

Департамент образования города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Институт среднего профессионального образования им. К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.8 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с
методикой преподавания

Специальность
49.02.01 Физическая культура

Москва
2020

1. **Наименование дисциплины:** ОП.8 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания.
2. **Цели и задачи освоения дисциплины:**

Цель: приобретение обучающимися знаний и навыков в сфере традиционных видов физкультурно-спортивной деятельности и ознакомление с новыми методиками осуществления профессиональной деятельности.

Задачи:

планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

3. **Место дисциплины в структуре ОП СПО:**

Дисциплина ОП.7 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания относится к обязательной части учебных циклов образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, является дисциплиной цикла общепрофессиональных дисциплин и изучается с третьего по восьмой семестр.

4. **Образовательные результаты, необходимые для освоения дисциплины**

Для освоения дисциплины обучающийся должен иметь знания и умения, полученные при освоении дисциплин общеобразовательного цикла образовательной программы среднего профессионального образования.

5. **Требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате изучения дисциплины обучающийся должен освоить:

Общие компетенции:

- 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 руководством, коллегами и социальными партнерами

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса

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, смены технологий

ОК.10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК.12 Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности

Трудовую функцию: Общепедагогическая функция. Обучение

Трудовые действия:

осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральным государственных образовательных стандартов дошкольного, начального, общего, основного общего, среднего общего образования;

планирование и проведение учебных занятий;

организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися;

систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению;

разработка и реализация программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы.

Профессиональные компетенции:

ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебные занятия

ПК 1.2.Проводить занятия по физической культуре

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения

ПК 1.4 Анализировать учебные занятия

ПК 1.5 Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре

Трудовую функцию: Воспитательная деятельность

Трудовые действия:

постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера;

реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.);

развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни;

определение и принятие четких правил поведения обучающимися в соответствии с уставом образовательной организации и правилами внутреннего распорядка образовательной организации;

реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.);

проектирование и реализация образовательных программ.

Профессиональные компетенции:

ПК 2.1 Определять цели и задачи планировать внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.2 Проводить внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.3 Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности

ПК 2.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся

ПК 2.5 Анализировать внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.6 Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности

Трудовую функцию: Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования

Трудовые действия:

определение на основе анализа учебной деятельности обучающегося оптимальных (в том или ином предметном образовательном контексте) способов его обучения и развития;

определение на основе анализа учебной деятельности обучающегося оптимальных (в том или ином предметном образовательном контексте) способов его обучения и развития;

формирование общекультурных компетенций и понимания места предмета в общей картине мира.

Профессиональные компетенции:

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

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

терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;

технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;

содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;

методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;

особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;

основы судейства по изученным базовым видам спорта;

разновидности спортивно-оздоровительных 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.

Уметь:

планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;

выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;

использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;

применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;

обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;

подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;

использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

6. Объем дисциплины по видам учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры					
		3	4	5	6	7	8
Контактная работа (всего)	742	108	176	136	180	126	
В том числе:							
Лекции, уроки	160	54	22		54	30	
Практические занятия, семинары	582	54	154	136	126	96	16
Лабораторные занятия							
В том числе в интерактивной форме							
Самостоятельная работа	303	57	72	62	72	38	2
Формы промежуточной аттестации	Диф.з. Экзамен	Иные	Диф.з.	Экз./1	Экз.	Иные	Диф.з.
Максимальная учебная нагрузка	1046	165	248	199	252	164	18

7. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

7.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции, уроки	Практические занятия, семинары	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	Всего/в том числе в интерактивной форме
1.	Раздел 1. Гимнастика с методикой преподавания	22	92		65	179/114
2.	Раздел 2. Легкая атлетика с методикой преподавания	22	92		60	174/114
3.	Раздел 3. Подвижные игры с методикой преподавания	22	58		40	120/80
4.	Раздел 4. Спортивные игры с методикой преподавания	30	84		61	175/114
5.	Раздел 3. Лыжная подготовка с методикой преподавания	16	52		13	81/68
6.	Раздел 2. Плавание с методикой преподавания	4	66		16	86/70
7.	Раздел 5. Туризм с методикой преподавания	14	58		20	92/72
8.	Раздел. 8. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания	30	80		28	138/110

7.2. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (элемента модуля)	Содержание раздела
1.	Раздел 1. Гимнастика с методикой преподавания	1. Теоретические основы гимнастики 1.1. Гимнастика в системе физического воспитания. Воспитательное и образовательное значение гимнастических упражнений. Эстетические требования к выполнению упражнений. Предмет и задачи гимнастики. 1.2. История развития и становления гимнастики. Методические особенности гимнастики. 1.3. Виды гимнастики. Гимнастическая терминология. Запись гимнастических упражнений 1.4. Методы и приёмы обучения упражнениям. 2. Основы гимнастических упражнений 2.1. Строевые упражнения. Задачи и последовательность обучения. 2.2. Упражнения для формирования осанки и их разновидности.

		2.3. Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. 2.4. Прикладные упражнения. Вольные упражнения. 2.5. Акробатические упражнения, их значение и последовательность обучения. 2.6. Лазание, перелезание, ползание. Оборудование и инвентарь. Особенности проведения упражнений. Место этих упражнений в физкультурно-оздоровительной работе с детьми. 2.7. Равновесие. Разновидности упражнений в равновесии. 2.8. Художественная и ритмическая гимнастики. Значение художественной гимнастики для разностороннего развития детей. 2.9. Упражнения на тренажёрах и нестандартном оборудовании. Виды тренажёров их назначение. Упражнения на тренажёрах в работе по физическому воспитанию детей. 3. Организация занятий по гимнастике 3.1. Планирование учебной работы по гимнастике. Контроль физического развития обучающихся на занятиях гимнастикой. 3.2. Методика тестирования и оценка уровня физической подготовленности обучающихся на занятиях гимнастикой. 3.3. Формы организации и методика проведения занятий по гимнастике в школе. Виды и характеристика соревнований по гимнастике. 3.4. Организация и проведение соревнований по гимнастике, основы судейства. 3.5. Спортивное оборудование и инвентарь для занятий гимнастикой: разновидности, особенности и требования к его использованию
2.	Раздел 2. Легкая атлетика с методикой преподавания	1. Теоретические основы лёгкой атлетики 1.1. Лёгкая атлетика в системе физического воспитания Предмет и задачи лёгкой атлетики. Виды лёгкой атлетики: классификация, происхождение и развитие. Основные этапы развития и становления лёгкой атлетики в России. Связь лёгкой атлетики с другими видами спорта 1.2. Основы техники спортивной ходьбы и бега Структура движений в ходьбе и беге (цикличность, фазы). Сходство и различия движений в ходьбе и беге. 1.3. Основы техники легкоатлетических прыжков и метаний. Фазы прыжков: прыжок в длину (разбег, толчок, полёт, приземление); прыжок в высоту (разбег, толчок, полёт, переход через планку, приземление). Метание: с места, с укороченного разбега, с разбега; метание различных предметов (мяч, набивной мяч) в цель, на дальность (различными способами). Техника безопасности при обучении метанию 1.4. Индивидуальный подход к занимающимся. Техника безопасности на занятиях 1.5. Судейство соревнований по легкой атлетике 2. Организация занятий по легкой атлетике 2.1. Планирование учебной работы по легкой атлетике. Контроль физического развития обучающихся на занятиях легкой атлетикой.

		2.2. Методика тестирования и оценка уровня физической подготовленности обучающихся на занятиях легкой атлетикой. 2.3. Формы организации и методика проведения занятий по легкой атлетике в школе
3.	Раздел 3. Подвижные игры с методикой преподавания	1 Основы организации подвижных игр 1.1. Возникновение и этапы развития подвижных игр. Классификация подвижных игр. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих. 1.2. Организация подвижных игр. Критерии выбора игры. Конспект игры, подготовка места проведения, инвентаря, разметка площадки. Организация играющих. Руководство процессом игры 1.3. Формы организации и методика проведения подвижных игр 1.4. Подвижные игры в учебной и внеклассной работе. Планирование учебной работы по подвижным играм. Контроль физического развития обучающихся на занятиях подвижными играми. Особенности проведения подвижных игр на переменах, в спортивных секциях, группах продленного дня. 1.5. Методика проведения подвижных игр в школе. Методика развития физических качеств средствами подвижных игр. Организация и проведение неклассификационных соревнований с использованием подвижных игр. 1.6. Спортивное оборудование и инвентарь для занятий подвижными играми: разновидности, особенности и требования к его использованию. Соблюдение техники безопасности и применение приемов страховки и самостраховки при проведении подвижных игр.
4.	Раздел 4. Спортивные игры с методикой преподавания	1. Основы организации спортивных игр Спортивные игры в системе физического воспитания. Основные понятия и терминология. Классификация спортивных игр. Закономерности формирования умений и навыков в спортивных играх. Характеристика средств и методов в спортивных играх 2. Формы организации и методика проведения занятий спортивными играми 2.1. Баскетбол История возникновения и основные этапы развития баскетбола. Классификация технических и тактических приемов баскетбола. Техника и методика обучения игре, приемам игры в нападении и защите. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в нападении и защите. Развитие физических качеств средствами баскетбола.

		2.2. Волейбол История возникновения и основные этапы развития волейбола. Классификация технических и тактических приемов волейбола. Техника и методика обучения игре, приемам игры в нападении и защите. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в нападении и защите. Развитие физических качеств средствами волейбола. 2.3. Гандбол История возникновения и основные этапы развития гандбола. Классификация технических и тактических приемов гандбола. Техника и методика обучения игре, приемам игры в нападении и защите. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в нападении и защите. Развитие физических качеств средствами гандбола. 2.4. Футбол История возникновения и основные этапы развития футбола. Классификация технических и тактических приемов футбола. Техника и методика обучения игре, приемам игры в нападении и защите. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в нападении и защите. Развитие физических качеств средствами футбола
5.	Раздел 5. Лыжная подготовка с методикой преподавания	1. Основы лыжной подготовки История возникновения и этапы развития лыжного спорта. Виды лыжного спорта и их краткая характеристика. Лыжный инвентарь и снаряжение (одежда и обувь), его выбор и хранение, уход за ним. Классификация и терминология способов передвижения на лыжах, их характеристика. Основы техники передвижения на лыжах: повороты на месте; строевые упражнения с лыжами и на лыжах; спуски, подъемы, торможение, повороты в движении; попеременные и одновременные классические ходы и коньковые ходы. Основные требования, предъявляемые к технике. Обучение технике одновременных и попеременных классических ходов. Способы перехода с одного хода на другой. Обучения технике коньковых ходов. Основы обучения горнолыжной технике. Методика развития физических качеств средствами лыжной подготовки. Соблюдение техники безопасности и применение приемов страховки и самостраховки на занятиях лыжной подготовкой. 2. Организация занятий по лыжной подготовке 2.1. Планирование учебной работы по лыжной подготовке. Контроль физического развития обучающихся на занятиях по лыжной подготовке. 2.2. Методика тестирования и оценка уровня физической подготовленности обучающихся на занятиях по лыжной подготовке. 2.3. Формы организации и методика проведения занятий по лыжной подготовке в школе. Виды и характеристика соревнований по лыжной подготовке. Организация и

		проведение соревнований по лыжной подготовке, основы судейства.
6.	Раздел 6. Плавание с методикой преподавания	1. Основы обучения плаванию История возникновения и этапы развития плавания. Основные понятия и термины. Классификация способов плавания. Правила и меры безопасности на занятиях плаванием. Техника плавания: факторы, определяющие технику, законы физики, цикличность движений. Техника обучения спортивным способам плавания. Адаптационные и имитационные упражнения. Техника и методика обучения способам прикладного плавания. Спасательные мероприятия, способы освобождения от захватов тонущего, оказания помощи пострадавшему. Методика развития физических качеств средствами плавания. 2. Организация занятий по плаванию 2.1. Планирование учебной работы по плаванию. Контроль физического развития обучающихся на занятиях плаванием. 2.2. Методика тестирования и оценка уровня физической подготовленности обучающихся на занятиях по плаванию. 2.3. Формы организации и методика проведения занятий по плаванию в школе. Виды и характеристика соревнований по плаванию. Организация и проведение соревнований по плаванию, основы судейства.
7.	Раздел 7. Туризм с методикой преподавания	1. Основы туристской подготовки История и этапы развития туризма в России. Виды туризма и их характеристика. Организация и подготовка похода. Личное, групповое и специальное туристическое снаряжение, требования к нему. Определение цели и района похода. Комплектование группы и распределение обязанностей в группе. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Организация питания в многодневных и походах выходного дня. Организация и проведение похода. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов в туристском походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий. Требования к месту привала и бивака, порядок работы по разворачиванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение, меры безопасности обращения с огнем. Техника и тактика движения на маршруте. Техника безопасности и оказание первой доврачебной помощи в походе. 2. Топография и ориентирование на местности Понятие топография, топографическая и спортивная карта. Виды масштабов. Группы условных топографических и спортивных знаков (УТЗ и УСЗ), стороны горизонта, понятие «азимут». Компас и его типы, устройство компаса, порядок действия с ним. Способы измерения расстояния на карте и на местности. Ориентирование по компасу и на местности. Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Правила организации и проведения туристических слетов и

		соревнований
8.	Раздел 8. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания	1. Основы техники выполнения упражнений аэробики История и этапы развития аэробики. Содержание комплексов упражнений основных шагов в сочетании с движениями рук. Техника и методика обучения двигательным действиям в аэробике. Методика развития физических качеств средствами аэробики. Организация и проведение соревнований по спортивной аэробике, основы судейства. Соблюдение техники безопасности и применение приемов самостраховки при выполнении упражнений. Спортивный инвентарь для занятий аэробикой: разновидности, особенности и требования к его использованию 2. Основы техники выполнения упражнений калланетики История и этапы развития калланетики. Содержание комплексов упражнений для развития силы мышц рук, ног и туловища. Техника и методика обучения двигательным действиям в калланетике. Соблюдение техники безопасности и применение приемов самостраховки при выполнении упражнений. Спортивный инвентарь для занятий калланетикой, разновидности, особенности и требования к его использованию. 3. Основы техники выполнения упражнений стретчинга История и этапы развития стретчинга. Виды стретчинга. Содержание комплексов упражнений на гибкость для различных мышечных групп. Техника и методика обучения двигательным действиям в стретчинге. Соблюдение техники безопасности и применение приемов самостраховки при выполнении упражнений. Спортивный инвентарь для занятий стретчингом. 4. Основы техники выполнения упражнений единоборств История возникновения различных стилей единоборств. Техника и методика обучения двигательным действиям в различных видах единоборств. Методика развития физических качеств средствами единоборств. Соблюдение техники безопасности и применение приемов страховки и самостраховки при выполнении упражнений. Спортивный инвентарь и оборудование для занятий единоборствами: разновидности, особенности и требования к его использованию

7.3. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Образовательные технологии (в том числе интерактивные)
1.	Раздел 1. Гимнастика с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, анализ техники двигательного действия
2.	Раздел 2. Легкая атлетика с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, анализ техники двигательного действия

3.	Раздел 3. Подвижные игры с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
4.	Раздел 4. Спортивные игры с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, анализ техники двигательного действия, круговая тренировка, тактические групповые и командные взаимодействия
5.	Раздел 3. Лыжная подготовка с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, анализ техники двигательного действия
6.	Раздел 2. Плавание с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, анализ техники двигательного действия
7.	Раздел 5. Туризм с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
8.	Раздел. 8. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач, анализ техники двигательного действия

7.4. Образовательные результаты обучающегося, формируемые в процессе освоения дисциплины

Наименование раздела дисциплины	Коды компетенций			
Раздел 1. Гимнастика с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел 2. Легкая атлетика с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел 3. Подвижные игры с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел 4. Спортивные игры с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел 3. Лыжная подготовка с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел 2. Плавание с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел 5. Туризм с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4
Раздел. 8. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания	ОК 1-12	ПК 1.1-1.5	ПК 2.1 – 2.6	ПК 3.1 -3.4

7.3. Образовательные технологии

№	Наименование раздела дисциплины	Образовательные технологии
---	---------------------------------	----------------------------

п/п		(в том числе интерактивные)
1.	Раздел 1. Гимнастика с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
2.	Раздел 2. Плавание с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
3.	Раздел 3. Лыжи с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
4.	Раздел 4. Легкая атлетика с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
5.	Раздел 5. Туризм с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
6.	Раздел 6. Спортивные игры с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
7.	Раздел 7. Подвижные игры с методикой тренировки	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач
8.	Раздел 8. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности	Проблемная лекция, лекция – диалог, проблемный семинар, деловая игра, решение ситуационных и контекстных задач

8. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Контроль качества освоения дисциплины включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся. Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине проводится в форме дифференцированного зачета.

Конкретный перечень типовых контрольных заданий и иных материалов для оценки результатов освоения дисциплины, а также описание показателей и критериев оценивания компетенций приведен в фонде оценочных средств по дисциплине.

9. Методические указания для обучающихся при освоении дисциплины

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных мероприятий обучающемуся рекомендуется регулярно изучать каждую тему дисциплины, активно участвуя в аудиторных занятиях и в ходе реализации различных форм самостоятельной индивидуальной работы.

При проведении учебных занятий по дисциплине используются следующие образовательные технологии (в том числе интерактивные):

Интерактивные формы проведения лекционных занятий

Проблемная лекция – форма проведения лекционного занятия, в ходе которой преподаватель в начале и по ходу изложения учебного материала создает проблемные ситуации и вовлекает обучающихся в их анализ. Проблемная ситуация может создаваться

при определении преподавателем проблемного вопроса или задания. При этом необходимо так организовать работу на проблемной лекции, чтобы обучающийся находился в социально активной позиции: высказывал свою позицию, задавал вопросы, находил ответы и высказывал предположения. При проведении лекций проблемного характера процесс познания обучаемых приближается к поисковой, исследовательской деятельности.

Лекция-диалог – предполагает передачу учебного содержания через серию вопросов, на которые обучающийся должен отвечать непосредственно в ходе лекции.

Интерактивные формы проведения практических занятий

Проблемный семинар. Особенностью такого семинара является наличие дискуссии. Заблаговременно, преподавателем ставится перед обучающимися проблемная ситуация, тема. Обучающиеся самостоятельно осуществляют подготовку к семинару, ведут поиск информации.

Деловая игра – одна из эффективных форм учебного процесса, направленная на развитие навыков применения теоретических и прикладных профессиональных знаний, а также практического профессионального опыта; способности выявлять и ставить проблемы профессионально-ориентированных задач и самостоятельно или в команде находить пути их решения; способности работать в коллективе, находить необходимые средства коммуникации и достижения коллективных целей.

Цель деловой игры – проявить имеющиеся знания, показать умение самостоятельно (автономно) или в команде пользоваться ими, получить навыки восприятия комплексных проблем и выработки подходов к их решению.

Для реализации деловой игры преподаватель использует реальные или специально сконструированные ситуации, изложенные в виде профессиональной/межпрофессиональной задачи. Правила игры должны быть модельными, то есть повторять с некоторыми упрощениями, не затрагивающими существо дела, те ограничения и возможности, которые для подобных задач существуют в реальной жизни.

В деловой игре все участники находятся в рамках одного общественного интереса или же различие их общественных интересов значения не имеет. Таким интересом является успешное решение поставленной задачи. Другими словами, в деловой игре играют в профессию и поэтому ее тема должна быть из области будущей профессиональной деятельности обучающихся.

Подготовка деловой игры требует от преподавателя следующих действий: продумать и сформулировать учебные цели; подобрать необходимое оборудование; подготовить раздаточный материал (техническое задание, технологическую карту, выдержки из документов, регламентирующих наиболее важные аспекты решения задачи и т. п.).

Решение ситуационных и контекстных задач. Задача – цель, заданная в конкретных условиях и требующая эффективного способа ее достижения. Учебные задачи можно классифицировать по разным основаниям. В частности, в соответствии с характером анализируемой ситуации можно выделить следующие задачи: выполняющие функции овладения методологией и теоретическими знаниями; выполняющие функцию формирования профессиональных компетенций; выполняющие функции овладения трудовыми действиями, нормами и правилами профессиональной деятельности.

Метод решения ситуационных задач состоит в том, что обучающиеся, ознакомившись с описанием проблемы, самостоятельно анализируют ситуацию, диагностируют проблему и представляют свои идеи и решения в дискуссии с другими обучаемыми. В зависимости от характера освещения материала используются ситуации-иллюстрации, ситуации-оценки и ситуации-упражнения.

Ситуация-иллюстрация включает в себе пример из профессиональной практики (как позитивный, так и негативный) и следует предложить способ ее решения.

Ситуация-оценка представляет собой описание ситуации и возможное решение в готовом виде: требуется только оценить, насколько оно правомерно и эффективно.

Ситуация-упражнение состоит в том, что конкретный эпизод профессиональной деятельности подготовлен так, чтобы его решение требовало каких-либо стандартных действий, например, заполнения форм, подготовки документов, использования нормативных документов и т.д.

Ситуационный анализ включает метод анализа конкретных ситуаций, кейс-метод, метод «инцидента»).

Самостоятельная работа обучающихся предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку обучающихся к каждому практическому занятию.

При изучении содержания дисциплины организация самостоятельной работы обучающихся должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

- 1) внеаудиторная самостоятельная работа;
- 2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;
- 3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

В процессе изучения дисциплины обучающимися предлагаются следующие виды самостоятельной работы:

– *подготовка к практическим занятиям.* Этот вид самостоятельной работы состоит из нескольких этапов: 1) повторение изученного материала. Для этого используются конспекты лекций, рекомендованная основная и дополнительная литература; 2) углубление знаний по теме. Необходимо имеющийся материал в лекциях, учебных пособиях дифференцировать в соответствии с пунктами плана практического занятия. Отдельно выписать неясные вопросы, термины. Лучше это делать на полях конспекта лекции или учебного пособия. Уточнение надо осуществить при помощи справочной литературы (словари, энциклопедические издания и т.д.); 3) составление развернутого плана выступления, или проведения расчетов, решения задач, упражнений и т.д.

– *работа с информационными компьютерными технологиями* предполагает разработку преподавателем заданий с использованием Интернет-технологий. Подобные задания для самостоятельной работы могут быть направлены на: 1) поиск и обработку информации; 2) на организацию взаимодействия в сети; 3) задания по созданию web-страниц; 4) выполнение проектов; 5) создание моделей.

– *задания на поиск и обработку информации* могут включать: написание реферата-обзора; рецензию на сайт по теме; анализ литературы и источников в сети на данную тему, их оценивание; написание своего варианта плана лекции; подготовку доклада; составление библиографического списка; ознакомление с профессиональными конференциями, анализ обсуждения актуальных проблем.

Написание рефератов и докладов. Реферат - это краткое изложение содержания научных трудов или литературных источников по определенной теме. Доклад - публичное сообщение, представляющее собой развернутое изложение определенной темы.

Реферат и доклад должны включать введение, главную часть и заключение. Во введении кратко излагается значение рассматриваемого вопроса в научном и учебном плане, применительно к теме занятия. Затем излагаются основные положения проблемы и делаются заключение и выводы. В конце работы дается подробный перечень литературных источников, которыми пользовался обучающийся при написании реферата или доклада.

– *работа с литературой.* Овладение методическими приемами работы с литературой одна из важнейших задач обучающегося.

Работа с литературой включает следующие этапы:

1. Предварительное знакомство с содержанием.
2. Углубленное изучение текста с преследованием следующих целей: усвоить основные положения; усвоить фактический материал; логическое обоснование главной мысли и выводов.
3. Составление плана прочитанного текста. Это необходимо тогда, когда работа не конспектируется, но отдельные положения могут пригодиться на занятиях, при выполнении курсовых, выпускных квалификационных работ, для участия в научных исследованиях.
4. Составление тезисов.

– задания на организацию взаимодействия в сети предполагают: обсуждение состоявшегося или предстоящего события, лекции; работа в списках рассылки; общение в синхронной телеконференции (чате) со специалистами или обучающимися других групп или вузов, изучающих данную тему; обсуждение возникающих проблем в отсроченной телеконференции; консультации с преподавателем и другими обучающимися через отсроченную телеконференцию; консультации со специалистами через электронную почту.

10. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Вид самостоятельной работы	Количество часов	Семестры					
		3	3	5	6	7	8
подготовка к практическим занятиям.	66	10	14	12	14	6	
работа с информационными компьютерными технологиями	68	10	14	12	14	8	
задания на поиск и обработку информации	68	10	14	12	14	8	
написание рефератов и докладов	68	10	14	12	14	8	
работа с литературой.	73	17	16	14	16	8	2
Всего:	303	57	72	62	72	38	2

11. Основная и дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины:

Основная литература:

1. Алхасов, Дмитрий Сергеевич.

Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам [Электронный ресурс] : учеб. для СПО / Алхасов, Дмитрий Сергеевич ; Д.С. Алхасов, С.Н. Амелин. - М. : Юрайт, 2018.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=465435&linkid=1465435>

<https://biblio-online.ru/book/prepodavanie-fizicheskoy-kultury-po-osnovnym-obshchego-obrazovatelnym-programmam-424776>

Дополнительная литература:

1. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения предмету "Физическая культура" : в 2 ч. [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО. Ч. 2 / Алхасов, Дмитрий Сергеевич ; Д.С. Алхасов. - М. : Юрайт, 2018.
<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=454839&linkid=1>

454839

<https://biblio-online.ru/book/AD9EAFFB-81E7-4CD8-A90C-8BB44AFF5E91/metodika-obucheniya-predmetu-fizicheskaya-kultura-v-2-ch-chast-2>

2. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения предмету "Физическая культура" : в 2 ч. [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО. Ч. 1 / Алхасов, Дмитрий Сергеевич ; Д.С. Алхасов. - М. : Юрайт, 2018.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=454825&linkid=1>

454825

<https://biblio-online.ru/viewer/9FEC2C38-4A02-4057-967B-921141A7C67C/metodika-obucheniya-predmetu-fizicheskaya-kultura-v-2-ch-chast-1#page/70>

3. Михайлов, Николай Георгиевич. Методика обучения физической культуре. Аэробика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО / Михайлов, Николай Георгиевич, Михайлова, Эльвира Ивановна, Деревлёва Елена Борисовна ; Н.Г. Михайлов, Э.И. Михайлова, Е.Б. Деревлёва. - М. : Юрайт, 2019.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=454902&linkid=1>

454902

<https://biblio-online.ru/book/7D7E3EFF-DCC3-4DB8-B8B4-F7FD52D1770D/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-aerobika>

4. Бурухин, Сергей Федорович. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО / Бурухин, Сергей Федорович ; С.Ф. Бурухин. - М. : Юрайт, 2018.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=454892&linkid=1>

454892

<https://biblio-online.ru/book/5582C698-90DB-4B44-9C96-C83D8ECB4228/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-gimnastika>

5. Готовцев, Евгений Владимирович. Методика обучения предмету «Физическая культура». Школьный спорт. Лапта [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО / Готовцев, Евгений Владимирович ; Е.В. Готовцев, Г.Н. Германов, И.В. Машошина. - М. : Юрайт, 2018.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=446299&linkid=1>

446299

<https://biblio-online.ru/book/54F1A5DE-841E-470F-A1F9-1C8BFB12543D/metodikaobucheniya-predmetu-fizicheskaya-kultura-shkolnyy-sport-lapta>

6. Германов, Геннадий Николаевич. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО / Г.Н. Германов, В.Г. Никитушкин, Е.Г. Цуканова. - М. : Юрайт, 2017.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=442420&linkid=1>

442420

<https://biblio-online.ru/book/FC84B8CA-A2DE-4B68-83FF-963AD1B8AFF9/metodika-obucheniya-predmetu-fizicheskaya-kultura-legkaya-atletika>

7. Жданкина, Елена Федоровна. Физическая культура. Лыжная подготовка [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО / Е.Ф. Жданкина, И.М. Добрынин. - М. : Юрайт, 2017.

<https://resources.mgpu.ru/showlibraryurl.php?docid=435003&linkid=1>

435003

<https://biblio-online.ru/book/1B577315-8F12-4B8D-AD42-6771A61E9611/fizicheskaya-kultura-lyzhnaya-podgotovka>

12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины:

www.edu-zone.net/show/59638.html

Базы данных, информационные справочные и поисковые системы:

www.informika.ru

www.mon.gov.ru

www.edu.ru

База?? диссертационных исследований Dissertation&Theses <http://www.sciencedirect.com>

Электронная библиотека РГБ <http://diss.rsl.ru>

<http://www.zdr.ru/>

<http://www.zdorovie.ru/>

?? <http://www.fizkultura-vsem.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/>

13. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочные системы

информационные технологии обработки графической информации; информационные технологии передачи данных и распространения информации; информационные технологии хранения данных; информационные технологии накопления данных. Сетевые (локальные, территориальные, проводные, беспроводные и др.) информационные технологии, информационные технологии групповой работы, гипертекстовые информационные технологии, мультимедийные информационные технологии, операционные системы семейства Windows, Office, браузеры (FireFox).

базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: доступ к базам РГБ, ГНБУ, ERIC (www.rsl.ru, www.gnpbu.ru), Министерства образования и науки Российской Федерации (www.informica.ru), научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>.

14. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета дисциплин цикла общепрофессиональных дисциплин, спортивного зала, зала ритмики и хореографии, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Кабинет должен быть оснащен в соответствии с требованиями ФГОС СПО:

- мебель для организации рабочего места учителя и организации рабочих мест обучающихся;
- секционные шкафы для размещения и хранения средств обучения;
- доска;
- персональный компьютер, принтер, телевизор;
- технические средства обучения, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Оборудование спортивного зала:

- гимнастические маты;
- гимнастические коврики;
- гимнастические скамейки;
- стойки для прыжков в высоту;
- гимнастическая стенка;
- гантели разного веса;
- мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, набивные;
- баскетбольное кольцо;
- волейбольная сетка;
- обручи плоскостные и круглые разного диаметра;
- скакалки;
- тренажеры сложного устройства и простейшего типа;
- гимнастические палки;
- гимнастические мячи и модули;
- гимнастическое бревно.