**ПРОГРАММа ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ СПО 050141 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

(УГЛУБЛЕННАЯ ПОДГОТОВКА)

2014 г.

Программа профессионального модуля Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования (далее – СПО)

# по специальности 050141 «Физическая культура»

Организация-разработчик: Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Смоленская академия профессионального образования»

Разработчик: ФГОУ СПО Брянский колледж физической культуры;

ФГОУ СПО «Брянское государственное училище (техникум) олимпийского резерва»;

СОГБОУ СПО «Колледж профессиональных технологий и спорта»;

Москалева И.Э. - преподаватель специальных дисциплин ОГБПОУ «Смоленская академия профессионального образования».

Леонова О.П. преподаватель специальных дисциплин ОГБПОУ «Смоленская академия профессионального образования».

Согласована с работодателями.

Утверждена Научно - методическим советом ОГБПОУ СмолАПО

Протокол № 01 от 09.09. 2014г.

Рассмотрена на заседании кафедры

Протокол № 01 от 04.09.2014г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.С. Туркина

# **Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Паспорт программы профессионального модуля | стр.    4 |
| 2. Результаты освоения профессионального модуля | 8 |
| 3. Структура и содержание профессионального модуля | 10 |
| 4. Условия реализации программы профессионального модуля | 23 |
| 5. Контроль и оценка результатов освоения профессионального модуля (вида профессиональной деятельности) | 31 |

**1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**Организация физкультурно-спортивной деятельности различных**

**групп населения**

**1.1. Область применения программы**

Программа профессионального модуля ПМ.02 **«Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения»** (далее - программа) – является частью основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО ***050141 «Физическая культура***»***и,*** вчасти освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

|  |  |
| --- | --- |
| **ПК 2.1.** | Определять цели и задачи физкульльтурно-спортивных занятий с учетом возрастных, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической подготовленности и состояния здоровья. |
| **ПК 2.2.** | Планировать учебный и тренировочный процессы. |
| **ПК 2.3.** | Подбирать средства и методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств. |
| **ПК 2.4.** | Совершенствовать технику двигательных действий, определять величину нагрузки, осуществлять текущий и этапный контроль за состоянием здоровья занимающихся. |
| **ПК 2.5.** | Формировать у занимающихся здоровый образ жизни, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом. |
| **ПК 2.6.** | Использовать средства и формы лечебной физической культуры и массажа при заболеваниях различных органов и систем организма. |
| **ПК 2.7.** | Организовывать и проводить соревнования различного уровня. |

Программа профессионального модуля используется в профессиональной подготовке педагогов по физической культуре и спорту при наличии среднего (полного) общего образования. Опыт работы не требуется.

**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;

- ведение 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, морфофункциональных 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, содержания, 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, функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требование к её 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 деформации 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. Рекомендуемое количество часов/зачетных единиц на освоение программы профессионального модуля ПМ 02:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 1353 часа/9 зачетных единиц, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 918 часов;

самостоятельной работы обучающегося – 453 часов;

учебной и производственной практики по профилю специальности – 360 часа.

**2. результаты освоения ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Код**  **компетенции** | **Наименование результата обучения** |
| ОК 1 | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес |
| ОК 2 | Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество |
| ОК 3 | Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. |
| ОК 4 | Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| ОК 5 | Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности. |
| ОК 6 | Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. |
| ОК 7 | Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственность 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 её целей, содержания и смены технологий. |
| ОК 10 | Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся. |
| 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. |
| ПК 2.7 | Разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой. |

**3. СТРУКТУРА и содержание профессионального модуля**

**3.1. Тематический план профессионального модуля**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Код**  **профессиональных компетенций** | **Наименования разделов профессионального модуля[[1]](#footnote-2)\*** | **Всего часов** | **Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)** | | | | | **Практика** | |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося** | | | **Самостоятельная работа обучающегося** | | **Учебная,**  часов | **Производственная**  **(по профилю специальности)**,\*\*  часов |
| **Всего,**  часов | **в т.ч. лабораторные работы и практические занятия,**  часов | **в т.ч., курсовая работа (проект),**  часов | **Всего,**  часов | **в т.ч., курсовая работа (проект),**  часов |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **ПК 2.1**  **ПК 2.2**  **ПК 2.3**  **ПК 2.4**  **ПК 2.5**  **ПК 2.6** | **Раздел 1.**  **Изучение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **МДК 02.01**  **Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки.** | **1064** | **732** | 574 | - | **332** | - | - | **252** |
| **МДК 02.02**  **Организация физкультурно-спортивной работы** | **122** | **76** | 30 | - | **46** | - | **72** | **-** |
| **ПК 2.7** | **Раздел 2.**  **Изучение методики применения лечебной физической культуры и массажа** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **МДК 02.03**  **Лечебная физическая культура** | **168** | **110** | 74 |  | **57** | 20 | **36** | - |
| **ПК 2.1 – 2.7** | **Учебная (производственная) практика** | 360 |  | | | | | | 252 |
| **Всего по ПМ 02** | | **1714** | **918** | **678** |  | **435** | **20** | **108** | **252** |
| **Всего по ПМ 02 с ПП 02.01** | |  |  |  |  |  |  |  |  |

***3.2. Содержание обучения по профессиональному модулю ПМ***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем** | | **Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)** | | | **Объем часов** | | **Уровень освоения** | |
| **1** | | **2** | | | **3** | | **4** | |
| **Раздел 1. Изучение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.** | | 1. **МДК 02.01…………………………………..732 час** 2. **МДК 02.02…………………………………...76 час** 3. **Учебная практика………………………….72 час** 4. **Производственная практика…………….252 час** 5. **Самостоятельная работа…………………378 час** | | | **1510** | |  | |
| **МДК.02.01. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки.** | | 1. **Легкая атлетика …………………………..206 час** 2. **Подвижные игры…………………………...20 час** 3. **Баскетбол……………………………………38 час** 4. **Волейбол……………………………………..38 час** 5. **Футбол………………………………………..34 час** 6. **Гандбол………………………………………24 час** 7. **Бадминтон…………………………………...20 час** 8. **Настольный теннис………………………...20 час** 9. **Гимнастика………………………………...194 час** 10. **Плавание…………………………………….54 час** 11. **Лыжный спорт……………………………...48 час** 12. **Туризм……………………………………….36 час** | | | **732** | |  | |
| **Тема 1.1**  **Легкая атлетика** | | **Содержание** | | | **22** | | **2** | |
| 1. | | Предмет и задачи курса. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Легкая атлетика как вид спорта. Классификация легкоатлетических упражнений. История возникновения и основные этапы развития легкой атлетики. Эволюция правил соревнований, техники, тактики, оборудования, инвентаря и снарядов в легкой атлетике. |  | |  | |
| 2. | | Основные понятия и терминология. Разрядные нормы и требования Единой спортивной классификации. Причины возникновения травм на занятиях легкой атлетикой. Требования к тренерскому, преподавательскому составу, занимающимся. |  | |  | |
| 3. | | Основы техники ходьбы и бега. Основы техники спортивной ходьбы и бега. Ходьба и бег как естественные способы передвижения человека. Сходство и различие между ходьбой и бегом. Периоды и фазы движений в цикле. |  | |  | |
| 4. | | Основы техники прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжка. Факторы, влияющие на высоту и дальность полета. Траектория общего центра тяжести тела прыгуна в полете. Характеристика различных способов прыжков в высоту и длину. |  | |  | |
| 5. | | Основы техники метаний. Виды легкоатлетических метаний. Особенности техники метаний (броском, толчком, с поворотом.) Фазы метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда. |  | |  | |
| 6. | | Общеразвивающие и специальные упражнения. Значение общеразвивающих и специальных упражнений для занятий легкой атлетикой. Место общеразвивающих и специальных упражнений в уроке легкой атлетики. Подбор упражнений и составление комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для разных видов легкой атлетики. |  | |  | |
| 7. | | Основы методики обучения легкой атлетике. Последовательность изучения видов бега, прыжков и метаний. Этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Структура урока легкой атлетики. Задачи и содержание частей  урока. |  | |  | |
| 8. | | Составление документов планирования. Значение и виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, программа, поурочный план на четверть, конспект урока. Поурочные плана на 1-ую, 4-ую четверти, конспекты урока. |  | |  | |
| 9. | | Планирование и учет работы по легкой атлетике. Основные виды учета: предварительный, текущий, итоговый. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Составление комплексов общеразвивающих упражнений. 2. Составление комплексов упражнений для развития силы. 3. Составление комплексов упражнений для развития быстроты. 4. Составление комплексов упражнений для развития выносливости. 5. Составление комплексов упражнений для развития ловкости и гибкости. 6. Составление комплексов специальных легкоатлетических упражнений. | | | **122** | |  | |
| 1. Спортивная ходьба. Особенности техники. Зависимость скорости передвижения от длины и частоты шагов. Движения таза вокруг вертикальной оси. Фаза передней опоры. Продвижение на выпрямленной опорной ноге. Положение туловища. Работа рук. Ходьба по равнинно пересеченной местности. Учет индивидуальных особенностей занимающихся при обучении. Типичные ошибки, их исправление. | | |
| 1. Бег на средние дистанции и по пересеченной местности. Зависимость скорости бега от длины и частоты шагов. Фазы отталкивания, полета, опоры. Положение туловища. Работа рук. Высокий старт и стартовый разгон. Бег по повороту. Финиширование. Особенности техники бега по пересеченной местности. Типичные ошибки, их исправление. Методика обучения технике: последовательность решения задач и основные средства обучения. Дыхание при беге на средние дистанции и по пересеченной местности. | | |
| 1. Бег на короткие дистанции. Зависимость скорости бега от длины и частоты шагов. Разновидности низкого старта и их характеристика. Стартовый разгон и его особенности. Бег по дистанции и динамика скорости. Положение туловища. | | |
| 1. Работа рук. Прямолинейность бега. Основные фазы бегового шага.Финиширование. Особенности техники бега по повороту. Особенности техники старта на повороте. Типичные ошибки, их исправление. | | |
| 1. Эстафетный бег. Виды эстафетного бега. Способы передачи эстафетной палочки. Положение бегуна на старте и в зоне разгона. Определение контрольной отметки в зависимости от скорости бегунов. Типичные ошибки, их исправление. Распределение участников по этапам. | | |
| 1. Барьерный бег. Бег с препятствиями. Дистанции барьерного бега. Особенности техники преодоления барьера (атака, переход через барьер, сход с барьера). Ритм бега между барьерами. Особенности техники старта. Основные средства обучения. Типичные ошибки, их исправление. | | |
| 1. Прыжки в высоту с разбега. Длина разбега. Особенности последних шагов разбега. Характеристика фазы отталкивания. Движения в фазе полета и приземления. Обувь для прыжков в высот. Типичные ошибки, их исправление. | | |
| 1. Прыжок с шестом. Длина разбега, ритм последних шагов. Отталкивание. Техника движений в полете. Приземление. Типичные ошибки. | | |
| 1. Прыжки в длину с разбега. Особенности разбега в тройном прыжке. Основные фазы в тройном прыжке:«скачок», «шаг», «прыжок». Типичные ошибки, их исправление. | | |
| 1. Метание малого мяча, гранаты, копья, диска, молота, толкание ядра. Способы держания снаряда. Характеристика фаз: разбега, обгона снаряда, финального усилия и сохранения равновесия. Типичные ошибки, их исправление. | | |
|  | | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - составления комплексов упражнений для развития различных физических качеств;  - составление анализа проведения урока легкой атлетики;  - выявление типичных ошибок при выполнении элементов двигательных действий в легкой атлетике;  - работа над выполнением контрольных нормативов по легкой атлетике.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. История развития легкой атлетики. 2. Основы методики обучения легкой атлетике. 3. Общеразвивающие и специальные упражнения. 4. Прыжок с шестом. 5. Метание копья. 6. Метание диска. 7. Метание молота. 8. Толкание ядра. 9. Спортивные сооружения, их эксплуатация. 10. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике. 11. Планирование и учет учебной и физкультурно-оздоровительной работы по легкой атлетике. 12. Организация и методика проведения занятий по легкой атлетике в общеобразовательной школе. | | | **86** | |  | |
| **Тема 1.2**  **Подвижные игры** | | **Содержание** | | | **6** | | **2** | |
| 1. | | Предмет и задачи курса. Предмет и задачи курса. Место и значение подвижных игр в системе физической культуры. Краткие исторические сведения. Основные понятия о подвижных играх. Классификация подвижных игр. Меры безопасности при занятиях подвижными и спортивными играми. Требования к местам занятий, к организации и проведению занятий. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения подвижным играм. Педагогическая характеристика подвижных игр. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы. Ознакомление с учебным материалом по подвижным играм в программах для общеобразовательной школы. Структура урока подвижных игр. Задачи и содержание частей урока. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Методика проведения подвижных игр в занятиях физической культурой. Подбор игр в зависимости от особенностей вида спорта, педагогических задач, контингента и условий проведения. Игры для воспитания различных физических качеств. Игры, способствующие овладения правильной техникой и тактикой изучаемых видов спорта (баскетбол, волейбол, футбол). 2. Составление документов планирования. 3. Учебная практика по проведению занятия по подвижным играм. | | | **14** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  -самостоятельное изучение правил построения занятия по физической культуре с применением подвижных игр и составления комплексов упражнений.  - написание карточек подвижных игр для учащихся разных возрастных групп.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика деятельности в подвижных играх. 2. Подвижные игры во внеурочных формах работы, игры на переменах, игры-аттракционы. 3. Игры в детских оздоровительных лагерях. | | | **10** | |  | |
| **Тема 1.3**  **Баскетбол** | | **Содержание** | | | **6** | | **2** | |
| 1. | | Основные понятия и терминология. Место и значение занятий баскетболом в системе физической культуры. Краткие исторические сведения. Инвентарь и оборудование. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения баскетболу. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы. Педагогическая характеристика баскетбола. Ознакомление с учебным материалом по баскетболу в программах для общеобразовательной школы. Структура урока баскетбола. Задачи и содержание частей урока. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Отработка техники игры в нападении   - Перемещения: стойки, ходьба, бег.  - Прыжки в высоту с места и в движении. Остановки шагом, прыжком. Повороты вперед, назад.  - Владение мячом: ловля мяча двумя руками, одной рукой на месте и в движении. Ловля мяча на различной высоте. Передача мяча: двумя руками от груди, сверху, снизу, одной рукой от плеча, сбоку, скрытые передачи. Передачи на месте, в движении, в прыжке. Передача с сопротивлением защитника.  - Броски: с места одной и двумя руками от груди, от плеча, от головы, в прыжке, в движении. Броски с сопротивлением. Добивание.  - Ведение мяча: на месте, в движении. Переменно правой, левой. Ведение с изменением направления, скорости и высоты отскока. Ведение с сопротивлением.  - Финты: без мяча, на прием мяча и рывок с мячом, на передачу, на бросок и для прохода. Заслоны и их характеристика.   1. Отработка техники игры в защите. Овладение мячом, противодействия: вырывания, выбивания мяча из рук и при ведении. Перехват: накрывание при бросках. Овладение мячом отскочившим от щита. 2. Отработка тактики игры в баскетбол. Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия с мячом и без мяча. Взаимодействие игроков. Командная тактика нападения. Тактика игры в защите. Индивидуальная тактика против игрока без мяча и с мячом. Групповая тактика - подстраховка, переключение, проскальзывание. Командная тактика - зонная защита, личная защита   (прессинг).   1. Сдача контрольных нормативов по баскетболу. 2. Учебная практика по проведению занятия баскетбола. | | | **32** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и  составления комплексов упражнений.  - написание конспекта урока по баскетболу.  - проведение части урока физической культуры в роли преподавателя в учебной  подгруппе.  - проведение занятия по баскетболу.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика баскетбола. 2. Инвентарь и оборудование в баскетболе. 3. Физическая и специальная подготовка баскетболиста. 4. Разделение игроков по функциям в баскетболе. 5. Организация и судейство соревнований по баскетболу. 6. Виды соревнований в баскетболе. | | | **19** | |  | |
| **Тема 1.4.**  **Волейбол** | | **Содержание** | | | **6** | | **2** | |
| 1. | | Основные понятия и терминология волейбола. Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения волейболу. Педагогическая характеристика волейбола. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Волейбол в программе физического воспитания общеобразовательной школы. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Отработка техники игры в нападении. Перемещения и стойки. Прыжки в высоту с места и в движении. Владение мячом: подача, прием, передача. Виды подачи мяча. Передача: снизу, сверху.   Передачи на месте, в движении, в прыжке. Нападающий удар.   1. Отработка техники игры в защите. Прием мяча. Блокирование. 2. Отработка тактики игры в волейбол. Тактика игры. Взаимодействие игроков. Тактика игры в защите. Индивидуальная тактика. Групповая тактика – подстраховка. 3. Сдача контрольных нормативов по волейболу. 4. Учебная практика по проведению занятия по волейболу. | | | **32** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока,  структура урока волейбола;  - задачи и содержание частей урока;  - написание конспекта урока по волейболу;  - проведение части урока физической культуры в роли преподавателя в учебной  подгруппе.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика волейбола. 2. Инвентарь и оборудование в волейболе. 3. Физическая и специальная подготовка волейболиста. 4. Разделение игроков по функциям в волейболе. 5. Организация и судейство соревнований по волейболу. 6. Виды соревнований в волейболе. | | | **19** | |  | |
| **Тема 1.5**  **Футбол** | | **Содержание** | | | **6** | | **2** | |
| 1. | | Основные понятия и терминология футбола. Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения футболу. Педагогическая характеристика футбола. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Футбол в программе физического воспитания общеобразовательной школы. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Отработка техники игры в нападении. Перемещения. Владение мячом. Удары. 2. Отработка техники игры в защите. Расположение защитников. Взаимодействие с голкипером. Действия при исполнении стандартов. 3. Отработка тактики игры футбол. Тактика игры. Взаимодействие игроков. Тактика игры в защите. Индивидуальная тактика. Групповая тактика. 4. Сдача контрольных нормативов по футболу. 5. Учебная практика по проведению занятия по футболу. | | | **28** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  **-** составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  - структура урока футбола;  - задачи и содержание частей урока.  - написание конспекта урока по футболу;  - проведение части урока физической культуры в роли преподавателя в учебной  подгруппе.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика футбола. 2. Инвентарь и оборудование в футболе. 3. Физическая и специальная подготовка футболиста. 4. Разделение игроков по функциям в футболе. 5. Организация и судейство соревнований по футболу. 6. Виды соревнований в футболе. | | | **17** | |  | |
| **Тема 1.6.**  **Гандбол** | | **Содержание** | | | **6** | | **2** | |
| 1. | | Основные понятия и терминология гандбола. Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения гандболу Педагогическая характеристика гандбола. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Ознакомление с учебным материалом по гандболу в программах для общеобразовательной школы. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Отработка техники игры в нападении. Техника перемещений. Техника владения мячом. 2. Отработка техники игры в защите. Защитные действия. Техника игры вратаря. 3. Отработка тактики игры в гандбол. Тактика игры. Взаимодействие игроков. Тактика игры в защите. Индивидуальная тактика. Групповая тактика. 4. Сдача контрольных нормативов по гандболу. 5. Учебная практика по проведению занятия по гандболу. | | | **14** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - оставление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  - структура урока гандбола;  - задачи и содержание частей урока.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика гандбола. 2. Инвентарь и оборудование в гандболе. 3. Физическая и специальная подготовка гандболиста. 4. Разделение игроков по функциям в гандболе. 5. 5. Организация и судейство соревнований по гандболу. | | | **12** | |  | |
| **Тема 1.7**  **Бадминтон** | | **Содержание** | | | **4** | | **2** | |
| 1. | | Основные понятия и терминология бадминтона. Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. Оздоровительное, образовательное и  воспитательное значение игры в бадминтон. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения бадминтону. Педагогическая характеристика бадминтона. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Ознакомление с учебным материалом по бадминтону в программах для общеобразовательной школы. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Отработка техники игры в нападении. Перемещения. Способы держания ракетки. Техника ударов. Техника подач. 2. Отработка техники игры в защите. Прием волана с подачи, с нападающего удара. 3. Отработка тактики игры в бадминтон. Тактика игры. Тактика одиночной игры, парной игры. 4. Сдача контрольных нормативов по бадминтону 5. Учебная практика по проведению занятия по бадминтону. | | | **16** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  - структура урока бадминтона;  - задачи и содержание частей урока.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика бадминтона. 2. Инвентарь и оборудование в бадминтоне. 3. Организация и судейство соревнований по бадминтону. | | | **10** | |  | |
| **Тема 1.8.**  **Настольный теннис** | | **Содержание** | | | **6** | | **2** | |
| 1. | | Основные понятия о настольном теннисе. Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. Оздоровительное, образовательное и  воспитательное значение игры в настольный теннис. |  | |  | |
| 2. | | Основы методики обучения настольному теннису. Педагогическая характеристика настольного тенниса. Ознакомление с учебным материалом по настольному теннису в программах для общеобразовательной школы. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Отработка техники игры. Способы держания ракетки. Стойки и перемещения. Удары и подачи. 2. Отработка тактических действий в настольном теннисе. Одиночная игра. Атакующий против атакующего. Атакующий против защитника. Защитник против атакующего. Защитник против защитника. Парные игры. 3. Сдача контрольных нормативов по настольному теннису 4. Учебная практика по проведению занятия по настольному теннису. | | | **14** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и  составления комплексов упражнений;  - составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  - структура урока настольного тенниса;  - задачи и содержание частей урока.  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. Общая характеристика настольного тенниса. 2. 2. Инвентарь и оборудование в настольном теннисе. 3. Техническая подготовка теннисистов. 4. Тактическая подготовка теннисистов. 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису. | | | **10** | |  | |
| **Тема 1.9.**  **Гимнастика** | | **Содержание** | | | **8** | | **2** | |
| 1. | | Предмет и задачи курса. Место и значение гимнастики в системе физической культуры и спорта.  Краткие исторические сведения. Классификация видов гимнастики. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение гимнастики. Меры безопасности при занятиях гимнастикой. Требования к местам занятий, к организации и проведению занятий. Страховка и самостраховка. |  | |  | |
| 2. | | Терминология гимнастики. Характеристика гимнастической терминологии. Правила гимнастической терминологии. Запись гимнастических упражнений. |  | |  | |
| 3. | | Основы техники упражнений на снарядах. Характеристика упражнений на снарядах. Статические и силовые упражнения. Маховые упражнения. Общие физические закономерности маховых движений. Меры предупреждения травм. |  | |  | |
| 4. | | Основы обучения гимнастическим упражнениям. Знания, умения, навыки и способности гимнастов. Обучение гимнастическим упражнениям. Методы, приемы и условия обучения гимнастическим упражнениям. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Выполнение упражнений гимнастического многоборья. Вольные упражнения. Упражнения на коне. Упражнения на кольцах. Опорные прыжки. Упражнения на брусьях. Упражнения на перекладине. Упражнения на брусьях разной высоты. Упражнения на гимнастическом бревне. 2. Выполнение вольных упражнений. Групповые, индивидуальные, спортивные вольные упражнения. Композиция вольных упражнений. Композиция спортивных вольных упражнений. 3. Выполнение упражнений на коне. Однонаправленные перемахи. Разнонаправленные перемахи. Однонаправленные круги. Разнонаправленные круги. Прямое скрещение. Обратное скрещение. Круги двумя. Соскоки. 4. Выполнение упражнений на кольцах. Вис. Висы смешанные. Висы простые. Вис на согнутых руках. Вис сзади. Вис согнувшись. Вис прогнувшись. Вис углом. Горизонтальный вис сзади. Горизонтальный вис спереди. Упоры. Размахивание. Выкрут. Подъем махом вперед, назад. Оборот. Подъем силой. Соскок. 5. Выполнение опорных прыжков. Виды прыжков. Разбег. Наскок на мостик и отталкивание. Полет до толчка руками. Толчок руками. Полет после толчка руками. Приземление. Прыжки через коня. 6. Выполнение упражнений на брусьях. Висы. Упоры. Стойки. Кувырки. Размахивания. Соскоки. Подъемы. Выполнение упражнений на гимнастическом бревне. Вскоки. Передвижения. Виды ходьбы и бега. Подскоки. Танцевальные шаги. Повороты. Прыжки. Статические упражнения. Акробатические упражнения. Соскоки. Выполнение упражнений на брусьях разной высоты. Упражнения на нижней и верхней жерди. 7. Выполнение упражнений на перекладине. Висы. Упоры. Подъем переворотом в упор. Подъем разгибом. Повороты. Обороты. Размахивание. Соскоки. 8. Оздоровительная гимнастика и методика обучения гимнастическим упражнениям. 9. Сдача контрольных нормативов по гимнастике. 10. Учебная практика по проведению занятия по гимнастике. | | | **186** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  -самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов упражнений;  - составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:   1. История развития гимнастики. 2. Основы методики обучения гимнастики. 3. Залы и оборудование для занятий Характеристика женского многоборья. 4. Характеристика мужского многоборья. 5. Вольные упражнения. 6. Упражнения на коне. 7. Упражнения на кольцах. 8. Опорные прыжки. 9. Упражнения на брусьях. 10. Упражнения на перекладине. 11. Упражнения на брусьях разной высоты. 12. Упражнения на гимнастическом бревне. 13. Планирование и учет учебной и физкультурно-оздоровительной работы по гимнастике. | | | **80** | |  | |
| **Тема 1.10.**  **Плавание** | | **Содержание:** | | | **8** | | **2** | |
| 1. | | Предмет и задачи курса. Характеристика плавания, специфические признаки. Плавание как средство физического воспитания. Основные понятия и термины в теории и методике плавания. |  | |  | |
| 2. | | Плавание как вид спорта и средство физического воспитания. Из истории возникновения: плавание в России, развитие отечественного плавания. Ознакомление с учебным материалом по плаванию в программах для общеобразовательной школы. |  | |  | |
| 3. | | Спортивное плавание. Классификация способов плавания: способом кроль на груди, кроль на спине, брасс, дельфин, техника стартов и поворотов. Техника плавания способом на боку, брасс на спине, ныряния, погружения в воду с поверхности, передвижения под водой, помощь тонущему, оказание первой помощи пострадавшему. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Обучение плаванию. Обучение дошкольников, школьников, спортивная тренировка в плавании, начальное обучение плаванию, изучение техники спортивных способов плавания. 2. Организация обучения и тренировки в плавании. Организация обучения плаванию в дошкольных учреждениях, в общеобразовательной школе, в ДЮСШ, занятие плаванием и водные процедуры в группах здоровья. 3. Сдача контрольных нормативов по плаванию. 4. Учебная практика по проведению занятия по плаванию. | | | **46** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов упражнений;  - составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  - структура урока плавания;  - задачи и содержание частей урока.  Примерная тематика контрольных работ:   1. Средства спортивной тренировки в плавании. 2. Методы спортивной тренировки в плавании. | | | **27** | |  | |
| **Тема 1.11.**  **Лыжный спорт** | | **Содержание** | | | **4** | | **2** | |
| 1. | | Предмет и задачи курса. Зарождение, развитие и общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта: лыжные гонки; прыжки на лыжах с трамплина; лыжное двоеборье; горные лыжи; биатлон; фристайл; сноуборд. Лыжный инвентарь; обувь и одежда лыжника; подготовка лыж. |  | |  | |
| 2. | | Особенности обучения основам техники передвижения на лыжах. Этапы, методика и принципы обучения; специфические требования к подготовке мест занятий и организации обучения. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Основы методики обучения технике передвижения на лыжах. 2. Обучение технике передвижения на лыжах. 3. Обучение преодолению спусков, подъемов и неровностей. 4. Обучение способам торможений и поворотов. 5. Сдача контрольных нормативов по лыжному спорту. 6. Учебная практика по проведению занятия по лыжному спорту. | | | **44** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и  составления комплексов упражнений;  - составление документов планирования: поурочные плана, конспекты урока;  - структура урока настольного тенниса;  - задачи и содержание частей урока.  Примерная тематика контрольных работ:   1. Средства спортивной тренировки в лыжном спорте. 2. Методы спортивной тренировки в лыжном спорте. 3. Типичные ошибки при обучении классическим и коньковым лыжным ходам. | | | **24** | |  | |
| **Тема 1.12.**  **Туризм** | | **Содержание** | | | **8** | | **2** | |
| 1. | | Основы туристской подготовки. Туризм как средство физического воспитания. История развития туризма. Туристическое снаряжение. Организация питания в походе. Правила техники безопасности при проведении туристических мероприятий. |  | |  | |
| 2. | | Топография и ориентирование. Элементы топографии и ориентирование на местности. Овладение  техническими и тактическими навыками в ориентировании на местности. Определение азимута и расстояния по карте. Определение точки стояния на местности. |  | |  | |
| 3. | | Организация и проведение походов, туристических слетов и соревнований. Особенности эксплуатации туристского снаряжения и организации питания в походе. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Обучение вязке узлов. 2. Отработка техники пешеходного туризма. Спортивное ориентирование. 3. Сдача контрольных нормативов:   - спортивное ориентирование;  - участие в туристическом походе. | | | **28** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и  составления комплексов упражнений;  - выполнение заданий по вязке узлов;  - выполнение заданий по отработке техники пешеходного туризма.  Примерная тематика контрольных работ:   1. Средства и методы тренировки в спортивном ориентировании. 2. Организация туристического слета школьников. | | | **18** | |  | |
| **МДК 02.02 Организация физкультурно-спортивной работы.** | | 1. **Аудиторные занятия………………………76 час** 2. **Учебная практика…………………………36 час** | | | **112** | |  | |
| **Тема 2.1. Физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами занимающихся.** | | **Содержание** | | | **46** | |  | |
| 1. | | Предмет и задачи курса. Сущность физкультурно-спортивной деятельности. Понятия «физкультурно-спортивная деятельность», «физическая культура». Определения понятий: «социальная интеграция», «образ жизни». Значение физкультурно-спортивной деятельности. |  | |  | |
| 2. | | Особенности развития организма занимающихся различных возрастных групп. Цель физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в дошкольном, школьном, молодом, зрелом и пожилом возрастах. |  | |  | |
| 3. | | Планирование физкультурно-спортивных мероприятий. Требования к планированию и проведению мероприятий. Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Личностно-ориентированный подход к организации физкультурных занятий. Цель физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в физическом воспитании. |  | |  | |
| 4. | | Документация, обеспечивающая организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий. Основная документация организаций занимающихся проведением физкультурно-спортивных мероприятий. Виды документации и требования к ее оформлению. |  | |  | |
| 5. | | Организация физкультурно-спортивной работы в дошкольных учреждениях, общеобразовательной школе, детско-юношеской спортивной школе. |  | |  | |
| 6. | | Формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Урочные формы физической культуры. Система образовательных учреждений, в которых используются урочные формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Неурочные формы организации ФК, их соответствие целям основных компонентов ФК. Система государственных и негосударственных учреждений, в которых используются неурочные формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. |  | |  | |
| 7. | | Методы формирования знаний. Словесные методы (вербальной, невербальной передачи информации, сопряженной и идеомоторной речи). Особенности их использования с занимающимися. Наглядные методы. Их специфический характер использования с занимающимися. |  | |  | |
| 8. | | Методы обучения двигательным действиям. Обучение целостное и по частям, значение подводящих и имитационных упражнений. Использование специальных тренажерных устройств при обучении двигательным действиям. |  | |  | |
| 9. | | Методы развития физических качеств и способностей. Особенности использования методов развития физических качеств: вариативность упражнений, оптимальность, возрастная адекватность. Методы развития скоростных, силовых способностей, гибкости, выносливости. |  | |  | |
| 10. | | Коррекционно-развивающие игры. Подвижная игра как способ воздействия на развитие физических способностей, личностных и психических качеств занимающихся. Классификация подвижных игр. |  | |  | |
| 11. | | Методы воспитания личности на занятиях физической культуры. Педагогического воздействия: особенности применения методов педагогической оценки (одобрение, похвала, «аванс», замечание). Нетрадиционные методы педагогической оценки («Я-сообщение», «Ты-сообщение», логическое последствие обстоятельств, возложение оценочных полномочий на ребенка, оттянутая во времени оценка). Методы организации взаимодействия педагога и занимающихся (индивидуальные, индивидуально-групповые и малогрупповые). |  | |  | |
| 12. | | Физкультурно-оздоровительные занятия в системе специального образования. Дифференцированный подход к комплектованию групп занимающихся. Программные требования к количеству учебного времени и содержанию уроков и занятий физической культурой с различными возрастными категориями занимающихся в дошкольных, школьных и профессиональных специальных образовательных учреждениях. Требования к проведению уроков и занятий. |  | |  | |
| 13. | | Физкультурно-оздоровительные занятия в системе массового образования. Требования к содержанию и проведению уроков физической культуры для учащихся, школы различных возрастов. |  | |  | |
| 14. | | Физкультурно-оздоровительные занятия физической рекреации. Классификация форм физкультурно-оздоровительных занятий по месту применения: в условиях быта и семьи (гигиеническая гимнастика, закаливание, подвижные игры), в условиях учебной и трудовой деятельности (физминутки, гигиеническая гимнастика до начала учебного дня, производственная гимнастика), в условиях досуга и активного отдыха (деятельность физкультурно-спортивных клубов, рекреационных парков, центров проведения спортивных праздников, летних и зимних оздоровительных лагерей, учреждений дополнительного образования детей). Общая характеристика средств, используемых в физической рекреации: физические упражнения из различных видов спорта, элементы лечебной гимнастики и др. Требования к подбору рекреационных упражнения и условиям их проведения. |  | |  | |
| 15. | | Нетрадиционные средства физкультурно-оздоровительных занятий. Дыхательные упражнения, особенности их применения на физкультурно-оздоровительных занятиях. Гимнастика для глаз. Использование специальных релаксационных упражнений для глаз для всех возрастных групп школьников. |  | |  | |
| 16. | | Дополнительное образование в области физической культуры. Направленность дополнительного образования на занятия с занимающимися различных возрастов. Формы включения дополнительного образования в различные сферы социальной жизни: образование, здравоохранение, социальное обеспечение, ФК и С. Содержание деятельности детско-юношеских спортивных школ. Содержание дополнительного образования. |  | |  | |
| 17. | | Планирование физкультурно-оздоровительных занятий. Понятие планирования работы по физическому воспитанию в образовательном учреждении. Сроки планирования. Требования к планированию. Характеристика основных документов планирования (учебный план, учебная программа, план-график, рабочий (тематический) план, расписание занятий, планы-конспекты занятий). Планирование рекреационных занятий в режиме учебного дня: гимнастика до учебных занятий, физкультурные минутки, физкультурные паузы, дополнительные занятия во второй половине учебного дня. |  | |  | |
| 18. | | Педагогический контроль на физкультурно-оздоровительных занятиях. Понятие педагогического контроля. Функциональное назначение предварительного, оперативного, текущего, этапного, итогового контроля. Методы контроля (педагогическое наблюдение, опросы, прием учебных нормативов, тестирование). Хронометрирование занятий. Методика определения динамики физической нагрузки. |  | |  | |
| 19. | | Требования к физкультурно-спортивным сооружениям. Спортивные сооружения для занятий физической культурой и спортом. Классификация с позиции функционального назначения. Основные размеры, планировочные решения, оснащение основными и вспомогательными помещениями спортивных залов, стадионов, плавательных бассейнов, игровых площадок. Обеспечение доступности и безопасности пользования помещениями физкультурно-спортивного сооружения. |  | |  | |
| 20. | | Требования к использованию физкультурного оборудования и инвентаря. Требования к использованию занимающимися физкультурного оборудования и инвентаря (мячи, гимнастические стенки, обручи, палки, гимнастические снаряды и т.д.). Требования к зимнему инвентарю и занятиям на воздухе. Требования к открытым спортсооружениям и занятиям на них. Требования к использованию занимающимися специального физкультурного оборудования и инвентаря (тренажеры). |  | |  | |
| 21. | | Организация и управление спортом в РФ. Направления современного спорта: Олимпийские виды спорта, Паралимпийский и Сурдлимпийский спорт. Органы управления физкультурно-спортивным движением. Деятельность Министерства спорта РФ. |  | |  | |
| 22. | | Классификация лиц, занимающихся физультурно-спортивной деятельностью. Спортивно-функциональная классификация (модель соревновательной деятельности). Основные группы лиц, занимающиеся спортом. Спортсмены-любители и профессионалы. |  | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Разработка модели двигательного режима дошкольников, школьников, молодежи, людей среднего возраста, людей зрелого и пожилого возраста. 2. Разработка схемы «Особенности обучения двигательным действиям». 3. Подбор методов развития координации, использование которых направлено на развитие способности к дифференцированию временных, пространственных динамических и ритмических параметров движения. 4. Разработка требований к организации и проведению подвижных игр: выбор атрибутов и организации места проведения игры, дозирования нагрузки, руководство игрой. 5. Составление годового плана-графика, рабочего четвертного плана на основе учебной программы по физическому воспитанию для общеобразовательной школы. 6. Проведение хронометрирования физкультурного занятия;   - анализ плотности занятия;  - проведение пульсометрии, анализ двигательной активности занимающихся.   1. Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях и соревнованиях;   - оформление документации по технике безопасности.   1. Изучение Единого календарного плана всероссийский и международных спортивных мероприятий на текущий год. 2. Составление Единого календарного плана физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий для города. 3. Составление положения о спортивном соревновании. Составление сценария спортивного соревнования, церемонии открытия, закрытия и награждения. | | | **30** | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ:**  - систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы;  - подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ;  - самостоятельное изучение особенностей проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;  - разработка сценария классного часа на тему «Формирование здорового образа жизни». | | | **46** | |  | |
| **Учебная практика:**  Знакомство с основной учетной документаций организаций, занимающихся проведением физкультурно-спортивных мероприятий:  - комитета по физической культуре и спорту;  - ДЮСШ;  - коллектива физической культуры;  - дошкольных учреждений;  - общеобразовательной школы. | | | **72** | |  | |
| **Производственная практика (педагогическая):**  **Виды работ:**   1. Закрепление и усовершенствование совокупности профессионально-педагогических умений и навыков преподавателя физической культуры. 2. Расширение, закрепление и усовершенствование умения самостоятельного, творческого решения основных задач физического воспитания в единстве с решением задач трудового, нравственного и эстетического воспитания. 3. Воспитание высокой гражданской и профессиональной ответственности за качество обучения и воспитания. 4. Самостоятельно планирование учебно-воспитательного процесса по предмету и физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся с учётом конкретных условий учебного заведения (традиции, материальная база, подготовленность учащихся и т.п.). 5. Овладение организационными умениями и навыками, необходимыми в подготовке и проведении урока. 6. Умение подготовить места занятий, необходимый инвентарь и оборудование в соответствии с задачами, содержанием и методикой урока. 7. Обучение приемам целесообразного расположения учащихся при решении различных задач в процессе урока. 8. Обучение целесообразно организовывать учащихся для обеспечения запланированной моторной плотности урока, управлять классом, добиваясь высокой активности занимающихся. 9. Умение применять на практике различные методы организации учащихся на уроке, методы групповых и индивидуальных заданий, круговую тренировку. 10. Умение осуществлять педагогический контроль за занимающимися, проводить текущий учёт успеваемости. 11. Обучение умению правильно выбирать место для руководства уроком, чётко, правильно командовать и давать распоряжения. 12. Приобретение умения работать в контакте с учителями и товарищами по бригаде. 13. Изучить документы планирования и учёта: учебного процесса по предмету «Физическая культура», физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продлённого дня, внеклассным формам занятий. 14. Разработать календарно-тематический план учебной работы на весь период практики для одного из прикреплённых классов. 15. Самостоятельно преподавать предмет в начальных, средних и старших классах, проводить уроки разного типа, обеспечивая общие знания, формирование двигательных умений и навыков в соответствии с программой, воспитание физических качеств, обучение умениям самостоятельно заниматься физическими упражнениями. 16. Изучить опыт преподавания предмета преподавателей физической культуры и товарищей по бригаде и использовать его в своей практической деятельности. 17. Изучить и проанализировать опыт работы со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья. 18. Разработать комплексы заданий для самостоятельного выполнения физических упражнений и ввести их в практику работы со школьниками прикреплённых классов. 19. Участвовать в практической работе по организационному укреплению одной из школьных спортивных секций, выполняя обязанности тренера. Разработать планы – конспекты и самостоятельно провести не менее 10 занятий в прикреплённой секции. 20. Посещение уроков по общеобразовательным предметам в прикрепленных классах (не менее трех); 21. Посещение уроков, проводимые учителем физической культуры с последующим их обсуждением (не менее трех); 22. Посещение уроков в роли помощника учителя (не менее трех); 23. Самостоятельное проведение предмета в начальных, средних и старших классах (не менее 10 уроков); 24. Посещение уроков, проводимых другими студентами – практикантами с целью педагогического наблюдения (в течение всего периода практики); 25. Проведение контрольных уроков; 26. Ознакомление с организацией занятий учащихся, отнесенных в специальные медицинские группы. | | | | | **252** | |  | |
| **Раздел 2. Изучение методики применения лечебной физической культуры и массажа** | | 1. **МДК 02.03 ……………………….110 час** 2. **Учебная практика ……………….36 час** 3. **Самостоятельная работа ……….57 час в т.ч. 20 час курсовая работа** | | | **225** | |  | |
| **МДК 02.03 Лечебная физическая культура и массаж** | | 1. **Аудиторные занятия ……………110 час** 2. **Учебная практика ………………. 36 час** | | | **146** | |  | |
| **Тема 2.1.**  **Общие основы лечебной физкультуры** | | **Содержание** | | | 4 | | 2 | |
| 1. | | Особенности ЛФК как лечебного метода. ЛФК в комплексном лечении заболеваний и травм. Средства и формы ЛФК. | |  | |  | |
| 2. | | Гимнастические упражнения, спортивно-прикладные упражнения, подвижные игры, упражнения в воде, упражнения на тренажерах. | |  | |
| 3. | | Классификация физических упражнений в лечебной физкультуре. Показания и противопоказания для назначения ЛФК. Дозировка и критерии величины нагрузки в ЛФК | |  | |
| **Практическое занятие:** | | | 8 | |  | |
| Составление комплексов физических упражнений с учетом показаний и противопоказаний для назначения ЛФК. Дозировка и критерии величины нашрузки. | | |
| **Тема 2.2.**  **Техника безопасности на занятиях по ЛФК и массажу** | | **Содержание** | | | 2 | | 2 | |
| 1. | | Гигиенические требования к инвентарю: одежде, обуви, температурный режим на занятиях ЛФК и массажу, освещение. |  | |  | |
| 2. | | Выполнение рекомендаций о допуске врача к выполнению физической нагрузки и массажу. Страховка, поддержка при выполнении физических упражнений. |  | |
| **Практические занятия:**   1. Организация и формы контроля за соблюдением требований по технике безопасности к инвентарю и оборудованию. 2. Составление рекомендаций к выполнению физической нагрузки и массажу | | | 8 | |  | |
| **Тема 2.3.**  **Лечебная физическая культура при заболевании сердечно-сосудистой системы** | | **Содержание** | | | 4 | | 2 | |
| 1. | Роль сердечно-сосудистой патологии в заболевании, инвалидности и смертности населения. | | |  | |  | |
| 2. | Краткая характеристика основных заболеваний сердца и сосудов. | | |  | |
| 3. | «Факторы риска» в развитии ишемической болезни | | |  | |
| **Практические занятия:**  Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при заболевании сердечно-сосудистой системы | | | 6 | |  | |
| **Тема 2.4.**  **Лечебная физическая культура при заболевании внутренних органов** | | **Содержание** | | | 4 | | 2 | |
| 1. | Печеночно-болевой синдром. ЛФК при заболевании печени и желчевыводящих путей. | |  | |  | |
| 2. | ЛФК при заболевании желудочно-кишечного тракта (гастриты, дискинезия, колиты) | |  | |  | |
| **Практические занятия:**  Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при заболевании внутренних органов | | | 4 | |  | |
| **Тема 2.5.**  **Лечебная физическая культура при заболевании органов дыхания** | | **Содержание** | | | 4 | | 2 | |
| 1. | Краткая характеристика заболеваний органов дыхания. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболевании органов дыхания и общие принципы методики ЛФК. | |  | |  | |
| **Практические занятия:**  Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при заболевании органов дыхания | | | 6 | |  | |
| **Тема 2.5.**  **Лечебная физическая культура при заболевании опорно-двигательного аппарата** | | **Содержание** | | | 6 | | 2 | |
| 1. | Характеристика заболеваний суставов воспалительного и дегенеративного характера. Заболевания суставов и околосуставных тканей у занимающихся спортом. | |  | |  | |
| 2. | Механизм лечебного действия и задачи физических упражнений при заболеваниях суставов в различные периоды заболеваний. | |  | |  | |
| 3. | Виды физических упражнений при заболевании суставов, упражнения с разгрузкой суставов, на растяжение, лечебное плавание, сочетание упражнений, массажа, компрессов, согревающих процедур, магнитотерапии, растирок | |  | |  | |
| **Практические занятия:**  Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при заболевании опорно-двигательного аппарата. | | | 6 | |  | |
| **Тема 2.6.**  **Лечебная физическая культура при нервных болезнях** | | **Содержание** | | | 2 | |
| 1. | Характеристика заболеваний инсульт, ДЦП, вегето-сосудистая дистония. | |  | |  | |
| 2. | Виды физических упражнений при нервных заболеваниях. | |  | |  | |
| **Практические занятия:**  Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при нервных заболеваниях. | | | 6 | |  | |
| **Тема 2.7.**  **Особенности ЛФК у различных возрастных групп.** | | **Содержание** | | | 4 | | 2 | |
| 1. | ЛФК при нарушении осанки у детей и подростков. | |  | |  | |
| 2. | Характеристика нарушений осанки: сколиозы, этиология, формы, степени, диагностика сколиозов; компенсированные и некомпенсированные сколиозы, изменения во внутренних органах и нервно-мышечной системе при сколиозах. | |  | |  | |
| 3. | Содержание и организация двигательного режима детей со скалиозом. | |  | |  | |
| 4. | Содержание и организация двигательного режима детей со скалиозом. | |  | |  | |
| 5. | Методика разгрузки позвоночника; методика коррекции позвоночника. | |  | |  | |
| 6. | Плоскостопие, косалапость. | |  | |
| 7. | Особенности ЛФК у людей пожилого возраста. | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при нарушении осанки у детей и подростков. 2. Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при нарушений осанки. 3. Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК при плоскостопие, косалапости. 4. Ознакомление и начальное освоение процедур ЛФК у людей пожилого возраста. | | | 10 | |  | |
|  | |
|  | |
| **Тема 2.8.**  **Массаж. Физиологические механизмы воздействия на организм.** | | **Содержание** | | | 6 | | 2 | |
| 1. | Средства, приемы и техника массажа. | |  | |  | |
| 2. | Приемы классического массажа: поглаживание, растирание, разминание, вибрация, ударные приемы. | |  | |  | |
| 3. | Виды массажа: спортивный, лечебный, аппаратный, точечный массаж. | |  | |
| 4. | Массаж отдельных частей тела. | |  | |
| 5. | Контроль за переносимостью процедур массажа: самочувствие, пульсометрия, измерение АД, визуальные признаки утомления, контроль за эффективностью массажа. | |  | |
| **Практические занятия:**   1. Освоение практических приемов массажа, сегментарного массажа, спортивного массажа; подготовительный(разминочный), восстановительный, стимулирующий. 2. Самомассаж: техника самомассажа, методика отдельных частей тела при самомассаже. | | | 20 | |  | |
| **Самостоятельная работа при изучении ПМ МДК 02.03** | | | | |  | |
|  | 1. Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. 3. Самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов физических упражнений. 4. Цели и задачи занятий в специальной медицинской группе. 5. Средства и формы ЛФК: гимнастические упражнения, спортивно-прикладные упражнения, подвижные игры, упражнения в воде и на тренажерах, трудотерапия, естественные факторы природы(терренкур). 6. Виды и системы массажа. Приемы и техники массажа. 7. Понятие о характере приобретенных пороков сердца, механизмах их компенсации и развивающейся степени недостаточности кровообращения (I,II, III степени). 8. Тонизирующее, трофическое, компенсирующее и нормализующее действие упражнений. 9. Система реабилитации больных при потере трудоспособности при гипертонической болезни. 10. Механизмы лечебного действия физических упражнений при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. 11. Общетонизирующие, специальные, упражнения на растяжение, на расслабление. 12. Спортивный: подготовительный (разминочный), восстановительный, тренировочный, реабилитационный массаж. 13. Понятие о варикозном расширении вен (ВРВ). Роль специальных упражнений. 14. Дозировка и критерии величины нагрузки. Учет эффективности. 15. Роль гиподинамии как «фактора риска». 16. Физическая реабилитация в травматологии. Травматическая болезнь. 17. Понятие о самомассаже, техника, методика. 18. ЛФК и массаж при инфаркте миокарда. Механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа. 19. Переломы позвоночника (виды). Задачи, механизмы лечебного действия физических упражнений, массажа. 20. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Краткая характеристика основных заболеваний: атеросклероза, гипертонической болезни, ишемической болезни. 21. Основные клинические данные о пневмонии. Реабилитация больных средствами ЛФК. 22. Методика ЛФК при нарушениях обмена веществ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. 23. Физическая реабилитация при заболеваниях суставов. 24. Роль ЛФК и массажа в восстановлении двигательных функций при ампутациях конечностей. 25. Основные клинические данные об остеохондрозе позвоночника. 26. Особенности дозировки нагрузки при различных заболеваниях и нарушениях в состоянии здоровья. 27. ЛФК и массаж в гинекологии: показания и противопоказания. 28. Детский церебральный паралич (ДЦП). Комплексная реабилитация. 29. Протезирование после ампутации: лечебная гимнастика и специальный массаж. 30. Классификация болезней суставов. Механизмы лечебного действия физических упражнений. 31. Механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при опущении органов брюшной полости. 32. Особенности методики ЛФК в зависимости от вида ожирения. 33. Произвольная регуляция дыхания по К. Бутейко. 34. Методика ЛФК в зависимости от состояния кровообращения при приобретенных пороках сердца. 35. Обязанности методиста, инструктора ЛФК. 36. Формирование двигательных компенсаций с помощью физических упражнений и массажа при стойких нарушениях опорно-двигательного аппарата (ОДА). 37. Методика ЛФК при переломах длинных трубчатых костей. 38. Влияние физических упражнений на крово – и лимфообращение, обменные и репаративные процессы в тканях. 39. Понятие о гинекологическом массаже. 40. Особенности методики лечебной гимнастики при невритах, неврозах. 41. ЛФК и массаж в борьбе с мышечными атрофиями и рубцовыми сращениями. 42. Основные принципы реабилитации спортсменов после травм ОДА. Спортивные травмы и оказания медицинской помощи. 43. Различные формы ЛФК при ожирении. Лечебный массаж 44. Реабилитация больных пневмонией средствами ЛФК. 45. Механизмы лечебного действия физических упражнений при нарушениях осанки и плоскостопия. 46. Распределение школьников на медицинские группы для занятий физической культурой. 47. Особенности ЛГ и массажа при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника. 48. Двигательные режимы, особенности ЛГ и сегментарного массажа при пневмониях. 49. Клиническая характеристика периодов беременности и послеродового периода. Методика лечебной гимнастики по триместрам и после родов. 50. Задачи и формы проведения ЛФК и массажа при остеохондрозе позвоночника. 51. Особенности методики ЛФК и массажа при некоторых травмах ОДА. 52. Массаж при заболеваниях легких. 53. Механизмы развития инфаркта миокарда. Лечебная физическая культура в ранние и поздние сроки восстановления трудоспособности. 54. Механизмы воздействия физических упражнений (ФУ) на организм больного сахарным диабетом. 55. Физическая реабилитация при повреждениях нервной системы – параличи, гиперкинезы, расстройства вегетативных функций. 56. Лечебной массаж при сколиозе. Основы лечебного плавания. 57. Механизмы трофического влияния средств восстановления на репаритивные процессы. 58. Методы восстановительного лечения: лечение положением, пассивные упражнения, схема восстановления активных движений, навыков ходьбы при заболеваниях и повреждениях нервной системы. 59. Дренажные положения при пневмониях и плевритах. 60. Особенности ЛГ и массажа при остеохондрозе шейного отдела позвоночника. 61. Лечебная гимнастика в предоперационном периоде при полостных операциях в хирургии. 62. Оценка эффективности применения ЛФК в комплексном лечении. 63. Режимы движений – строгий постельный, расширенный постельный, палатный, свободный. 64. Механизмы лечебного действия физических упражнений при гипотонической болезни. 65. Метод коррекции дозированных восхождений, аутогенной тренировки; эстетотерапия. 66. Лечебный массаж, гидрокинезотерапия, иппотерапия при ДЦП. 67. Средства ЛФК при сахарном диабете: показания и противопоказания, варианты схем применения в зависимости от стадии заболевания. 68. Лечебный массаж в лечении заболеваний органов желудочно-кишечного тракта. 69. ЛФК при врожденной кривошее, плоскостопии, криволапости. 70. Существенные отличия метода ЛФК от других лечебных методов. 71. Лечебный массаж при инфаркте миокарда: действие на паравертебральные зоны межлопаточной области конечностей. 72. Лечебная гимнастика как средство ЛФК. 73. Лечебный массаж при заболеваниях органов пищеварения. Роль специальных упражнений. Показания и противопоказания. 74. Массаж грудной клетки, спины и межреберных промежутков при заболеваниях органов дыхания. 75. Задачи ЛФК в акушерстве и гинекологии. 76. Двигательный режим больных с нарушением обмена веществ. | | | |
| **Экзамен** | | | | | **-** | |  | |
| **Учебная практика** | | | | |  | |  | |
| Посещение специализированных лечебно-профилактических учреждений для знакомства с организацией работы по применению лечебной физической культуры и массажа. | | | | | **36** | |  | |
|  | | | | |  | |  | |
| **Всего часов ПМ 02 МДК 02.01** | | | | |  | |  | |
| **Всего часов ПМ 02 МДК 02.01 с ПП 02.01** | | | | |  | |  | |

# **4. условия реализации ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

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

Реализация профессионального модуля предполагает наличие специализированных спортивных залов (спортивной базы), кабинета лечебной физической культуры и массажа, баз проведения практики. Оборудование кабинета ЛФК: спец- массажные кушетки, медецинболы, хулахуп, гантели , гимнастические палки, гимнастические скамейки, угломер, гимнастические коврики.

**Технические средства обучения:**

1. Персональный компьютер с выходом в интернет
2. Интерактивная доска
3. Мультимедийный проектор
4. Учебно-методическая документация
5. Инструкции по технике безопасности

Реализация программы модуля предполагает обязательную производственную практику, которую рекомендуется проводить концентрировано.

# **4.2 . Информационное обеспечение обучения**

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

**Дополнительные источники:**

1. Аграновский М.А. Лыжный спорит: Учебник для вузов физической культуры. – М., ФиС 2006-215с.
2. Ангелевич А.З. Первые ракетки: Учебное пособие. – М., ФиС 2006-170с.
3. Андреев С.Н., Левин В.С. Футбол:Методическое пособие. – Липецк, 2008-494с. Гриф МО РФ.
4. Анискина С.Н. Методика обучения технике баскетбола: Учебник для вузов физической культуры. – М., ФиС 2009-190с. Гриф Минобр.
5. Бардин К.В. Азбука туризма: Учебное пособие.-М., «Просвещение» 2006-190с.
6. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебное пособие. – М., ФиС, 2006-380с. Гриф МО РФ.
7. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для институтов физической культуры. – М., ФиС 2006-224с.
8. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование: Учебное пособие. – М., «Академия» 2006-245с.
9. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов: Методическое пособие – М., 2006-269с.
10. Гуревич И.А. Круговая тренировка по развитию физических качеств: Учебное пособие. – Минск, «Высшая школа» 2007-370с.
11. Дорожнова К.П. Роль социальных и биологических факторов в развитии ребенка. – М.,1995.
12. Доскин А.А., Голубева Л.Г. Растем здоровым. – М., 2005.
13. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учебное пособие. – М., ФиС 2008-260с.
14. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. Волейбол: у истоков мастерства: Учебник для институтов физической культуры. – М., Фис 2006-256с. Гриф Минобр.
15. Железняк Ю.Д., Минбулатов В.М. Теория и методика обучения физической культуры: Учебник для вузов физической культуры. – М., «Академия» 2006-348с.
16. Зайцева Л.С. основы настольного тенниса: Учебник для вузов физической культуры. – М., Фис 2007-240с.
17. Зелинская Д.А. Школа здоровья. – М., 2005.
18. Ильина Е.Н. Основы туристической деятельности: Учебное пособие. – М., «Спорт» 2006-200с.
19. Каштанова Т.В. Организация оздоровительного центра в образовательном учреждении. – М., 2002.
20. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Ритмические упражнения, хореография и игры: Учебное пособие. – М., «Дрофа» 2007-230с.
21. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спорта: Учебное пособие. – М., ФиС 2006-120с.
22. Костикова Л.В., Шестюк А.А, Григорович И.М. Особенности обучения и тренировки баскетболистов: Учебник для вузов физической культуры. – М., ФиС 2007-360с. Гриф Минобр.
23. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). – М., 2004.
24. Лебедева Н.Т. Двигательная активность в процессе обучения младших школьников. – М., 2003.
25. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике: Учебное пособие по базовой хореографии.-М., ФиС 2006-176с.
26. Макаров А.Н. Легкая атлетика: Учебник для студентов педагогических институтов. – М., «Физическое воспитание», 2007-304с. Гриф МО РФ.
27. Маханева М.Д. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду в начальной школе. – М., АРКТИ, 2004-264с.
28. Монаков Г.В. Подготовка футболистов, теория и практика: Методическое пособие – М., 2006-285с.
29. Озолин Н.Г., Воронкин В.И. Легкая атлетика: Учебник для институтов физической культуры. – М., «Физкультура и спорт», 2006-597с. Гриф МО РФ.
30. Парфенов В.А. Плавание: Учебник для техникумов физической культуры.- М., ФиС 2006-230с.
31. Парфенов В.А., Платонов В.Н. Тренировка квалифицированных плавцов: Учебник для вузов физической культуры. – М., ФиС 2007-325с.
32. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. – М., 2003
33. Портнов Ю.М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх: Учебное пособие. – М., ФиС 2006-200с.
34. Портнов Ю.М., Костикова Л.В. Основы подготовки квалифицированных баскетболистов: Учебное пособие. – М., ФиС 2008-410с.
35. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. – Спб.: Речь, 2002 – 166с.
36. Ромашин Г.Н. Подвижные игры: Методическое пособие. –Краснодар, 2007.
37. Сиднева Л.В. Алексеева Е.П. Аэробика: Учебное пособие по базовой аэробике.-М., Федерация аэробики России 2007-48с.
38. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учеб.пособие для институтов и техникумов физ.культуры. – М.: Физкультура и спорт,1987.
39. Хоменков Л.С. Учебник тренера по легкой атлетике. – М., «Физкультура и спорт», 2006-479с.

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

Обязательным условием успешного обучения в рамках профессионального модуля «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных групп населения» является освоение учебной и производственной практик.

# **4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарному курсу: наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю модуля «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных групп населения» и специальности «Физическая культура».

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой. Педагогический состав: дипломированные специалисты – преподаватели специальности «Физическая культура».

# **5. Контроль и оценка результатов освоения профессионального модуля (вида профессиональной деятельности)**

**5.1 результаты освоения профессиональных и общих компетенций**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты (освоенные профессиональные компетенции)** | **Основные показатели оценки результата** | **Формы и методы контроля и оценки** |
| **ПК 2.1.**  **Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.** | - знание методико-биологических и психических факторов, определяющих уровень физического развития в различных возрастных группах; | *Контрольная работа* |
| - умение определять цели и задачи, и подбирать адекватные средства для их реализации при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий по физической культуре;  - умение составить развернутый конспект занятия по физической культуре;  - умение составить документацию для организации проведения физкультурно-спортивных мероприятий (годовой план ФСМ, положения, сметы, протоколы). | *Защита практической работы* |
| **ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.** | - знание режима дня и питания спортсмена;  - знание прав и обязанностей спортсмена;  -знание физиологических основ закаливания организма; | *Контрольная работа* |
| - обоснование и анализ потребности в занятиях ФКиС для различных групп населения;  - умение вести агитационную работу по формированию у занимающихся потребности в здоровом образе жизни ми регулярных занятиях физической культурой и спортом. | *Защита практической творческой работы в виде проекта (презентации).* |
| **ПК 2.3. организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.** | - оптимальный подбор средств и методов обучения двигательным действиям и развития физических качеств;  - умение грамотно составлять комплексы упражнений для развития физических качеств. | *Контрольная работа* |
| - знание основ организации и проведения соревнований и ФСМ различного уровня;  - проведение судейства соревнований по базовым видам спорта. | *Зачет* |
| - совершенствование техники двигательных действий. | *Сдача контрольных нормативов* |
| **ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.** | - знание критериев, регулирующих физическую нагрузку, зон нагрузки;  - знание методов самоконтроля, врачебного и педагогического контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;  - знание основных средств восстановления работоспособности;  - знание показателей технической подготовки:   * Рациоанльность; * Эффективность; * Экономичность; * Фазы техники.   - умение выполнять оценку правильности выполнения упражнений и исправлять ошибки. | *Контрольная работа* |
| **ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.** | - проектирование простейших спортивных площадок и мест занятий физической культурой и спортом;  - знание базовых норм САНПИН при проектировании простейших спортивных площадок и мест занятий физической культурой и спортом; | *Защита практической работы.* |
| **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.** | - составление учебной, отчетной, сметно-финансовой документации (годовой план ФСМ, положения, сметы, протоколы). | *Защита практической работы.* |
| **П.К. 2.7. Разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой** | - знание основ применения средства и форм ЛФК и массажа при различных травмах и нарушениях деятельности систем организма;  - знание основных приемов спортивного массажа; | *Контрольная работа* |
| - умение применять самомассаж. | *Защита практической работы.* |
|  |  | *Зачеты по учебной и производственной практике.*  *Квалифицированный экзамен по профессиональному модулю.* |

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только степень сформированности профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты**  **(освоенные общие 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 | Демонстрация интереса к будущей профессии  Самостоятельность в организации профессиональной деятельности | Тестирование или собеседование по пониманию сущности и социальной значимости своей будущей профессии. |
| ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. | Выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач в области физкультурно-спортивной подготовки. Оценка эффективности и качества выполнения. | Решение ситуационных профессиональных проблем. |
| ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. | Решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области педагогического процесса и физкультурно-спортивной подготовки. | Тестирование или собеседование по оцениванию рисков и принятию решений в нестандартных ситуациях. |
| ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. | Эффективный поиск необходимой информации  Использование различных источников, включая электронные источники и информационно-справочные системы | Контрольная проверочная работа по эффективному поиску необходимой информации |
| ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. | Разработка планирующей документации. Создание баз данных результатов и их учет. | Оценка за выполнение конкретных заданий по подготовке планирующей документации на практических занятиях, в процессе педагогической практики. |
| ОК 6.  Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями | Взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения, а так же сотрудниками организации места прохождения практики | Интерпретация результатов наблюдения за практическими занятиями, в процессе производственной и преддипломной практики. |
| ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. | Самоанализ и коррекция результатов собственной работы. | Оценка по итогам педагогической практики. Оценка планов, конспектов занятий, экспертная оценка реализации целей и задач в ходе педагогической практики. |
| ОК 8.  Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. | Организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля. | Контрольная проверочная работа, тестирование или собеседование. |
| ОК 9.  Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий. | Умение ориентироваться в вопросах поиска, обновления и актуализации информации о состоянии профессиональной деятельности. | Интерпретация результатов наблюдения за практическими занятиями, в процессе производственной и преддипломной практики. Оценка решения ситуационных профессиональных проблем и задач. |
|  |  |
| Ок.10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечить охрану жизни и здоровья занимающихся | Знание и соблюдение мер техники безопасности при проведении занятий физической культуры и спортом. | Контрольная проверочная работа. Тестирование или собеседование по знанию и соблюдению мер техники безопасности. |

1. [↑](#footnote-ref-2)