2006-176с.

12. Монаков Г.В. Подготовка футболистов, теория и практика: Методическое пособие – М., 2006-285с.

13. Парфенов В.А., Платонов В.Н. Тренировка квалифицированных пловцов: Учебник для вузов физической культуры. –М., ФиС 2009-325с.

14. Портнов Ю.М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх: Учебное пособие. – М., ФиС 2006-200с.

15. Портнов Ю.М., Костикова Л.В. Основы подготовки квалифицированных баскетболистов: Учебное пособие. – М., ФиС 2008-410с.

16. Ромашин Г.Н. Подвижные игры: Методическое пособие.- Краснодар, 2009

17. Сиднева Л.В., Алексеева Е.П. Аэробика: Учебное пособие по базовой аэробике.- М., Федерация аэробики России 2007-48с.

18. Хоменков Л.С. Учебник тренера по легкой атлетике. – М., «Физкультура и спорт», 2006-479с.

19. Л.К. Караулова, Н.А.Красноперова, М.М.Расулов. Физиология физического воспитания и спорта Изд. Центр «Академия» 2014г.

20. Х.К. Холодов, В.С. Кузнецов «Теория и методика физической культуры и спорта» Издательский центр «Академия» 2014г.

21. И.К. Бреслав «Дыхание и мышечная активность человека в спорте» Издательство «Советский спорт» 2013г.

22. С.А. Полиевский «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» издательский центр «Академия»2014г.

Интернет- ресурсы:

1. <http://www.twirpx.com>– сайт литературы по физической культуре и спорту;

2. <http://orel.rsl.ru> – открытая русская электронная библиотека;

3. <http://www.nlr.ru> – Российская государственная библиотека;

4. <http://lib.sportedu.ru> – центральная отраслевая библиотека РГУФК.

5. <http://www.sportmedicine.ru/>

6. <http://sportmedi.ru>

### **4.3 Общие требования к организации образовательного процесса**

Организация образовательного процесса в образовательном учреждении осуществляется в соответствии с образовательными программами и расписаниями занятий.

Обязательным условием успешного обучения в рамках профессионального модуля: «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» является освоение учебной практики для получения

первичных профессиональных навыков в рамках профессионального модуля и реализуется поэтапно после освоения разделов модуля.

Реализация программы модуля предполагается обязательную производственную практику, которая проводится в конце освоения разделов модуля.

### **4.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Требования к квалификации педагогических (инженерно-педагогических) кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарному курсу (курсам): Все преподаватели, обеспечивающие обучение по профессиональному модулю ПМ.02 «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения», должны иметь высшее профессиональное образование, соответствующее профилю модуля. Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным, преподаватели должны проходить стажировку в профильных организациях не реже 1-го раза в 3 года.

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой.

Инженерно-педагогический состав: дипломированные специалисты-преподаватели междисциплинарных курсов, имеющие высшее образование.

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<p>ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.</p>	<p>Соответствие документов планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий нормативным документам, требованиям к структуре, содержанию и оформлению, реальным условиям проведения. Качество планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения с учётом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности</p>	<p>Текущий контроль: - оценки на практических занятиях; - оценки за выполнение практических заданий и работ; - оценки за выполнение контрольных работ по темам МДК; - оценки за выполнение заданий учебной практики; - тестирование; - выполнение рефератов; - оценки результатов самостоятельной подготовки; - экспертная оценка действий на производственной практике;</p>
<p>ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Вовлеченность населения в физкультурно-спортивную деятельность. Использование адекватных форм и методов вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом.</p>	<p>- положительная характеристика и аттестационный лист по производственной практике от организации; - выступление на конференции по итогам производственной практики.</p>
<p>ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p>	<p>Качество проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Соблюдение требований к организации и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Обоснование выбора приёмов страховки и самостраховки, техники безопасности при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности, при</p>	<p>Рубежный контроль: - итоговая оценка выполнения заданий текущего контроля разделов МДК 02.01; - зачет за выполнение заданий текущего контроля учебной практики разделов</p>

	<p>проведении физкультурно-массовых мероприятий. Наличие положительного отзыва от организации о проведении физкультурно-спортивного мероприятия. Качество отчетной документации по производственной практике.</p>	
<p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p>	<p>Адекватность и обоснованность выбора форм педагогического контроля в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий в процессе учебной и производственной практики; качество отчетной документации по врачебно-педагогическому контролю на производственной практике.</p>	
<p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<p>Обоснование подбора оборудования и инвентаря с учётом цели и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся: - для занятий базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами деятельности; - для физкультурно-спортивных мероприятий. Соблюдение требований к организации и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p>	
<p>ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<p>Качество документации (учебной, учётной, отчётной, сметно-финансовой), обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных



компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умение.

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Положительные отзывы по итогам производственной практики	Наблюдение за деятельностью обучающихся в процессе учебной и производственной практики; аттестационные листы по производственной практике; положительные характеристики руководителей производственной практики от предприятий- баз практики; конференции по результатам производственной практики
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Рациональное планирование организации учебной деятельности. Обоснованный выбор методов решения профессиональных задач в области физкультурно-спортивной деятельности. Своевременное и качественное выполнение заданий.	Наблюдение за деятельностью обучающихся в процессе учебной деятельности, учебной и производственной практики; - аттестационные листы и характеристики руководителей производственной практики от организаций
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Решение стандартных и нестандартных профессиональных задач, возникающих в профессиональной деятельности. Обоснованность изложения собственного мнения в процессе педагогического анализа занятий и ситуаций во время учебной и производственной практики.	Наблюдение за деятельностью обучающихся в процессе учебной и производственной практики; аттестационные листы по производственной практике; положительные отзывы руководителей производственной практики от организаций
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Обоснованный и эффективный поиск необходимой информации. Использование различных источников, включая электронные носители и Интернет	Оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы, заданий на учебной и производственной практике
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные	Выполнение и оформление учебных заданий и самостоятельной работы с	Оценка выполнения практических заданий по разделам

технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	использованием ИКТ	ПМ, самостоятельной работы, заданий по учебной и производственной практике
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	Взаимодействие с обучающимися, преподавателями, тренерами, методистами в ходе обучения и практики. Умение работать в команде. Участие в физкультурно-спортивных массовых мероприятиях.	Наблюдение за деятельностью обучающихся в учебной группе, в процессе учебной и производственной практики. Положительная характеристика по производственной практике.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	Проявление ответственности за качество организации физкультурно-спортивных мероприятий. Обоснованность выбора форм и методов организации деятельности занимающихся. Обоснованность выбора форм и методов контроля за деятельностью занимающихся. Достижение поставленной цели. Самоанализ и коррекция результатов собственной работы.	Наблюдение за деятельностью обучающихся на занятиях по разделам ПМ 02, в процессе учебной и производственной практики; оценка выполнения практических заданий на учебной и производственной практике; оценка содержания портфолио студента.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Уровень самостоятельности и творчества при выполнении учебных заданий	Оценка выполнения практических работ и заданий в процессе освоения разделов ПМ, самостоятельной работы, учебной и производственной практики
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Проявление интереса к инновациям в области физкультурно-спортивной деятельности. Использование инновационных технологий в профессиональной деятельности. Обоснованность выбора технологий с учетом обновления целей и содержания образования. Результативность достижения поставленных целей в процессе профессиональной деятельности.	Наблюдение за деятельностью студентов в процессе производственной практики. Экспертная оценка выполнения практических заданий на производственной практике.

<p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>Проявление ответственности за обеспечение охраны жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>Наблюдение за деятельностью обучающихся в процессе практических учебных занятий, учебной и производственной практики. Экспертная оценка выполнения практических заданий на учебной и производственной практике.</p>
---	--	--