Приложение 1

к Основной профессиональной

образовательной программе ПССЗ



УТВЕРЖДАЮ

Врио директора

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.А. Васильев

«31» августа 2022г.

**ПРОГРАММа профессионального МОДУЛЯ**

ПМ.01 «ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

**Направление подготовки (специальность):**

*49.02.02 Адаптивная физическая культура» (повышенный уровень)*

Профиль *(при наличии)*: *педагог по адаптивной физической культуре и спорту*

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Очная форма\*** |
| **Индекс по учебному плану** | ***ПМ.01*** |
| **МДК.01.01** | **Подвижные игры с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***66 часов*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***36 часов / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Баскетбол с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***64 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Волейбол с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***64 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Футбол с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***64 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Настольный теннис с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***64 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Оздоровительная коррекционная (адаптивная) гимнастика с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***178 часов*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***118 часов / 60 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Легкая атлетика с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***156 часов*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***126 часов / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Лыжный спорт с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***54 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 20 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Плавание с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***84 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***54 часа / 30 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Основы спортивного туризма для людей с ОВЗ с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***84 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***64 часа / 20 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Спортивное ориентирование с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***54 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 20 часов*** |
| **МДК.01.01** | **Единоборства с методикой преподавания** |
| **Общее количество часов:** | ***54 часа*** |
| Аудиторные занятия / Самостоятельная (внеаудиторная) работа | ***34 часа / 20 часов*** |

\* – *в соответствии с учебным планом*

г. Ханты-Мансийск-2022

Рабочая программа учебных дисциплин разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта *49.02.01 «Физическая культура» (повышенный уровень)* по направлению подготовки (профилю направления, специальности) *педагог по физической культуре и спорту/тренер/учитель физической культуры*

Рабочая программа профессионального модуля ПМ.01. разработана:

Н.Н.Попов (преподаватель)

*(должность, статус разработчика)*.

Е.О. Волков (преподаватель)

*(должность, статус разработчика)*.

А.Д. Поткина (преподаватель)

*(должность, статус разработчика)*.

З.Т.Игнатьева (преподаватель)

*(должность, статус разработчика)*.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на методическом объединении «29» августа 2022г. протокол № 1

Руководитель структурного подразделения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ К.Е.Подтёпина, Ио заместителя директора по УР

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании педагогического совета: протокол №11 от «30» августа 2022 г., приказ № 782-од от «31» августа 2022 г.

Председатель совещательного коллегиального органа по учебной (учебно-методической) работе *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* К.А. Васильев,

*(Ф.И.О., должность, статус, подпись).*

Врио директора.

# СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
|  | **стр.** |
| ПАСПОРТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ | **5** |
| СТРУКТУРА и содержание ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ | **16** |
| условия реализации учебной дисциплиныПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ | **91** |
| Контроль и оценка результатов Освоения ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ | **92** |

**1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ профессионального модуля**

**МДК.01.01 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С МЕТОДИКОЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ»**

## 1.1. Область применения программы:

Рабочая программа является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная программа МДК.01.01 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья» относится к профессиональному модулю ПМ.01 «Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья».

## 1.3. Цели и задачи дисциплины (модуля) – требования к результатам освоения дисциплины (модуля):

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен иметь

практический опыт:

* анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
* определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;
* применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
* проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
* наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
* тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

**-** собственного спортивного совершенствования;

* ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

В результате освоения профессионального модуля студент должен уметь:

* использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-­тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
* подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
* использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
* применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
* устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;
* проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
* оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
* использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
* осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня.

В результате освоения дисциплины обучающихся должен знать:

* историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
* основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;
* теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
* сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
* теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
* методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
* организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
* теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
* систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
* мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;

способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде

спорта;

* методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;
* виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;
* разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

**-** технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным

сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

* 1. **Требования к результатам освоения дисциплины.**

**Декомпозиция компетенций**

|  |  |
| --- | --- |
| Компетенции | Основные признаки  сформированности компетенций |
| ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес | Имеет практический опыт:   * участия в работе научно-студенческих   обществ   * выступления на научно-практических конференциях * участия во внеурочной деятельности, связанной с будущей профессией - специальностью (конкурсы профессионального мастерства, выставки, и т.п.) |
| ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество | Умеет:  -выбирать и применять методы и способы решения профессиональных задач  Знает:  -способы оценки их эффективности и качества выполнения; |
| ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность | Умеет:   * анализировать профессиональные ситуации   Знает:   * способы решения стандартных и нестандартных профессиональных задач |
| ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития | Умеет:   * использовать различные источники, включая электронные, при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики   Знает:   * пути эффективного поиска необходимой информации; |
| ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности | Умеет:   * использовать в учебной и профессиональной деятельности различные виды программного обеспечения, в том числе специального, при оформлении и презентации всех видов работ |
| ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями | Умеет:  - рационально распределять обязанности для достижения поставленной цели при работе в команде.  Знает:  -нормы и правила работы в коллективе; |
| ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом. Организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий | Умеет:  - провести самоанализ и коррекцию результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач   * нести ответственность за результат выполнения задания |
| ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации | Умеет:  -планировать и качественное выполнять задания для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики  Знает:   * этапы и содержание работы по реализации самообразования |
| ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания смены технологий | Умеет:  -проявлять профессиональную маневренность при прохождении различных этапов производственной практики  Знает:   * способы адаптации к изменяющимся условиям профессиональной деятельности |
| ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма. Обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся | Умеет:  -использовать средства и методы оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе тренировочной и соревновательной деяте6льности спортсменов  Знает:   * различные формы профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта |
| ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физ­культурно-спортивные ме­роприятия и занятия с раз­личными возрастными группами населения | Умеет:  - планировать физкуль­турно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения с учётом воз­раста, пола, морфо­  функциональных и индивидуально­психологических особенностей за­нимающихся, уровня их физиче­ской и технической подготовленно­сти  Знает:  - требованиям к структуре, содержанию и оформле­нию, реальным условиям проведе­ния физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. |
| ПК 2.2. Мотивировать насе­ление различных возраст­ных групп к участию в физ­культурно-спортивной дея­тельности. | Умеет:  Вовлекать население в физ­культурно-спортивную деятель­ность.  Знает:  - формы и методы вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом. |
| ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-­спортивные мероприятия и  занятия | Умеет:  - Проводить занятия по базовым и новым видам физкуль­турно-спортивной деятельности с соблюдением требований к органи­зации и проведению физкультурно­спортивных мероприятий и занятий  Знает:  - приёмы  страховки и самостраховки, техни­ки безопасности при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности, при проведении физ­культурно-массовых мероприятий. |
| ПК 2.4. Осуществлять педа­гогический контроль в процессе проведения физкуль­турно-спортивных меро­приятий и занятий | Умеет:  - выбирать формы педагогического контроля в процессе проведения физ­культурно-спортивных мероприя­тий и занятий в процессе учебной и производственной практики;  Знает:  -формы отчетной документации по врачебно-педагогическому контро­лю на производственной практике. |
| ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуата­цию спортивных сооруже­ний и мест занятий физиче­ской культурой и спортом. | Умеет:  - подбирать оборудова­ние и инвентарь с учётом цели и задач, возрастных и индивидуаль­ных особенностей занимающихся:   * для занятий базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами деятельности; * для физкультурно-спортивных мероприятий.   Знает:  - требования к органи­зации и проведению физкультурно-­спортивных мероприятий и заня­тий. |
| ПК 2.6. Оформлять доку­ментацию (учебную, учет­ную, отчетную, сметно­финансовую), обеспечива­ющую организацию и про­ведение физкультурно­  спортивных мероприятий и занятий и функционирова­ние спортивных сооруже­ний и мест занятий физиче­ской культурой и спортом. | Умеет:  - вести документацию (учебную, учётную, отчётную, сметно­  финансовую), обеспечивающую ор­ганизацию и проведение физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спор­тивных сооружений и мест занятий физической |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Подвижные игры с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 (11) | 2 (9) | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **6** | 6 | 6 |  |  |  |  |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **30** | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | **к/р** | к/р | к/р |  |  |  |  |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** | 30 | 30 |  |  |  |  |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **66** | 66 | 66 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Баскетбол с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 (11) | 2 | 3 | 4 (9) | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **8** | 8 |  |  | 8 |  |  |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **26** | 26 |  |  | 26 |  |  |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | **к/р** | к/р |  |  | к/р |  |  |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** | 30 |  |  | 30 |  |  |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **64** |  |  |  | 64 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Волейбол с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 (11) | 3 (9) | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **12** |  | 12 | 12 |  |  |  |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **22** |  | 22 | 22 |  |  |  |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | **к/р** |  | к/р | к/р |  |  |  |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** |  | 30 | 30 |  |  |  |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **64** |  | 64 | 64 |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Футбол с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 (11) | 3 | 4 | 5 | 6 (9) | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **10** |  | 10 |  |  |  | 10 |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **24** |  | 24 |  |  |  | 24 |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | **д/зачет** |  | д/зачет |  |  |  | д/зачет |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** |  | 30 |  |  |  | 30 |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **64** |  | 64 |  |  |  | 64 |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Настольный теннис с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 (11) | 3 | 4 | 5 | 6 (9) | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **4** |  | 4 |  |  |  | 4 |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **30** |  | 30 |  |  |  | 30 |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | к/р |  | к/р |  |  |  | к/р |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** |  | 30 |  |  |  | 30 |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **64** |  | 64 |  |  |  | 64 |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Оздоровительная коррекционная (адаптивная) гимнастика с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 (11) | 2 (11) | 3 (9) | 4 (9) | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **20** | 8 | 12 | 10 | 10 |  |  |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **98** | 32 | 66 | 58 | 40 |  |  |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | к/р - экзамен | к/р | экзамен | к/р | экзамен |  |  |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **60** | 30 | 30 | 30 | 30 |  |  |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **178** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Легкая атлетика с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 (9) / (11) | 6 (9) / (11) | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **16** |  |  |  |  | 6 | 10 |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **110** |  |  |  |  | 42 | 68 |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | д/зачет - экзамен |  |  |  |  | д/зачет | экзамен |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** |  |  |  |  | 15 | 15 |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **156** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Лыжный спорт с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 (11) | 3 | 4 (9) | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **8** |  | 8 |  | 8 |  |  |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **26** |  | 26 |  | 26 |  |  |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | к/р |  | к/р |  | к/р |  |  |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **20** |  | 20 |  | 20 |  |  |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **54** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Плавание с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 (11) | 4 | 5 | 6 | 7 (9) | 8 (9) |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **8** |  |  | 8 |  |  |  | 4 | 4 |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **46** |  |  | 46 |  |  |  | 28 | 18 |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | к/р – д/зачет |  |  | д/зачет |  |  |  | к/р | д/зачет |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **30** |  |  | 30 |  |  |  | 15 | 15 |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **84** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Основы спортивного туризма для людей с ОВЗ с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 (11) | 7 (9) | 8 (9) |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **20** |  |  |  |  |  | 20 | 10 | 10 |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **44** |  |  |  |  |  | 44 | 22 | 22 |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | к/р – д/зачет |  |  |  |  |  | д/зачет | к/р | д/зачет |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **20** |  |  |  |  |  | 20 | 10 | 10 |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **84** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Спортивное ориентирование с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 (9) | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **8** |  | 8 |  |  |  | 8 |  |  |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **26** |  | 26 |  |  |  | 26 |  |  |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | **д/зачет** |  | д/зачет |  |  |  | д/зачет |  |  |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **20** |  | 20 |  |  |  | 20 |  |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **54** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Объем дисциплины и виды учебной работы**

***очная форма обучения***

***Единоборства с методикой преподавания***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | семестры | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 (11) | 5 | 6 | 7 | 8 (9) |
| **Контактная работа преподавателей с обучающимися** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Теоретической обучение (лекции) | | **6** |  |  |  | 6 |  |  |  | 6 |
| Практические занятия (в том числе лабораторные работы) | | **28** |  |  |  | 28 |  |  |  | 28 |
| Курсовая работа | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация**  (*форма аттестации*) | | к/р |  |  |  | к/р |  |  |  | к/р |
| **Самостоятельная работа обучающегося:** | | **20** |  |  |  | 20 |  |  |  | 20 |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **54** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**2.1 Содержание дисциплины по темам (разделам)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование раздела  учебной дисциплины | Содержание раздела | \*Формируемые компетенции |

| *1* | *2* | *3* | | *4* |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ПМ 02. Освоение легкой атлетики с методикой обучения |  | |  |
| 1  1.1 | **Раздел 1** Легкая атлетика как учебная дисциплина и вид спорта  Тема 1.1 | Структура и содержание предмета. | | ОК 1-11  ПК 1.1,1.5 |
| 2 | **Раздел 2** Техника легкоатлетических видов |  | |
| 2.1 | Тема 2.1 | Основы техники ходьбы и бега | |
| 2.2 | Тема 2.2 | Основы техники прыжков | |
| 2.3 | Тема 2.3 | Основы техники метаний | |
| 2.4 | Тема 2.4 | Техника безопасности и профилактика травматизма | |
| 2.5 | Тема 2.5 | Общеразвивающие и специальные упражнения | |
| 2.6 | Тема2.6 | Спортивная ходьба | | ОК 1-11  ПК 1.1,1.2 |
| 2.7 | Тема2.7 | Бег на средние дистанции и по пересеченной местности | |
| 2.8 | Тема2.8 | Бег на короткие дистанции | |
| 2.8 | Тема2.9 | Эстафетный бег | |
| 2.10 | Тема2.10 | Барьерный бег. Бег с преодолением препятствий | |
| 2.11 | Тема 2.11 | Прыжки в высоту с разбега | | ОК 1-11  ПК 1.1 |
| 2.12 | Тема 2.12 | Прыжок с шестом | | ОК 1-11  ПК 1.1,1.7,1.8 |
| 2.13 | Тема 2.13 | Прыжок в длину | |
| 2.14 | Тема 2.14 | Метание малого мяча, гранаты, диска, копья | |
| 2.15 | Тема 2.15 | Толкание ядра | |
| 2.16 | Тема 2.16 | Оценка техники легкоатлетических упражнений | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.5,1.8 |
| 3.1 | **Раздел 3** Организация, проведение соревнований по легкой атлетике  Тема 3.1 | Организация и проведение соревнований | |
| 3.2 | Тема 3.2 | Тестирование по правилам соревнований по лёгкой атлетике. | |
| 4.1 | **Раздел 4** Методика обучения легкоатлетических видов  Тема 4.1 | Методы, средства и задачи обучения. | |
| 4.2 | Тема 4.2 | Методика обучения технике спортивной ходьбе. | |
| 4.3 | Тема 4.3 | Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. | |
| 4.4 | Тема 4.4 | Методика обучения технике бега на короткие дистанции. | | ОК 1-11  ПК 1.1,1.4 |
| 4.5 | Тема 4.5 | Методика обучения технике эстафетного бега. | |
| 4.6 | Тема 4.6 | Методика обучения технике барьерного бега. | |
| 4.7 | Тема 4.7 | Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега способами перешагивание и фосбери-флоп | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.3,1.5 |
| 4.8 | Тема 4.8 | Методика обучения технике прыжков в длину с разбега способами согнув ноги, ножницы, прогнувшись. | |
| 4.9 | Тема 4.9 | Методика обучения технике метания малого мяча (гранаты, копья) с места и разбега. | |
| 4.10 | Тема 4.10 | Методика обучения технике толкания ядра. | |
| 5.1 | **Раздел 5** Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики  Тема 5.1 | Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, гибкости, ко­ординационных способностей, применяемые на занятиях легкоатлетов. | |
| 5.2 | Тема 5.2 | Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: быстроты | |
| 8.4 | Тема 5.3 | Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: силы | |
| 5.4 | Тема 5.4 | Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: выносливости. | |
| 5.5 | Тема 5.5 | Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: ловкости. | |
| 5.6 | Тема 5.6 | Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: гибкости. | | ОК 1-10  ПК 1.1,1.7,1.8 |
| 6.1 | **Раздел 6** Организация, проведение и анализ занятий (урока) легкой атлетики с различными возрастными группами занимающихся. Документация.  Тема 6.1 | Структура урока (занятия) легкой атлетики. Задачи и содержание частей урока (занятия). | |
| 6.2 | Тема 6.2 | Проведение и анализ частей урока по лёгкой атлетике. | |
| 6.3 | Тема 6.3 | Просмотр и анализ урока (занятия ) по лёгкой атлетике. | |
| 7.1 | **Раздел 7** Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Документация  Тема 7.1 | Виды планирования. Методическая последовательность планирования. | |
| 7.2 | Тема 7.2 | Составление конспекта урока (занятия) по лёгкой атлетике по заданию пре­подавателя. | |
| 8.1 | Раздел 8 Методика оздоровительной тренировки средствами легкой атлетики  Тема 8.1 | Характеристика оздоровительной тренировки. | |  |
| 8.2 | Тема 8.2 | Основы оздоровительной тренировки в легкой атлетике | |  |
| 8.3 | Тема 8.3 | Составление индивидуальной программы занятий оздоровительным бегом с учётом возраста и функционального состояния. | |  |
|  | **ПМ 02.01** Освоение баскетбола с методикой обучения |  | |  |
| 1.1. | **Раздел1** Баскетбол - учебная дисципли­на и вид спорта Тема1.1 | Предмет и задачи. Краткие исторические сведения. Основные понятия о баскетболе | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.5 |
| 2.1 | **Раздел 2** Техника двигательных действий в баскетболе  Тема 2.1 | Техника двигательных действий в нападении. | |  |
| 2.2 | Тема 2.2 | Техника двигательных действий в защите. | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.5 |
| 2.3 | Тема 2.3 | Тактика игры в нападении и защите. | |
| 3.1 | **Раздел 3** Методика обучения технико - тактическим двигательным действий в баскетболе  Тема 3.1 | Основы обучения двигательным действиям в баскетболе | |
| 3.2 | Тема 3.2 | Методика обучения технике двигательных действий в нападении. | |
| 3.3 | Тема 3.3 | Методика обучения технике двигательных действий в защите. | |
| 3.4 | Тема 3.4 | Методика обучения тактике игры в защите и нападении. | |
| 3.5 | Тема 3.5 | Составление комплексов упражнений по развитию физических качеств средствами баскетбола: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости (по заданию преподавателя). | |
| 4.1 | Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу. Основы судейства в баскетболе. Документация.  Тема 4.1 | Виды и характер соревнований по баскетболу. Деятельность судейской кол­легии по баскетболу. Правила соревнований по баскетболу. | |
| 4.2 | Тема 4.2 | Организация и судейство соревнований по баскетболу. | |
| 5.1 | Раздел 5 Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу  Тема 5.1 | Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков. | | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 5.2 | Тема 5.2 | Разработка плана - конспекта урока баскетбола. | |
| 6.1 | Раздел 6 Организация, проведение и анализ занятий по баскетболу в школе и спортивной секции. Документация  Тема 6.1 | Структура урока (занятия) баскетбола. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения урока (занятия) по баскетболу с учетом возрастных особенностей занимающихся. | |
| 6.2 | Тема 6.2 | Проведение частей урока баскетбола по заданию преподавателя и их анализ. | |
| 6.3 | Тема 6.3 | Сдача контрольных нормативов. | |
|  | ПМ 02.01 Освоение волейбола с методикой обучения |  | |  |
| 1.1 | **Раздел 1** Волейбол учебная дисциплина и вид спорта  Тема1.1 | История развития волейбола. Основные понятия о волейболе. | | ОК 1-10  ПК 1.1, 1.4,1.5,1.8 |
| 2.1 | Раздел 2 Техника двигательных действий в волейболе  Тема 2.1 | Техника нападения: Стойки, перемещения, остановки волейболиста. | |
| 2.2 | Тема 2.2 | Техника защиты. Блокирование: одиночное и групповое. | |
| 2.3 | Тема 2.3 | Тактика нападения. Индивидуальные действия. | |
| 3.1 | **Раздел 3** Организация и проведение соревнований по волейболу. Основы судейства в волейболе. Документация.  Тема 3.1 | Виды и характер соревнований по волейболу. Деятельность судейской кол­легии по волейболу. Правила соревнований по волейболу. | | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.5,1.8 |
| 2.2 | Тема 3.2 | Судейство учебных игр. Тестирование: правила соревнований по волейболу. | |
| 4.1 | **Раздел 4** Методика обучения технике двигательных действий в волейболе и развития физических качеств  Тема 4.1 | Основы обучения двигательным действиям в волейболе. | |
| 4.2 | Тема 4.2 | Методика обучения технике двигательных действий в нападении по волейболу. | |
| 4.3 | Тема4.3 | Методика обучения технике двигательных действий в защите по волейболу. | | ОК 1-10  ПК 1.1,1.4,1.5,1.6 |
| 4.4 | Тема 4.4 | Методика обучения тактике игры в защите и нападении по волейболу. | |
| 5.1 | **Раздел 5** Планирование и педагогический контроль в учебной и физкультурно­оздоровительной работы по волейболу  Тема 5.1 | Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков. Виды педагогического контроля. Методы контроля. | |
| 5.2 | Тема 5.2 | Составление документов планирования учебной и физкультурно­оздоровительной работы в ОУ. | |
| 6.1 | **Раздел 6** Организация, проведение и анализ занятий по волейболу. Документация.  Тема 6.1 | Структура урока (занятия) волейбола. Задачи и содержание частей урока (за­нятия). Методы и формы организации проведения урока (занятия) по волей­болу с учетом возрастных особенностей занимающихся. | |
| 6.2 | Тема 6.2 | Составление плана-конспекта урока волейбола по заданию преподавателя. | |
| 7.1 | **Раздел 7** Основы оздоровительной тре­нировки в волейболе  Тема 7.1 | Оздоровительное значение занятий волейболом. Разновидности игры: дво­ровый волейбол, пляжный волейбол. | |
| 7.2 | Тема 7.2 | Сдача контрольных нормативов. | |
|  | **ПМ 02.01 Освоение футбола с методикой обучения** |  | |  |
| 1.  1.1 | **Раздел 1** Футбол учебная дисциплина и вид спорта  Тема1.1 | История и основные этапы развития футбола. Терминология. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите. | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.7,1.8 |
| 2  2.1 | **Раздел 2** Техника двигательных действий в футболе. Основные правила соревнований по футболу  Тема2.1 | Техника нападения:Перемещения. Владение мячом: удары по мячу ногой, головой, остановки мяча. | |
| 2.2 | Тема2.2 | Техника защиты. Ведение мяча. Вбрасывание мяча. Отбор мяча. Приёмы игры вратаря | |
| 2.3 | Тема2.3 | Тактика нападения. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. Групповые действия. | |
| 2.4 | Тема 2.4 | Индивидуальные действия. Опека игрока, владеющего мячом. Групповые и командные действия. | |
| 2.5 | Тема 2.5 | Оценка технико-тактических действий. Тестирование по правилам соревнований по футболу. | |
| 3  3.1 | **Раздел 3** Методика обучения двигательным действиям и развитию физических качеств в футболе  Тема 3.1 | Методика обучения технике двигательных действий футболиста в нападении. | |
| 3.2 | Тема 3.2 | Методика обучения технике двигательных действий футболиста в защите | |
| 3.3 | Тема 3.3 | Методика обучения технико-тактическим действиям в футболе. | |
| 3.4 | Тема 3.4 | Совершенствование технико-тактических действий и судейства в двусторон­ней игре в футбол. | |
| 3.5 | Тема 3.5 | Составление комплексов упражнений для развития физических качеств сред­ствами футбола по заданию преподавателя. | |
| 4  4.1 | **Раздел 4** Планирование, организация, проведение и анализ занятий по футболу. Документация.  Тема 4.1 | Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков (занятий). | |
| 4.2 | Тема 4.2 | Разработка плана-конспекта занятия по футболу. Проведение частей занятия по футболу по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия. | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.7,1.8 |
| 5.1 | **Раздел 5** Разработка плана-конспекта занятия по футболу. Проведение частей занятия по футболу по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия.  Тема 5.1 | Футбол - самая популярная игра. Доступность игры. Влияние занятий футбо­лом на дыхательную, сердечно-сосудистую, сенсорные системы организма. | |
| 5.2 | Тема 5.2 | Разработка плана оздоровительной тренировки по футболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя. | |
| 5.3 | Тема 5.3 | Сдача контрольных нормативов | |
|  | ПМ 02.01 Освоение настольного тенниса с методикой тренировки |  | |
| 1  1.1 | **Раздел** 1 Освоение настольного тенниса с методикой тренировки  Тема 1.1 | Предмет и задачи. История и этапы развития настольного тенниса. Основ­ные понятия и терминология настольного тенниса. | |
| 2.1 | Раздел 2 Техника двигательных действий в настольном теннисе  Тема 2.1 | Исходные положения (стойки): правосторонняя, нейтральная, левосторон­няя.  Способы хватов ракетки: горизонтальный хват - жёсткий и мягкий. | |
| 2.2 | Тема2.2 | Атакующие удары: накат, контрнакат, топ-спин, контртоп-пин, топ-спин- удар, топс-удар, удар накатом по свече. | |
| 2.3 | Тема2.3 | Подачи мяча: короткие (с нижним вращением мяча и без вращения мяча); длинные с низким подбрасыванием мяча. | |
| 3.1 | **Раздел3** Методика обучения технике двигательных действий в  настольном теннисе  Тема3.1 | Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и мето­дические приемы, используемые при обучении технико-тактическим дей­ствиям теннисиста. | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.7,1.8 |
| 3.2 | Тема3.2 | Методика обучения держанию ракетки, стойкам, передвижениям. | |
| 3.3 | Тема3.3 | Методика обучения ударам и подачам. | |
| 3.4 | Тема3.4 | Методика обучения тактическим действиям в игре. | |
| 3.5 | Тема 3.5 | Оценка технико-тактических действий студентов. Устный опрос по правилам соревнований по настольному теннису. | |
| 4.1 | **Раздел 4** Методика развития физических качеств средствами  настольного тенниса  Тема 4.1 | Средства и методы развития физических качеств теннисиста: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты. | | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.7,1.8 |
| 5.1 | **Раздел 5** Планирование и педагогический контроль в учебной и физкультурно­оздоровительной работы по настольному теннису.  Тема 5.1 | Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков (занятий). | |
| 5.2 | Тема 5.2 | Планирование учебной и физкультурно - оздоровительной работы по настольному теннису в спортивной секции. Ви­ды педагогического контроля. Методы контроля. | |
| 6.1 | **Раздел 6** Организация, проведение и анализ занятий по настольному теннису. Документация.  Тема 6.1 | Структура занятия по настольному теннису. Задачи и содержание частей урока (занятия). | |
| 6.2 | Тема 6.2 | Составление конспекта части занятия по настольному теннису. Проведение частей занятия по настольному теннису по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия. | |
| 7.1 | **Раздел 7** Основы оздоровительной тренировки в настольном теннисе  Тема 7.1 | Построение оздоровительной тренировки по настольному теннису. | |  |
| 7.2 | Тема 7.2 | Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису по заданию преподавателя. | |  |
| 7.3 | Тема 7.3 | Сдача контрольных нормативов | |  |
|  | **ПМ 02.01** Освоение плавания с методикой обучения |  | |  |
| 1.1 | **Раздел 1** Плаваниеучебная дисциплина и вид спорта  Тема 1.1 | Предмет и задачи. История и этапы развития плавания. | |  |
| 2.1 | **Раздел 2** Техника спортивных способов плавания  Тема 2.1 | Техника кроля на груди. | |  |
| 2.2 | Тема 2.2 | Техника баттерфляя. | |  |
| 2.3 | Тема 2.3 | Техника кроля на спине. | |  |
| 2.4 | Тема 2.4 | Техника брасса. | |  |
| 2.5 | Тема 2.5 | Техника стартов в плавании. Разновидности стартов: | |  |
| 2.6 | Тема 2.6 | Техника поворота в плавании кролем на груди. | |  |
| 2.7 | Тема 2.7 | Демонстрация техники спортивных способов плавания на оценку. Тестиро­вание по правилам соревнований по плаванию. | |  |
| 3.1 | **Раздел 3** Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по плаванию  Тема 3.1 | Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков. | |  |
| 4.1 | **Раздел 4** Методика обучения спортивным способам плавания  Тема 4.1 | Основы обучения плаванию. | |  |
| 4.2 | Тема 4.2 | Подготовительные упражнения. | |  |
| 4.3 | Тема 4.3 | Обучение кролю на груди. | |  |
| 4.4 | Тема 4.4 | Обучение брассу. | |  |
| 4.5 | Тема 4.5 | Обучение кролю на спине. | |  |
| 4.6 | Тема 4.6 | Обучение баттерфляю. | |  |
| 4.7 | Тема 4.7 | Обучение стартам. | |  |
| 4.8 | Тема 4.8 | Обучение поворотам. | |  |
| 5.1 | **Раздел 5** Методика развития физических качеств пловца  Тема 5.1 | Средства и методы развития физических качеств пловца: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости. Составление комплекса упражнений на развитие физических качеств. | |  |
| 6.1 | **Раздел 6** Организация, проведение и анализ урока (занятия) по плаванию. Документация.  Тема 6.1 | Структура урока (занятия) по плаванию. Задачи и содержание частей урока (занятия). | |  |
| 6.2 | Тема 6.2 | Подбор упражнений для каждой части урока.  Составление конспекта урока по плаванию. | |  |
| 6.3 | Тема 6.3 | Семинар: планирование, педагогический контроль, организация занятий по плаванию | |  |
| 7.1 | Раздел 7 Основы оздоровительной тренировки  Тема 7.1 | Оздоровительное значение плавания. Задачи оздоровительного плавания. Этапы проведения занятий оздоровительным плаванием. | |  |
| 7.2 | Тема 7.2 | Разработка плана оздоровительной тренировки по плаванию по заданию преподавателя. | |  |
| 7.3 | Тема 7.3 | Сдача контрольных нормативов | |  |
|  | **ПМ 02.01** Освоение подвижных игр с ме­тодикой обучения |  | |  |
| 1.1 | **Раздел 1** Введение в предмет. Подвижные игры в педагогической практике.  Тема 1.1 | Краткие исторические сведения о возникновении и развитии игры. Игры в системе физического воспитания личности | |  |
| 1.2 | Тема 1.2 | Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом воз­растных особенностей детей. | |  |
| 1.3 | Тема 1.3 | Технологии обучения и организации занятий подвижными играми с различ­ным контингентом занимающихся. | |  |
| 2.1 | **Раздел 2** Методика проведения подвижных игр с детьми разного возраста  Тема 2.1 | Методики проведения подвижных игр с детьми от 1 до 3 лет, с 3 до 6 лет | |  |
| 2.2 | Тема 2.2 | Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся младших классов | |  |
| 2.3 | Тема 2.3 | Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 4-6 клас­сов | |  |
| 2.4 | Тема 2.4 | Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 7-9 клас­сов. | |  |
| 2.5 | Тема 2.5 | Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 10-11 клас­сов | |  |
| 2.6 | Тема 2.6 | Особенности организации и проведения подвижных игр на переменах. | |  |
| 3.1 | **Раздел 3**. Подвижные игры в тренировочном процессе по  ИВС  Тема 3.1 | Особенности организации и проведения соревнований по подвижным играм. | |  |
| 4.1 | **Раздел 4** Организация проведения соревнований по подвижным играм  Тема 4.1 | Организация и проведение подвижных игр в тренировочном цикле для раз­личных видов спорта. | |  |
| 5.1 | **Раздел 5** Оздоровительное значение по­движных игр  Тема 5.1 | Подвижные игры на переменах, физкультминутках. | |  |
| 5.2 | Тема 5.2 | Сдача контрольных нормативов | |  |
|  | ПМ 02.01 Освоение основ туризма для людей с с методикой обучения |  | |  |
| 1.1 | **Раздел 1** Введение в предмет  Тема 1.1 | Предмет и задачи. Влияние занятий туризмом на здоровье человека | |  |
| 1.2 | Тема 1.2 | Семинар по контрольным вопросам темы. | |  |
| 2.1 | **Раздел 2** Топографическая подготовка туриста  Тема 2.1 | Топографическая карта. Рельеф и способы его изображения. Условные топо­графические знаки (УТЗ). | |  |
| 2.2 | Тема 2.2 | Семинар по контрольным вопросам темы. | |  |
| 2.3 | Тема 2.3 | Измерение расстояний по карте на местности. Использование топографиче­ской карты в походе. | |  |
| 2.4 | Тема 2.4 | Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов | |  |
| 2.5 | Тема 2.5 | Работа с компасом: определение сторон горизонта, азимут | |  |
| 3.1 | **Раздел 3** Организация ту­ристского похода  Тема 3.1 | Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. | |  |
| 3.2 | Тема 3.2 | Работа малых групп | |  |
| 3.3 | Тема 3.3 | Составление сметы похода. | |  |
| 3.4 | Тема 3.4 | Расчёт питания на туристический поход (12 чел, 6 дней) | |  |
| 4.1 | Раздел 4 Поход выходного дня  Тема 4.1 | Пешеходный туризм | |  |
| 4.2 | Тема 4.2 | Техника движения по пересеченной местности, техника движения на подъ­емах, спусках, при траверсе склонов, техника движения по тропам. | |  |
| 4.3 | Тема 4.3 | Особенности техники движения туриста - лыжника. | |  |
| 4.4 | Тема 4.4 | Работа малых групп: Подготовка презентаций по темам | |  |
| 4.5 | Тема 4.5 | Лыжный туризм | |  |
| 4.6 | Тема 4.6 | Водный туризм  Горный туризм | |  |
| 5.1 | **Раздел 5** Гигиена туриста. Первая медицинская помощь  Тема 5.1 | Гигиена туриста в походе. Нормы нагрузки туриста | |  |
| 5.2 | Тема 5.2 | Оказание первой медицинской помощи. Формирование походно­медицинской аптечки | |  |
| 6.1 | **Раздел 6** Туристский быт и охрана природы  Темы 6.1 | Туристский бивак. Правильный выбор места туристического бивака с учетом особенности природного окружения. | |  |
| 6.2 | Темы 6.2 | Составление экологического Кодекса юного туриста. Установка и снятие палатки | |  |
| 7.1 | **Раздел 7** Содержание и формы туристской работы с детьми  Тема 7.1 | Постановка туристской работы в школе. | |  |
| 7.2 | Тема 7.2 | Семинар по контрольным вопросам тем | |  |
| 7.3 | Тема 7.3 | Разработка проекта экскурсий со школьниками. | |  |
| 8.1 | **Раздел 8** Туристский поход  Тема 8.1 | Поход первой категории сложности. Выполнение цели и задач похода - за­крепление туристских умений и навыков в природном окружении. | |  |
| 8.2 | Тема 8.2 | Отчёт о туристском поход | |  |
|  | **ПМ.01.01.**  **Спортивное ориентирование с методикой обучения** |  | |  |
| 1.1 | Раздел 1 Введение в предмет спортивное ориентирование  Тема 1.1 | Инструктаж по технике безопасности. Что такое спортивное ориентирование | |  |
| 1.2 | Тема 1.2 | Тренировочное занятие по спортивному ориентиванию в заданном направлении. | |  |
| 1.3 | Тема 1.3 | Гигиена спортивной тренировки. Требования к экипировке. | |  |
| 2.1 | Раздел 2 Карта в спортивном ориентировании  Тема 2.1 | Как подготавливается и составляется карта для спортивного ориентирования. | |  |
| 2.2 | Тема 2.2 | Изображение дистанции на спортивных картах. Старт, КП, финиш и др. информация. | |  |
| 2.3 | Тема 2.3 | Понятие азимута. Измерение расстояний на карте и на местности. | |  |
| 2.4 | Тема 2.4 | Корректировка спортивной и топографической карты на местности. | |  |
| 2.5 | Тема 2.5 | Ориентирование на местности по топографической карте | |  |
| 3.1 | Раздел 3 Движение по дистанции  Тема 3.1 | Обязанности участников при движении по дистанции. Разрядные требования. | |  |
| 3.2 | Тема 3.2 | Движение по маркированной дистанции с определением объектов в местах остановки. | |  |
| 3.3 | Тема 3.3 | Движение по маркированной дистанции с определением объектов в местах остановки | |  |
| 3.4 | Тема 3.4 | Обязанности участников при движении по дистанции. Разрядные требования. | |  |
| 3.5 | Тема 3.5 | Движение по заданному маршруту с определением азимутов на заданные ориентиры. | |  |
| 3.6 | Тема 3.6 | Движение по маркированной дистанции с нанесением точечных и линейных ориентиров. | |  |
| 4.1 | Раздел 4 Проведение соревнований по спортивному ориентированию  Тема 4.1 | Как проводятся соревнования в заданном направлении | |  |
| 4.2 | Тема 4.2 | Соревнования по спортивному ориентированию на дистанции по выбору. | |  |
| 5.1 | Раздел 5 Кроссовая подготовка  Тема 5.1 | Кроссовая подготовка в условиях леса и сильно пересеченной местности. | |  |
|  | МДК.01.01.  Лыжный спорт с методикой обучения. | |  |  |
| 1.1 | Раздел 1. Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта.  Тема 1.1. | | Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта. Предмет и задачи. История развития лыжного спорта. Способы передвиже­ния на лыжах. Лыжный инвентарь и экипировка лыжника. Терминология и основные понятия техники передвижения на лыжах. Техника безопасности и меры. | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2,1.3,1.5 |
| 2.1. | Раздел 2.Техника передвижения на лыжах.  Тема 2.1. | | Техника классических лыжных ходов: Техника передвижения на лыжах - попеременный двухшажный, попеременный четырёхшажный; -одновременный бесшажный;   * одновременный одношажный (скоростной вариант); * одновременный двухшажный; | ОК 1-12  ПК 1.1,1.2, 1.3,1.5 |
| 2.2. | Тема 2.2. | | Техника коньковых лыжных ходов: Техника передвижения на лыжах -одновременный полуконьковый; -одновременный двухшажный коньковый; -одновременный одношажный коньковый; -попеременный двухшажный коньковый; -коньковый ход без отталкивания руками. |
| 2.3. | Тема 2.3. | | Комбинированные ходы: Техника передвижения на лыжах. -переход с одновременного на попеременный классический ход через один -промежуточный скользящий шаг; -переход с одновременного на попеременный классический ход через два -промежуточных скользящих шага; -переход с попеременного двухшажного классического хода на одновремен­ный без шага; -переход с попеременного двухшажного классического хода на одновремен­ный через один скользящий шаг. |
| 2.4. | Тема 2.4 | | Техника подъёмов: Техника передвижения на лыжах  попеременный двухшажный ход, скользящий шаг, сту­пающий шаг, беговой шаг, «полуёлочкой», «лесенкой». Техника спусков: в высокой стойке, в средней стойке, в низкой стойке, стой­ке отдыха. |
| 2.5. | Тема 2.5. | | Техника торможений: Техника передвижения на лыжах  «плугом», «упором», «боковым соскальзыванием», остановка падением. Техника поворотов: «переступанием», «плугом», «упором», на параллель­ных лыжах. |
| 3.1. | Раздел 3.  Методика обучения способам передвижения на лыжах.  Ме­тодика развития физических качеств средствами лыжной подготовки.  Тема 3.1. | | Методика обучения способам передвижения на лыжах.  Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Последовательность обучения классическим ходам, коньковым ходам, спус­ков, подъёмов, торможений, поворотов. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 3.2. | Тема 3.2. | | Ме­тодика развития физических качеств средствами лыжной подготовки. Схема обучения по задачам. Выбор средств и методов обучения. Методические указания. Характерные ошибки, способы устранения их. |
| 3.3. | Тема 3.3. | | Обучение технике классических лыжных ходов. |
| 3.4. | Тема 3.4. | | Обучение технике коньковых лыжных ходов. |
| 3.5. | Тема 3.5. | | Обучение подъёмам, спускам, торможениям, поворотам. |
| 3.6. | Тема 3.6. | | Со­ставление комплекса упражнений для развития физических качеств по зада­нию преподавателя. |
| 4.1. | Раздел 4.  Основные документы планирования: планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Документация**.**  Тема4.1. | | **Основные документы планирования: программа,** тематический план, распи­сание, план-конспект урока (занятия). Организация занятий по лыжной под­готовке: выбор мест для проведения занятий, подготовка лыжного инвентаря к занятиям. Содержание занятий. Подготовительная, основная, заключитель­ная части занятия. Анализ занятия по лыжной подготовке. Организация и проведение соревнований. Документы планирования соревнований: календарный план соревнований, положение о соревнованиях. Судейская коллегия. Судейские бригады. Су­действо соревнований по лыжным гонкам. Организация и проведение лыжных соревнований в школе. | ОК 1-10  ПК1.1,1.4,1.5,1.8  ОК 1-10  ПК1.1,1.2,1.4,1.5,1.8 |
| 4.2. | Тема 4.2 | | Тестирование по правилам соревнований по лыжным гонкам. |
| 5.1. | **Раздел 5.** Основы оздоровительной тре­нировки средствами лыжной подготовки.  Тема 5.1. | | Основы оздоровительной тре­нировки средствами лыжной подготовки**.** Влияние ходьбы на лыжах на здоровье человека. Оздоровительный и закали­вающий эффект ходьбы на лыжах. Зависимость ЧСС от интенсивности нагрузки у людей разного возраста. Построение оздоровительной трени­ровки при ходьбе на лыжах. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки. |
| 5.2. | Тема 5.2. | | Расчёт индивидуальной программы ходьбы на лыжах с учётом своего воз­раста и функционального состояния. |  |
|  | **МДК. 01.01 Оздоровительная коррекционная (адаптивная) гимнастика с методикой обучения.** | |  |  |
| 1.1 | **Раздел 1.** Место гимнастики в системе физического воспитания.  Тема 1.1 | | Общие и частные за­дачи гимнастики. История развития гимнастики. Виды гимнастики и их классификация. Гимнастические залы, оборудование и инвентарь. Использо­вание музыкального сопровождения на занятиях гимнастики. Меры безопас­ности и профилактика травматизма на занятиях гимнастики. | ОК 1-10  ПК1.1,1.2,1.4,1.5,1.8 |
| 2.1. | **Раздел 2.** Гимнастическая терминология**.**  Тема 2.1. | | Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной термино­логии.Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Спосо­бы образования терминов. Собирательные и конкретные термины. Правила, формы и принятые сокращения при описании гимнастических упражнений. Применение терминологии во время занятий. Виды гимнастики: спортивная, художественная, ритмическая, акробатика. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 2.2 | Тема 2.2. | | Запись гимнастических положений по показу, по рассказу, конструирование упражнений. |
| 2.3 | Тема 2.3. | | Составить гимнастический комплекс. Описать его текстовым и графическим способам. |
| 3.1. | **Раздел 3.**  Основы обучения гимнастиче­ским упражнениям: строевые упражнения  Тема 3.1. | | Цели и задачи обучения. Этапы обучения. Технологическая схема обучения гимнастическим упражнениям. Практические действия (приёмы) помощи и страховки. Строевые упражнения. Характеристика и основные задачи, решаемые с по­мощью строевых упражнений. Классификация строевых упражнений: строе­вые приёмы; построения и перестроения; повороты и передвижения; размы­кания и смыкания. Основные понятия: строй, фланг, фронт, шеренга, интер­вал, колонна, дистанция, команды, распоряжения. | ОК 1-10  ПК1.1,1.2,1.4,1.5,1.8 |
| 3.2 | Тема 3.2. | | Обучение строевым упражнениям**:** строевым приёмам, построениям и пе­рестроениям, поворотам и передвижениям, движению в обход, противохо- дом, перемене направления движения колонны, размыканиям и смыканиям. |  |
| 4.1 | **Раздел 4. Обучение общеразвивающим упражнениям.**  Тема 4.1. | | Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью общеразвиваю­щих упражнений. Классификация общеразвивающих упражнений. Констру­ирование общеразвивающих упражнений. Методические рекомендации по составлению разминочных комплексов на уроках гимнастики требования к его проведению. Обучение и способы проведения общеразвивающих упражнений, методы ор­ганизации, методические приёмы, варианты размещения группы, исправле­ние ошибок. Способы регулирования нагрузки при выполнении обще­развивающих упражнений (количество повторений, темп выполнения). Ам­плитуда движения, характер движений, продолжительность интервалов от­дыха между упражнениями, исходные положения. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 4.2 | Тема .4.2. | | Составление комплексов упражнений по заданию преподавателя на: растя­гивание, расслабление, осанку, координацию, дыхание, с предметами, на тренажёрах, в парах, в движении. Проведение комплексов упражнений. |
| 4.3 | Тема 4.3. | | Овладение комплексами общеразвивающих упражнений раздельным, про­ходным, поточным, игровым способом, вдвоём, в сопротивлении, в сцепле­нии. |
| 5.1 | Раздел 5. Обучение прикладным упраж­нениям.  Тема 5.1. | | Прикладные упражнения. Характеристика и основные задачи прикладных упражнений. Классификация прикладных упражнений. Методика проведения прикладных упражнений в учебной группе. Ходьба (походный шаг, с опорой руками на колени, при­гнувшись, крадучись). Лазание, разновидности лазания по способам выпол­нения, завязывание. Переползание (различными способами). Способы пере­носки партнёра (на плечах, на плече, на руках, под руки и ноги, под спину и ноги). Преодоление препятствий различными способами (прыжком, насту­пая, силой, с опорой ногой, подсаживанием). | ОК 1-11  ПК 1.1,1.4 |
| 6.1 | Раздел 6.  Обучение акробатическим упражнениям.  Тема 6.1 | | Акробатические упражнения. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений. Техника прыжко­вых и балансовых упражнений. Акробатические соединения. Парная акроба­тика. Обучение и способы проведения акробатических упражнений. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 6.2 | Тема 6.2 | | Обучение технике прыжковых упражнений: группировкам, перекатам, ку­выркам, переворотам, сальто, прыжкам на батуте; балансовых: шпагату, мо­сту, равновесию, стойкам, парным и групповым упражнениям |
| 7.1 | Раздел 7.  Обучение упражнениям худо­жественной гимнастики  Тема 7.1. | | Упражнения художественной гимнастики. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью хореографических упражнений. Классификация упражнений художественной гимнастики. Обучение и способы проведения упражнений художественной гимнастики: пружинные движения, волны и волнообразные движения, взмахи, ходьба и бег, прыжки, равновесия, повороты, упражнения с предметами. | ОК 1-11  ПК 1.1,1.4 |
| 8.1 | Раздел 8. Обучение хореографическим упражнениям.  Тема 8.1. | | Хореографические упражнения. Разновидности ходьбы, прыжков, поворотов, равновесий. Позиции ног, рук. Методика обучения хореографическим упражнениям. Элементы народного танца. |  |
| 9.1 | Раздел 9.  Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физ­культурно-оздоровительной работы по гимнастике.  Тема 9.1. | | Виды планирования. Основные документы планирования: Учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков. Планирование учебной и физкультурно­оздоровительных мероприятий по гимнастике в общеобразовательной школе, физкультурно-оздоровительных группах. Виды педагогического контроля. Методы контроля. | ОК 1-11  ПК 1.1,1.4 |
| 10.1 | Раздел 10.  Организация, проведение и анализ урока гимнастики. До­кументация.  Тема 10.1 | | Структура урока гимнастики. Задачи и содержание частей урока . Методы и формы организации и проведения урока по гимнастике с учетом возрастных особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подго­товленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока гимна­стики. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока гимнастики. | ОК 1-12  ПК 1.1,1.5,1.8 |
| 10.2 | Тема 10.2. | | Подбор упражнений для каждой части урока. Составление плана-конспекта частей урока гимнастики. |
| 10.3 | Тема 10.3. | | Устный опрос: планирование, педагогический контроль, организация урока гимнастики. |
| 11.1 | Раздел 11.  Организация и проведение спортивно-массовых меропри­ятий по гимнастике (праздни­ков).  Тема 11.1 | | Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений.Виды и характеристика соревнований. Документы для проведения сорев­нований: положение, рабочие документы, график соревнований, заявки, спи­сок участников, протоколы. Система оценки. Содержание программы сорев­нований. Материально-техническое обеспечение соревнований. Методика проведения массовых гимнастических выступлений в помещении и на открытой площадке. Составление сценарного плана массовых гимнасти­ческих выступлений. Методика проведения соревнований по гимнастике. Особенности организации и судейства соревновании. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 11.2 | Тема 11.2. | | Разработка сценария праздника. Устный опрос по правилам соревнований по гимнастик |
| 12.1 | Раздел 12. Основы оздоровительной тре­нировки в гимнастике.  Тема 12.1 | | Построение оздоровительной тренировки по гимнастике. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки. | ОК 1-12  ПК 1.1,1.5,1.8 |
| 12.2 | Тема 12.2. | | Разработка плана оздоровительной тренировки по различным видам гимна­стики по заданию преподавателя и по выбору студента: пилатес, стретчинг, йога, калланетика. |
| 13.1 | Раздел 13.  Атлетическая гимнастика.  Тема 13.1. | | Комплекс упражнений с гантелями. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 13.2 | Тема 13.2. | | Комплекс упражнений с гирями. |
| 13.3 | Тема 13.3. | | Комплекс упражнений на тренажёрах. |
| 14.1 | Раздел 14.  Стретчинг.  Тема 14.1 | | Упражнения для мышц спины, пресса, ног, рук, шеи. Обучение технике вы­полнения упражнений. | ОК 1-12  ПК 1.1,1.5,1.8 |
| 14.2 | Тема 14.2 | | Упражнения для расслабления. |
| 14.3 | Тема 14.3 | | Подбор упражнений для растяжки различных групп мышц. |
| 14.4 | Тема 14.4 | | Составление конспекта комплекса упражнений стретчинга. |
| 14.5 | Тема 14.5 | | Проведение комплекса упражнений стретчинга. |
| 15.1 | Раздел 15. Калланетика.  Тема 15.1. | | История калланетики. Принципы калланетики. Основные понятия калланетики. Меры предосторожности. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 15.2 | Тема 15.2 | | Упражнения для мышц спины, пресса, ног, рук, шеи. |
| 15.3 | Тема 15.3. | | Упражнения для расслабления. Растяжка. |
| 15.4 | Тема 15.4. | | Обучение правильной тех­нике выполнения упражнений. Подбор упражнений для различных групп мышц. |
| 15.5 | Тема 15.5. | | Проведение комплекса калланетики. |
| 16.1 | Раздел 16.  Пилатес.  Тема 16.1 | | История пилатеса. Принципы пилатеса. Основные понятия пилатеса. Пилатес и йога, сходства и различия. Меры предосторожности. Упражнения для начинающих. Базовые упражнения. Комплексы упражнений для начального, среднего и продвинутого уровней. Упражнения с фитболом. | ОК 1-10  ПК 1.1,1.2,1.4,1.8 |
| 16.2 | Тема 16.2 | | Упражнения для начинающих. Базовые упражнения. Техника выполнения упражнений. |
| 16.3 | Тема 16.3 | | Комплекс упражнений для начального уровня. Составление и проведение. |
| 16.4 | Тема 16.4 | | Комплекс упражнений для среднего уровня. Составление и проведение. |
| 16.5 | Тема 16.5 | | Комплекс упражнений для продвинутого уровня. Составление и проведение. |
| 16.6 | Тема 16.6 | | Упражнения для правильной осанки. |
| 16.7 | Тема 16.7 | | Упражнения на баланс. |
| 16.8 | Тема 16.8 | | Упражнения для укрепления мышц. |
| 16.9 | Тема 16.9 | | Упражнения для развития силы. |
| 16.10 | Тема 16.10 | | Упражнения с отягощениями. |
| 16.11 | Тема 16.11 | | Упражнения с фитболом. Техника выполнения упражнений. |
|  | ПМ 02.01 Освоение единоборств с методикой обучения | |  |  |
| 1.1 | История развития бильярдного спорта | |  | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.2 | В России. | |  |  |
| 1.3 | Техника безопасности во время тренировочных мероприятий и соревнований. | | Без определения цели трудно выбрать игровое положение. Можно отметить точку на борту или использовать линию, разделяющую деревянный и резиновый борта для направления маховых движений. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.4 | Выбор точки прицела и линии прицеливания. | | Расположение ног, корпуса, кистевого упора, распределение веса тела между правой и левой ногой. (Для бильярдистов, играющих левой рукой, все рекомендации понимаются в зеркальном отображении). | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.5 | Игровая стойка. | | Расположение ног, корпуса, кистевого упора, распределение веса тела между правой и левой ногой. (Для бильярдистов, играющих левой рукой, все рекомендации понимаются в зеркальном отображении). | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.6 | Игровая стойка. | | Расположение ног, корпуса, кистевого упора, распределение веса тела между правой и левой ногой. (Для бильярдистов, играющих левой рукой, все рекомендации понимаются в зеркальном отображении). | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.7 | Хват кия, кистевой упор. | | Место для хвата кия рукой, состояние кисти, предплечья. Разновидность кистевого упора, положение пальцев руки, расстояние между центром упора и битком, регулировка высоты упора, изменение вида упора в зависимости от положения битка на игровой поверхности стола и вида удара. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.8 | Прицельно-маховые и ударные движения. | | Разминочные маховые движения. Замах перед ударом, пауза. Разгон, удар, сопровождение кия после удара по битку. Размер сопровождения в зависимости от удара. Плавность прицельно-махового движения. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.9 | Постановка удара. | | Нахождение точки удара на битке. Выполнение непосредственно удара по битку. Коррекция стойки. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.10 | Постановка удара. | | Нахождение точки удара на битке. Выполнение непосредственно удара по битку. Коррекция стойки. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.11 | Постановка удара. | | Нахождение точки удара на битке. Выполнение непосредственно удара по битку. Коррекция стойки. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.12 | Удары в центр битка. | | Удары без прицеливания с различной силой. Удары вдоль продольной линии. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.13 | Удары в центр битка. | | Игра одиночных шаров в лузы с различных точек игровой поверхности стола. Игра удалённых одиночных шаров, в том числе с помощью машинки. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.14 | Удары в центр битка. | | Игра одиночных шаров после разбоя пирамиды. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.15 | Удары в центр битка. | | Совершенствование упора и ударов по одиночному шару от борта, через шар, от пирамиды. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.16 | Удары в центр битка. | | Игра одиночных шаров дуплетом в центральные и угловые лузы, отработка размера удара. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.17 | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | | Понятие о различии входа шара в центральную и угловую лузы. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.18 | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | | Изучение движения шаров при ударах накатом, клапштоссом, оттяжкой. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.19 | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | | Игра прицельных шаров тремя основными ударами в различные лузы при простых бильярдных комбинациях. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.20 | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | | Игра прицельного шара на резке. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.21 | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | | Игра своего шара с ударом в центр битка в различные лузы. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.22 | Освоение тренировочных игр | | «Финская партия» (упрощённый вариант) «Перекатка». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.23 | Освоение тренировочных игр | | Освоение основных правил игры «Свободная пирамида». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.24 | Ознакомление с основами тактики бильярдной игры | | Формирование навыка отыгрыш. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.25 | Отработка положения кистевого упора | | Отработка положения кистевого упора при игре шаров от борта, через шар, от шаров, пирамиды, в труднодоступных местах игровой поверхности стола (тычком, пистолетом, с машинкой). | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.26 | Отработка техники удара | | Отработка техники удара при игре шаров накатом, на клапштоссе, оттяжкой в различные лузы и с разных положений. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.27 | Отработка техники удара | | Отработка техники удара при игре шаров накатом, на клапштоссе, оттяжкой в различные лузы и с разных положений. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.28 | Отработка техники удара | | Отработка техники удара при игре шаров накатом, на клапштоссе, оттяжкой в различные лузы и с разных положений. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.29 | Отработка техники удара | | Отработка техники удара при игре шаров накатом, на клапштоссе, оттяжкой в различные лузы и с разных положений. | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.30 | Совершенствование техники и тактики игры | | Совершенствование техники и тактики игры «Свободная пирамида», изучение правил соревнований «Комбинированной пирамиды», «Динамичной пирамиды». Знакомство с правилами соревнований «Пул». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.31 | Совершенствование техники и тактики игры | | «Свободная пирамида», изучение правил соревнований «Комбинированной пирамиды», «Динамичной пирамиды». Знакомство с правилами соревнований «Пул». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.32 | Совершенствование техники и тактики игры | | «Свободная пирамида», изучение правил соревнований «Комбинированной пирамиды», «Динамичной пирамиды». Знакомство с правилами соревнований «Пул». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.33 | Совершенствование техники и тактики игры | | «Свободная пирамида», изучение правил соревнований «Комбинированной пирамиды», «Динамичной пирамиды». Знакомство с правилами соревнований «Пул». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.34 | Совершенствование техники и тактики игры | | «Свободная пирамида», изучение правил соревнований «Комбинированной пирамиды», «Динамичной пирамиды». Знакомство с правилами соревнований «Пул». | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.35 | Участие в соревнованиях внутри учебной группы, правила и регламент соревновании. | | «Свободная пирамида» | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |
| 1.36 | Участие в соревнованиях внутри учебной группы, правила и регламент соревновании. | | «Свободная пирамида» | ОК 1-10  ПК 2.1-2.6 |

**2.2 Планы теоретических (лекционных) занятий (по семестрам)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01Освоение легкой атлетики с методикой обучения *Семестр (9)*  *Семестр (11)*  **Раздел 1** Легкая атлетика как учебная дисциплина и вид спорта | Тема 1.1  Структура и содержание предмета. Тема | 2 | лекция |
| **Раздел 2** Техника легкоатлетических видов | Тема2.1 Основы техники ходьбы и бега | 2 | лекция |
| Тема2.2 Основы техники прыжков | 2 | лекция |
| Тема2.3 Основы техники метаний | 2 | лекция |
| **Раздел 3** Организация, проведение соревнований по легкой атлетике | Тема 3.1  Организация и проведение соревнований | 2 | лекция |
| **Раздел 7** Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физ­культурно-спортивной работы по легкой атлетике. Докумен­тация | Тема 7.1  Виды планирования. Методическая последовательность планирования. | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01 Освоение баскетбола с методикой тренировки**  *Семестр 4(9)*  *Семестр 1(11)*  **Раздел1** Баскетбол - учебная дисциплина и вид спорта | Тема1.1 Предмет и задачи. Краткие исторические сведения. Основные понятия о баскетболе | 2 | лекция |
| Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу. Основы судейства в баскетболе. Документация | Тема 4.1 Виды и характер соревнований по баскетболу. Деятельность судейской коллегии по баскетболу. Правила соревнований по баскетболу. | 2 | лекция |
| Раздел 5 Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу | Тема 5.1 Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, планы-конспекты уроков. | 2 | лекция |
| Раздел 6 Организация, проведение и анализ занятий по баскетболу в школе и спортивной секции. Документация | Тема 6.1 Структура урока (занятия) баскетбола. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения урока (занятия) по бас­кетболу с учетом возрастных особенностей занимающихся. | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01 Освоение волейбола с методи­кой обучения  *Семестр (9)*  *Семестр5(11)*  Раздел 1 Волейбол - учебная дисциплина и вид спорта | Тема1.1 История развития волейбола. Основные понятия о волейболе. | 2 | лекция |
| Раздел **3** Организация и проведение со­ревнований по волейболу. Основы судейства в волейболе. Документация. | Тема3.1 Виды и характер соревнований по волейболу. Деятельность судейской кол­легии по волейболу. Правила соревнований по волейболу. | 2 | лекция |
| Раздел 5 Планирование и педагогиче­ский контроль в учебной и физкультурно­оздоровительной работы по волейболу | Тема5.1 Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков. Виды педагогического контроля. Методы контроля. | 2 | лекция |
| Раздел 6 Организация, проведение и анализ занятий по волейболу. Документация. | Тема 6.1 Структура урока (занятия) волейбола. Задачи и содержание частей урока (за­нятия). Методы и формы организации проведения урока (занятия) по волей­болу с учетом возрастных особенностей занимающихся. | 3 | лекция |
| Раздел 7 Основы оздоровительной тре­нировки в волейболе | Тема 7.1 Оздоровительное значение занятий волейболом. Разновидности игры: дво­ровый волейбол, пляжный волейбол. | 3 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01 Освоение футбола с методикой обучения**  *Семестр (9)*  *Семестр5(11)*  **Раздел 1** Футбол - учебная дисциплина и вид спорта | Тема1.1 История и основные этапы развития футбола. Терминология. Классифика­ция и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите. | 2 | лекция |
| **Раздел 4** Планирование, организация, проведение и анализ занятий по футболу. Документация. | Тема 4.1 Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков (занятий). | 2 | лекция |
| Раздел 5 Разработка плана-конспекта занятия по футболу. Проведение частей занятия по футболу по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия. | Тема5.1 Футбол - самая популярная игра. Доступность игры. Влияние занятий футбо­лом на дыхательную, сердечно-сосудистую, сенсорные системы организма. | 2 | лекция |
| Тема 5.2 Разработка плана оздоровительной тренировки по футболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя. | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01 Освоение настольного тенниса с методикой тренировки  *Семестр (9)*  *Семестр (11)*  **Раздел 1** Освоение настольного тенниса с методикой тренировки | Тема1.1 Предмет и задачи. История и этапы развития настольного тенниса. Основ­ные понятия и терминология настольного тенниса. | 2 | лекция |
| **Раздел 6** Планирование, организация, проведение и анализ занятий по футболу. Документация. | Тема 6.1 Структура занятия по настольному теннису. Задачи и содержание частей урока (занятия). | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01** Освоение плавания с методикой обучения  *Семестр 7-8(9)*  *Семестр 5-6(11)*  **Раздел1** Плавание **-** учебная дисциплина и вид спорта | Тема1.1 Предмет и задачи. История и этапы развития плавания. | 2 | лекция |
| **Раздел 3** Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-оздоровительной работы по плаванию | Тема 3.1 Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков. | 2 | лекция |
| Раздел 6 Организация, проведение и анализ урока (занятия) по пла­ванию. Документация. | Тема 6.1 Структура урока (занятия) по плаванию. Задачи и содержание частей урока (занятия). | 2 | лекция |
| Раздел 7 Основы оздоровительной тренировки | Тема 7.1 Оздоровительное значение плавания. Задачи оздоровительного плавания. Этапы проведения занятий оздоровительным плаванием | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01** Освоение подвижных игр с ме­тодикой обучения |  |  |  |
| **Раздел 1** Введение в предмет. Подвижные игры в педагогической практике. | Тема 1.1 Краткие исторические сведения о возникновении и развитии игры. Игры в системе физического воспитания личности | 2 | лекция |
| Тема 1.2 Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом воз­растных особенностей детей. | 2 | лекция |
| Тема 1.3 Технологии обучения и организации занятий подвижными играми с различ­ным контингентом занимающихся. | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01 Освоение основ спортивного туризма для людей с ОВЗ с методикой обучения  *Семестр 8-7 (9)*  *Семестр 5-6 (11)*  **Раздел 1** Введение в предмет | Тема 1.1  Предмет и задачи. Влияние занятий туризмом на здоровье человека | 2 | лекция |
| **Раздел 2** Топографическая подготовка туриста | Тема2.1 Топографическая карта. Рельеф и способы его изображения. Условные топо­графические знаки (УТЗ). | 2 | лекция |
| **Раздел 3** Организация туристского похода | Тема 3.1  Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. | 4 | лекция |
| **Раздел 4** Поход выходного дня | Тема 4.1. Пешеходный туризм | 2 | лекция |
| Тема 4.5 Лыжный туризм | 2 | лекция |
| Тема 4.6 Водный туризм  Горный туризм | 2 | лекция |
| **Раздел 5** Гигиена туриста. Первая медицинская помощь | Тема 5.1 Гигиена туриста в походе. Нормы нагрузки туриста | 2 | лекция |
| **Раздел 6** Туристский быт и охрана природы | Тема 6.1 Туристский бивак. Правильный выбор места туристического бивака с учетом особенности природного окружения. | 2 | лекция |
| **Раздел 7** Содержание и формы туристской работы с детьми | Тема 7.1 Постановка туристской работы в школе. | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ.02.01.**  **Спортивное ориентирование** |  |  |  |
| Раздел 1 Введение в предмет спортивное ориентирование | Тема 1.1 Инструктаж по технике безопасности. Что такое спортивное ориентирование | 2 | лекция |
|  | Тема 1.3 Гигиена спортивной тренировки. Требования к экипировке. | 2 | лекция |
| Раздел 2 Карта в спортивном ориентировании | Тема 2.1 Как подготавливается и составляется карта для спортивного ориентирования. | 2 | лекция |
| Раздел 3 Движение по дистанции | Тема 3.1 Обязанности участников при движении по дистанции. Разрядные требования. | 2 | лекция |
| **МДК.02.01 Лыжный спорт** .  *Семестр 4(9)*  *Семестр 2(11)*  Раздел 1. Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта. | **Тема1.1** Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта. Предмет и задачи. История развития лыжного спорта. Способы передвиже­ния на лыжах. Лыжный инвентарь и экипировка лыжника. Терминология и основные понятия техники передвижения на лыжах. Техника безопасности и меры. | 2 | лекция |
| **Раздел 3.** Методика обучения способам передвижения на лыжах.  Ме­тодика развития физических качеств средствами лыжной подготовки. | **Тема 3.1.** Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Последовательность обучения классическим ходам, коньковым ходам, спус­ков, подъёмов, торможений, поворотов. | 1 | лекция |
|  | **Тема 3.2.** Схема обучения по задачам. Выбор средств и методов обучения. Методические указания. Характерные ошибки, способы устранения их. | 1 | лекция |
| **Раздел 4.**  Основные документы планирования:планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Документация**.** | **Тема 4.1** Основные документы планирования: программа, тематический план, распи­сание, план-конспект урока (занятия). | 1 | лекция |
| **Тема 4.2.**  Тестирование по правилам соревнований по лыжным гонкам | 1 | лекция |
| **Раздел 5.**  Основы оздоровительной тре­нировки средствами лыжной подготовки. | **Тема 5.1.** Влияние ходьбы на лыжах на здоровье человека. Оздоровительный и закали­вающий эффект ходьбы на лыжах. | 2 | лекция |
| **МДК.01.01 Оздоровительная коррекционная (адаптивная) гимнастика с методикой обучения**  *Семестр 3(9)*  *Семестр 1(11)*  **Раздел 1.** Место гимнастики в системе физического воспитания. | **Тема1.1**  Общие и частные за­дачи гимнастики. История развития гимнастики. Виды гимнастики и их классификация. | 2 | лекция |
| **Раздел 2.** Гимнастическая терминология**.** | **Тема2. 1.** Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной термино­логии.Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Спосо­бы образования терминов. | 2 | лекция |
| **Раздел 3.**  Основы обучения гимнастиче­ским упражнениям: строевые упражнения. | **Тема 3.1.**  Цели и задачи обучения. Этапы обучения. Технологическая схема обучения гимнастическим упражнениям. Практические действия (приёмы) помощи и страховки. | 1 | Лекция |
| **Раздел 4. Обучение общеразвивающим упражнениям.** | **Тема 4.1.** Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью общеразвиваю­щих упражнений. Классификация общеразвивающих упражнений. Констру­ирование общеразвивающих упражнений. | 1 | лекция |
| Раздел 6.  Обучение акробатическим упражнениям. | **Тема6.1**  Акробатические упражнения. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений. | 2 | лекция |
| Раздел 9.  *Семестр 4(9)*  *Семестр 2(11)*  Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физ­культурно-оздоровительной работы по гимнастике. | **Тема 9.1.**  Виды планирования. Основные документы планирования: Учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков. | 2 | лекция |
| Раздел 10.  Организация, проведение и анализ урока гимнастики. До­кументация. | **Тема 10.1** Структура урока гимнастики. Задачи и содержание частей урока . Методы и формы организации и проведения урока по гимнастике с учетом возрастных особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подго­товленности. | 2 | лекция |
| Раздел 11.  Организация и проведение спортивно-массовых меропри­ятий по гимнастике (праздни­ков). | **Тема 11.1** Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений.Виды и характеристика соревнований. | 2 | лекция |
| Раздел 12. Основы оздоровительной тре­нировки в гимнастике. | **Тема 12.1** Построение оздоровительной тренировки по гимнастике. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки. | 2 | лекция |
| Раздел15.  *Семестр 5(9)*  *Семестр 2(11)*  Калланетика. | **Тема 15.1** История калланетики. Принципы калланетики. Основные понятия калланетики. Меры предосторожности. | 2 | лекция |
| Раздел 16.  Пилатес. | **Тема 16.1.**  История пилатеса. Принципы пилатеса. Основные понятия пилатеса. Пилатес и йога, сходства и различия. Меры предосторожности. | 2 | лекция |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01** Освоение бильярда с ме­тодикой обучения | История развития бильярдного спорта  В России. | 1 | лекция |
| Раздел 1. | Техника безопасности во время тренировочных мероприятий и соревнований. | 1 | лекция |
| Игровая стойка. | 1 | лекция |
| Удары в центр битка. | 1 | лекция |
|  | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | 1 | лекция |
| Освоение тренировочных игр | 1 | лекция |

**2.3 Планы практических (семинарских) занятий (по семестрам)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01Освоение легкой атлетики с методикой обучения  *Семестр 7-8 (9)*  *Семестр 5-6 (11)* |  |  |  |
| Раздел 2 Техника легкоатлетических видов | Тема 2.4  Техника безопасности и профилактика травматизма | 2 | семинар |
| Тема 2.5  Общеразвивающие и специальные упражнения | 2 | семинар |
| Тема 2.6  Спортивная ходьба | 4 | семинар |
| Тема 2.7  Бег на средние дистанции и по пересеченной местности | 4 | семинар |
| Тема 2.8  Бег на короткие дистанции | 4 | семинар |
| Тема 2.9  Эстафетный бег | 4 | семинар |
| Тема 2.10  Барьерный бег. Бег с преодолением препятствий | 6 | семинар |
| Тема 2.11  Прыжки в высоту с разбега | 6 | семинар |
| Тема 2.12  Прыжок с шестом | 2 | семинар |
| Тема 2.13  Прыжок в длину | 6 | семинар |
| Тема 2.14  Метание малого мяча, гранаты, диска,копья | 8 | семинар |
| Тема 2.15  Толкание ядра | 2 | семинар |
| Тема 2.16  Оценка техники легкоатлетических упражнений | 4 | семинар |
| **Раздел 3** Организация, проведение соревнований по легкой атлетике | Тема 3.2  Тестирование по правилам соревнований по лёгкой атлетике. | 2 | семинар |
| **Раздел 4** Методика обучения легкоатлетических видов | Тема 4.1 Методы, средства и задачи обучения. | 2 |  |
| Тема 4.2  Методика обучения технике спортивной ходьбе. | 2 | семинар |
| Тема 4.3  Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. | 2 | семинар |
| Тема 4.4  Методика обучения технике бега на короткие дистанции. | 2 | семинар |
| Тема 4.5  Методика обучения технике эстафетного бега. | 2 | семинар |
| Тема 4.6  Методика обучения технике барьерного бега. | 2 | семинар |
| Тема 4.7  Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега способами перешагивание и фосбери-флоп | 2 | семинар |
| Тема 4.8 Методика обучения технике прыжков в длину с разбега способами согнув ноги, ножницы, прогнувшись. | 4 | семинар |
| Тема 4.9  Методика обучения технике метания малого мяча (гранаты, копья) с места и разбега. | 4 | семинар |
| Тема 4.10  Методика обучения технике толкания ядра. | 2 | семинар |
| **Раздел 5** Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики | Тема 5.1  Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, гибкости, ко­ординационных способностей, применяемые на занятиях легкоатлетов | 2 | семинар |
| Тема 5.2  Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: быстроты | 2 | семинар |
| Тема 5.3  Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: силы | 2 | семинар |
| Тема 5.4  Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: выносливости. | 2 | семинар |
| Тема 5.5  Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: ловкости. | 2 | семинар |
| Тема 5.6  Составление и проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: гибкости. | 2 | семинар |
| **Раздел 6** Организация, проведение и анализ занятий (урока) легкой атлетики с различными возрастными группами занимающихся. Документация. | Тема 6.1  Структура урока (занятия) легкой атлетики. Задачи и содержание частей уро­ка (занятия). | 6 |  |
| Тема 6.2  Проведение и анализ частей урока по лёгкой атлетике. | 4 | семинар |
|  | Тема 6.3  Просмотр и анализ урока (занятия ) по лёгкой атлетике. | 4 | семинар |
| **Раздел 7** Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физ­культурно-спортивной работы по легкой атлетике. Докумен­тация | Тема 7.2  Составление конспекта урока (занятия) по лёгкой атлетике по заданию пре­подавателя. | 2 | семинар |
| Раздел 8 Методика оздоровительной тренировки средствами легкой атлетики | Тема 8.1  Характеристика оздоровительной тренировки | 2 |  |
| Тема 8.2 Основы оздоровительной тренировки в легкой атлетике | 2 | семинар |
| Тема 8.3 Составление индивидуальной программы занятий оздоровительным бегом с учётом возраста и функционального состояния. | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01** Освоение баскетбола с методи­кой обучения  *Семестр 4 (9)*  *Семестр 1 (11)*  **Раздел 2** Техника двигательных действий в баскетболе | Тема2.1 Техника двигательных действий в нападении. | 4 | семинар |
| Тема2.2 Техника двигательных действий в защите. | 2 | семинар |
| Тема2.3 Тактика игры в нападении и защите. | 2 | семинар |
| **Раздел 3** Методика обучения технико-тактическим двигательным действий в баскетболе | Тема 3.1 Основы обучения двигательным действиям в баскетболе | 2 | семинар |
| Тема 3.2. Методика обучения технике двигательных действий в нападении. | 2 | семинар |
| Тема 3.3. Методика обучения технике двигательных действий в защите. | 2 | семинар |
| Тема 3.4. Методика обучения тактике игры в защите и нападении. | 2 | семинар |
| Тема 3.5. Составление комплексов упражнений по развитию физических качеств сред­ствами баскетбола: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости (по заданию преподавателя). | 2 | семинар |
| Раздел 4 Организация и проведение со­ревнований по баскетболу. Ос­новы судейства в баскетболе. Документация.  Раздел 5 Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физ­культурно-оздоровительной работы по баскетболу | Тема4.2 Организация и судейство соревнований по баскетболу. | 2 | семинар |
| Тема 5.2 Разработка плана - конспекта урока баскетбола. | 2 | семинар |
| Раздел 6 Организация, проведение и анализ занятий по баскетболу в школе и спортивной секции. Документация | Тема 6.2 Проведение частей урока баскетбола по заданию преподавателя и их анализ. | 2 | семинар |
| Тема 6.3 Сдача контрольных нормативов. | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01 Освоение волейбола с методи­кой обучения  *Семестр 4 (9)*  *Семестр 2 (11)*  Раздел 2 Техника двигательных действий в волейболе | Тема2.1 Техника нападения: Стойки, перемещения, остановки волейболиста. | 2 | семинар |
| Тема2.2 Техника защиты. Блокирование: одиночное и групповое. | 2 | семинар |
| Тема2.3  Тактика нападения. Индивидуальные действия. | 2 | семинар |
| **Раздел 3** Методика обучения технико - тактическим двигательным действий в баскетболе | Тема 3.2. Судейство учебных игр. Тестирование: правила соревнований по волейболу. | 2 | семинар |
| Раздел 4 Методика обучения технике двигательных действий в во­лейболе и развития физических качеств | Тема 4.1 Основы обучения двигательным действиям в волейболе. | 2 | семинар |
| Тема 4.2 Методика обучения технике двигательных действий в нападении по волей­болу. | 2 | семинар |
| Тема 4.3 Методика обучения технике двигательных действий в нападении по волей­болу. | 2 | семинар |
| Тема 4.4 Методика обучения тактике игры в защите и нападении по волейболу. | 2 | семинар |
| Раздел 5 Планирование и педагогиче­ский контроль в учебной и физкультурно­оздоровительной работы по волейболу | Тема 5.2 Составление документов планирования учебной и физкультурно­оздоровительной работы в ОУ. | 2 | семинар |
| Раздел 6 Организация, проведение и анализ занятий по волейболу. Документация. | Тема 6.2 Составление плана-конспекта урока волейбола по заданию преподавателя. | 2 | семинар |
| Раздел 7 Основы оздоровительной тре­нировки в волейболе | Тема 7.2 Сдача контрольных нормативов. | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01 Освоение футбола с методикой обучения**  *Семестр 4 (9)*  *Семестр 2 (11)*  **Раздел 2** Техника двигательных действий в футболе. Основные правила соревнований по футболу | Тема2.1 Техника нападения:Перемещения. Владение мячом: удары по мячу ногой, головой, остановки мяча. | 2 | семинар |
| Тема2.2 Техника защиты. Ведение мяча. Вбрасывание мяча. Отбор мяча. Приёмы игры вратаря | 2 | семинар |
| Тема2.3  Тактика нападения. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. Групповые действия. | 4 | семинар |
| Тема 2.4 Индивидуальные действия. Опека игрока, владеющего мячом. Групповые и командные действия | 2 | семинар |
| Тема 2.5 Оценка технико-тактических действий. Тестирование по правилам соревнований по футболу. | 2 | семинар |
| **Раздел 3** Методика обучения двигатель­ным действиям и развитию физических качеств в футболе | Тема 3.1. Методика обучения технике двигательных действий футболиста в нападении. | 2 | семинар |
| Тема 3.2 Методика обучения технике двигательных действий футболиста в защите | 2 | семинар |
| Тема 3.3 Методика обучения технико-тактическим действиям в футболе | 2 | семинар |
| Тема 3.4 Совершенствование технико-тактических действий и судейства в двусторон­ней игре в футбол. | 2 | семинар |
| Тема 3.5 Составление комплексов упражнений для развития физических качеств сред­ствами футбола по заданию преподавателя. | 2 | семинар |
| **Раздел 4** Планирование, организация, проведение и анализ занятий по футболу. Документация. | Тема 4.2 Разработка плана-конспекта занятия по футболу. Проведение частей занятия по футболу по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия. | 2 | семинар |
| Раздел 5 Разработка плана-конспекта занятия по футболу. Проведение частей занятия по футболу по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия. | Тема 5.3 Сдача контрольных нормативов. | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01 Освоение настольного тенниса с методикой обучения  *Семестр 4 (9)*  *Семестр 2 (11)*  Раздел 2 Техника двигательных действий в настольном теннисе | Тема2.1  Исходные положения(стойки): правосторонняя, нейтральная, левосторон­няя.  Способы хватов ракетки: горизонтальный хват - жёсткий и мягкий. | 2 | семинар |
| Тема2.2 Атакующие удары: накат, контрнакат, топ-спин, контртоп-пин, топ-спин- удар, топс-удар, удар накатом по свече. | 2 | семинар |
| Тема2.3  Подачи мяча: короткие (с нижним вращением мяча и без вращения мяча); длинные с низким подбрасыванием мяча. | 2 | семинар |
| **Раздел 3** Методика обучения технике двигательных действий в | Тема 3.1. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и мето­дические приемы, используемые при обучении технико-тактическим дей­ствиям теннисиста. | 2 | семинар |
| Тема3.2 Методика обучения держанию ракетки, стойкам, передвижениям | 2 | семинар |
| Тема3.3 Методика обучения ударам и подачам. | 2 | семинар |
| Тема3.4 Методика обучения тактическим действиям в игре. | 2 | семинар |
| Тема3.5 Оценка технико-тактических действий студентов. Устный опрос по правилам соревнований по настольному теннису. | 2 | семинар |
| Раздел 4 Методика обучения технике двигательных действий в во­лейболе и развития физических качеств | Тема 4.1  Средства и методы развития физических качеств теннисиста: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты. | 2 | семинар |
| Раздел 5 Планирование и педагогиче­ский контроль в учебной и физкультурно­оздоровительной работы по настольному теннису. | Тема 5.1 Виды планирования. Основные документы планирования: учебный план, учебная программа, поурочный план на четверть, расписание занятий, пла­ны-конспекты уроков (занятий). | 2 | семинар |
| Тема 5.2 Планирование учебной и физкультурно - оздоровительной работы по настольному теннису в спортивной секции. Ви­ды педагогического контроля. Методы контроля. | 2 | семинар |
| Раздел 6 Организация, проведение и анализ занятий по волейболу. Документация. | Тема 6.2 Составление конспекта части занятия по настольному теннису. Проведение частей занятия по настольному теннису по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия. | 2 | семинар |
| Раздел 7 Основы оздоровительной тре­нировки в настольном теннисе | Тема 7.1 Построение оздоровительной тренировки по настольному теннису. | 2 | семинар |
| Тема 7.2 Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису по заданию преподавателя. | 2 | семинар |
| Сдача контрольных нормативов | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01** Освоение плавания с методикой обучения  *Семестр 7-8(9)*  *Семестр 5-6 (11)*  Раздел 2 Техника спортивных способов плавания | Тема2.1 Техника кроля на груди. | 2 | семинар |
| Тема2.2 Техника баттерфляя. | 2 | семинар |
| Тема2.3 Техника кроля на спине. | 2 | семинар |
| Тема2.4 Техника брасса. | 2 | семинар |
| Тема2.5 Техника стартов в плавании. Разновидности стартов: | 2 | семинар |
| Тема2.6 Техника поворота в плавании кролем на груди. | 2 | семинар |
| Тема2.7 Демонстрация техники спортивных способов плавания на оценку. Тестиро­вание по правилам соревнований по плаванию. | 2 | семинар |
| **Раздел 4** Методика обучения спортивным способам плавания | Тема 4.1. Основы обучеия плаванию. | 2 | семинар |
| Тема 4.2 Подготовительные упражнения. | 2 | семинар |
| Тема 4.3 Обучение кролю на груди. | 4 | семинар |
| Тема 4.4 Обучение брассу. | 4 | семинар |
| Тема 4.5 Обучение кролю на спине. | 4 | семинар |
| Тема 4.6 Обучение баттерфляю. | 4 | семинар |
| Тема 4.7 Обучение стартам. | 1 | семинар |
| Тема 4.8 Обучение поворотам. | 1 | семинар |
| Раздел 5 Методика развития физических качеств пловца | Тема 5.1 Средства и методы развития физических качеств пловца: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости. Составление комплекса упражнений на развитие физических качеств. | 2 | семинар |
| **Раздел 6** Организация, проведение и анализ урока (занятия) по пла­ванию. Документация. | Тема 6.2 Подбор упражнений для каждой части урока. Составление конспекта урока по плаванию. | 2 | семинар |
| Тема 6.3 Семинар: планирование, педагогический контроль, организация занятий по плаванию | 2 | семинар |
| Раздел 7 Основы оздоровительной тре­нировки | Тема 7.2 Разработка плана оздоровительной тренировки по плаванию по заданию преподавателя. | 2 | семинар |
| Тема 7.3 Сдача контрольных нормативов | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| **ПМ 02.01** Освоение подвижных игр с ме­тодикой обучения *Семестр 2 (9)*  *Семестр 1 (11)*  **Раздел 2** Методика проведения подвижных игр с детьми разного возраста | Тема 2.1 Методики проведения подвижных игр с детьми от 1 до 3 лет, с 3 до 6 лет | 4 | семинар |
| Тема2.2 Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся младших классов | 4 | семинар |
| Тема2.3 Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 4-6 клас­сов | 4 | семинар |
| Тема 2.4 Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 7-9 клас­сов. | 4 | семинар |
| Тема 2.5 Особенности методики проведения подвижных игр для учащихся 10-11 клас­сов | 4 | семинар |
| Тема 2.6 Особенности организации и проведения подвижных игр на переменах. | 2 | семинар |
| **Раздел 3**. Подвижные игры в тренировочном процессе по  ИВС | Тема 3.1. Особенности организации и проведения соревнований по подвижным играм Организация и проведение подвижных игр в тренировочном цикле для раз­личных видов спорта. | 2 | семинар |
| **Раздел 4** Организация проведения соревнований по подвижным играм | Тема 4.1 Организация и проведение подвижных игр в тренировочном цикле для раз­личных видов спорта. | 2 | семинар |
| **Раздел 5** Оздоровительное значение подвижных игр | Тема 5.1 Подвижные игры на переменах, физкультминутках. | 2 | семинар |
| Тема 5.2 Сдача контрольных нормативов | 2 | семинар |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Название и краткое содержание темы | Количество часов | Форма проведения, технология |
| ПМ 02.01 Освоение основ спортивного туризма для людей с ОВЗ с методикой обучения  *Семестр 5-6 (9)*  *Семестр 7-8 (11)* |  |  | семинар |
| **Раздел 1** Введение в предмет | Тема 1.2  Семинар по контрольным вопросам темы. | 2 | семинар |
| **Раздел 2** Топографическая подготовка туриста | Тема 2.2 Семинар по контрольным вопросам темы. | 2 | семинар |
| Тема 2.3 Измерение расстояний по карте на местности. Использование топографиче­ской карты в походе | 2 | семинар |
| Тема 2.4 Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов | 2 | семинар |
| Тема 2.5 Работа с компасом: определение сторон горизонта, азимут | 2 | семинар |
| **Раздел 3** Организация туристского похода | Тема 3.2 Работа малых групп | 2 | семинар |
| Тема 3.3 Составление сметы похода. | 2 | семинар |
| Тема 3.4 Расчёт питания на туристический поход (12 чел, 6 дней) | 2 | семинар |
| Раздел 4 Поход выходного дня | Тема 4.2 Техника движения по пересеченной местности, техника движения на подъ­емах, спусках, при траверсе склонов, техника движения по тропам. | 2 | семинар |
| Тема 4.3 Особенности техники движения туриста - лыжника. | 2 | семинар |
| Тема 4.4 Работа малых групп: Подготовка презентаций по темам | 2 | семинар |
| **Раздел 5** Гигиена туриста. Первая медицинская помощь | Тема 5.2 Оказание первой медицинской помощи. Формирование походно­медицинской аптечки | 4 | семинар |
| **Раздел 6** Туристский быт и охрана природы | Темы 6.2 Составление экологического Кодекса юного туриста. Установка и снятие палатки | 4 | семинар |
| **Раздел 7** Содержание и формы туристской работы с детьми | Тема 7.2 Семинар по контрольным вопросам тем | 2 | семинар |
|  | Тема 7.3 Разработка проекта экскурсий со школьниками. | 2 |  |
| **Раздел 8** Туристский поход | Тема 8.1 Поход первой категории сложности. Выполнение цели и задач похода - за­крепление туристских умений и навыков в природном окружении. | 6 | семинар |
| Тема 8.2 Отчёт о туристском поход | 4 | семинар |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № раздела | | Название и краткое содержание темы | Количество часов | | Форма проведения, технология | |
| **ПМ.01.01.**  **Спортивное ориентирование** *Семестр 6 (9)*  *Семестр 2 (11)* | |  |  | | семинар | |
| Раздел 1 Введение в предмет спортивное ориентирование | | Тема 1.2  Тренировочное занятие по спортивному ориентиванию в заданном направлении. | 2 | | семинар | |
| **Раздел 2** Карта в спортивном ориентировании | | Тема 2.2 Изображение дистанции на спортивных картах. Старт, КП, финиш и др. информация. | 2 | | семинар | |
| Тема 2.3 Понятие азимута. Измерение расстояний на карте и на местности. | 2 | | семинар | |
| Тема 2.4 Корректировка спортивной и топографической карты на местности. | 2 | | семинар | |
| Тема 2.5 Ориентирование на местности по топографической карте | 2 | | семинар | |
| **Раздел 3** Движение по дистанции | | Тема 3.2 Движение по маркированной дистанции с определением объектов в местах остановки | 2 | | семинар | |
| Тема 3.3 Движение по маркированной дистанции с определением объектов в местах остановки | 2 | | семинар | |
| Тема 3.4 Обязанности участников при движении по дистанции. Разрядные требования. | 2 | | семинар | |
| Тема 3.5 Движение по заданному маршруту с определением азимутов на заданные ориентиры. | 2 | | семинар | |
| Тема 3.6 Движение по маркированной дистанции с нанесением точечных и линейных ориентиров. | 2 | | семинар | |
| Раздел 4 Проведение соревнований по спортивному ориентированию | | Тема 4.1 Как проводятся соревнования в заданном направлении | 2 | | семинар | |
| Тема 4.2 Соревнования по спортивному ориентированию на дистанции по выбору. | 2 | | семинар | |
| Раздел 5 Кроссовая подготовка | | Тема 5.1 Кроссовая подготовка в условиях леса и сильно пересеченной местности. | 4 | | семинар | |
| **МДК.02.01  Лыжный спорт с методикой обучения**  *Семестр 4(9)*  *Семестр 2(11)*  **Раздел 2**  Техника передвижения на лыжах**.** | **Тема2.1.** Техника классических лыжных ходов: Техника передвижения на лыжах - попеременный дв ухшажный, попеременный четырёхшажный; -одновременный бесшажный;   * одновременный одношажный (скоростной вариант); * одновременный двухшажный; | | | 4 | | практическая работа |
| **Тема2.2** Техника коньковых лыжных ходов: Техника передвижения на лыжах -одновременный полуконьковый; -одновременный двухшажный коньковый; -одновременный одношажный коньковый; -попеременный двухшажный коньковый; -коньковый ход без отталкивания руками. | | | 4 | | практическая работа |
| **Тема2.3.** Комбинированные ходы: Техника передвижения на лыжах -переход с одновременного на попеременный классический ход через один -промежуточный скользящий шаг; -переход с одновременного на попеременный классический ход через два -промежуточных скользящих шага; -переход с попеременного двухшажного классического хода на одновремен­ный без шага; -переход с попеременного двухшажного классического хода на одновремен­ный через один скользящий шаг. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема2.4.** Техника подъёмов: Техника передвижения на лыжах  попеременный двухшажный ход, скользящий шаг, сту­пающий шаг, беговой шаг, «полуёлочкой», «лесенкой». Техника спусков: в высокой стойке, в средней стойке, в низкой стойке, стой­ке отдыха. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема2.5.**  Техника торможений: Техника передвижения на лыжах  «плугом», «упором», «боковым соскальзыванием», остановка падением. Техника поворотов:«переступанием», «плугом», «упором», на параллель­ных лыжах. | | | 2 | | практическая работа |
| **Раздел 3.** Методика обучения способам передвижения на лыжах.  Ме­тодика развития физических качеств средствами лыжной подготовки. | **Тема3.1** Обучение технике классических лыжных ходов. | | | 3 | | практическая работа |
| **Тема3.2.** Обучение технике коньковых лыжных ходов. | | | 3 | | практическая работа |
| **Тема3.3.**  Обучение подъёмам, спускам, торможениям, поворотам. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема3.4.**  Со­ставление комплекса упражнений для развития физических качеств по зада­нию преподавателя. | | | 2 | | практическая работа |
| **Раздел 5.**  Основы оздоровительной тре­нировки средствами лыжной подготовки **.** | **Тема3.1**  Расчёт индивидуальной программы ходьбы на лыжах с учётом своего воз­раста и функционального состояния. | | | 2 | | практическая работа |
| **МДК.02.01  Гимнастика**  *Семестр 3(9)*  *Семестр 1(11)*  **Раздел 2.** Гимнастическая терминология**.** | **Тема 2.2.** Запись гимнастических положений по показу, по рассказу, конструирование упражнений. | | | 2 | | практическая работа |
|  | **Тема 2.3.** Составить гимнастический комплекс. Описать его текстовым и графическим способам. | | | 2 | | практическая работа |
| **Раздел 3.**  Основы обучения гимнастиче­ским упражнениям: строевые упражнения. | **Тема 3.2.** Обучение строевым упражнениям**:** строевым приёмам, построениям и пе­рестроениям, поворотам и передвижениям, движению в обход, противохо- дом, перемене направления движения колонны, размыканиям и смыканиям. | | | 3 | | практическая работа |
| **Раздел 4.** Обучение общеразвивающим упражнениям. | **Тема 4.2.** Составление комплексов упражнений по заданию преподавателя на: растя­гивание, расслабление, осанку, координацию, дыхание, с предметами, на тренажёрах, в парах, в движении. Проведение комплексов упражнений. | | | 3 | | практическая работа |
|  | **Тема 4.3.** Овладение комплексами общеразвивающих упражнений раздельным, про­ходным, поточным, игровым способом, вдвоём, в сопротивлении, в сцепле­нии. | | | 6 | | практическая работа |
| Раздел 5. Обучение прикладным упраж­нениям. | **Тема 5.1.**  Прикладные упражнения. Характеристика и основные задачи прикладных упражнений. Классификация прикладных упражнений. Методика проведения прикладных упражнений в учебной группе. | | | 4 | | практическая работа |
| Раздел 6.  Обучение акробатическим упражнениям. | **Тема 6.2.** Обучение технике прыжковых упражнений: группировкам, перекатам, ку­выркам, переворотам, сальто, прыжкам на батуте; балансовых: шпагату, мо­сту, равновесию, стойкам, парным и групповым упражнениям. | | | 6 | | практическая работа |
| Раздел 7.  Обучение упражнениям худо­жественной гимнастики | **Тема 7.1.**  Упражнения художественной гимнастики. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью хореографических упражнений. | | | 4 | | практическая работа |
| Раздел 8. Обучение хореографическим упражнениям. | **Тема 8.1.** Хореографические упражнения. Разновидности ходьбы, прыжков, поворотов, равновесий. Позиции ног, рук. Методика обучения хореографическим упражнениям. | | | 2 | | практическая работа |
| Раздел 10.  Организация, проведение и анализ урока гимнастики.  До­кументация. *Семестр 4(9)*  *Семестр 2(11)* | **Тема 10.2.** Подбор упражнений для каждой части урока. Составление плана-конспекта частей урока гимнастики. | | | 2 | | практическая работа |
|  | **Тема 10.3.** Устный опрос: планирование, педагогический контроль, организация урока гимнастики. | | | 2 | | практическая работа |
| Раздел 11.  Организация и проведение спортивно-массовых меропри­ятий по гимнастике (праздни­ков). | **Тема 11.2.** Разработка сценария праздника. Устный опрос по правилам соревнований по гимнастике. | | | 2 | | практическая работа |
| Раздел 12. Основы оздоровительной тре­нировки в гимнастике. | **Тема 12.2.** Разработка плана оздоровительной тренировки по различным видам гимна­стики по заданию преподавателя и по выбору студента: пилатес, стретчинг, йога, калланетика. | | | 2 | | практическая работа |
| Раздел 13.  Атлетическая гимнастика. | **Тема 13.1** Комплекс упражнений с гантелями. | | | 5 | | практическая работа |
|  | **Тема 13.2** Комплекс упражнений с гирями. | | | 4 | | практическая работа |
|  | **Тема 13.3** Комплекс упражнений на тренажёрах. | | | 5 | | практическая работа |
| Раздел 14.  Стретчинг. | **Тема 14.1**  Упражнения для мышц спины, пресса, ног, рук, шеи. Обучение технике вы­полнения упражнений. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 14.2**  Упражнения для расслабления. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 14.3**  Подбор упражнений для растяжки различных групп мышц. | | | 4 | | практическая работа |
| **Тема 14.4**  Составление конспекта комплекса упражнений стретчинга. | | | 2 | | практическая работа |
| **Семестр 5(9)** | **Тема 14.5**  Проведение комплекса упражнений стретчинга. | | | 4 | | практическая работа |
| Раздел 15. Калланетика. | **Тема 15.2** Упражнения для мышц спины, пресса, ног, рук, шеи. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 15.3**  Упражнения для расслабления. Растяжка. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 15.4**  Обучение правильной тех­нике выполнения упражнений. Подбор упражнений для различных групп мышц. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 15.5**  Проведение комплекса калланетики. | | | 4 | | практическая работа |
| Раздел 16.  Пилатес. | **Тема 16.2.**  Упражнения для начинающих. Базовые упражнения. Техника выполнения упражнений. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.3** Комплекс упражнений для начального уровня. Составление и проведение. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.4** Комплекс упражнений для среднего уровня. Составление и проведение. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.5**  Комплекс упражнений для продвинутого уровня. Составление и проведение. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.6** Упражнения для правильной осанки. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.7** Упражнения на баланс. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.8** Упражнения для укрепления мышц. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.9** Упражнения для развития силы. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.10** Упражнения с отягощениями. | | | 2 | | практическая работа |
| **Тема 16.11** Упражнения с фитболом. Техника выполнения упражнений. | | | 2 | | практическая работа |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1.1 | Выбор точки прицела и линии прицеливания. | 1 | практическая работа |
| 1.2 | Игровая стойка. | 1 | практическая работа |
| 1.3 | Хват кия, кистевой упор. | 1 | практическая работа |
| 1.4 | Прицельно-маховые и ударные движения. | 1 | практическая работа |
| 1.5 | Постановка удара. | 3 | практическая работа |
| 1.6 | Удары в центр битка. | 4 | практическая работа |
| 1.7 | Определение точки соударения битка с прицельным шаром при игре прицельных шаров и битка. | 4 | практическая работа |
| 1.8 | Освоение тренировочных игр | 1 | практическая работа |
| 1.9 | Ознакомление с основами тактики бильярдной игры | 1 | практическая работа |
| 1.10 | Отработка положения кистевого упора | 1 | практическая работа |
| 1.11 | Отработка техники удара | 4 | практическая работа |
| 1.12 | Совершенствование техники и тактики игры | 5 | практическая работа |
| 1.13 | Участие в соревнованиях внутри учебной группы, правила и регламент соревновании. | 2 | практическая работа |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

• лекционные аудитории с презентационным оборудованием (стационарный компьютер или ноутбук, мультимедиа проектор, экран);

• лицензионное программное обеспечение (средство создания и демонстрации электронных презентаций, текстовый редактор); комплект учебно-методической документации;

• кабинет информационных технологий для самостоятельной работы студентов, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации;

• наличие спортивного зала (спортивной базы).

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**4.1 Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения профессионального модуля**

| Показатели | Критерии оценивания | | | Средства оценивания |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень освоения | | |
| *Низкий* | *Средний* | *Высокий* |
| **Наименование компетенции**  ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения | | | | |
| Соответствие документов планиро­вания физкультурно-спортивных мероприятий и занятий норматив­ным документам, требованиям к структуре, содержанию и оформле­нию, реальным условиям проведе­ния.  Качество планирования физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения | Документы планиро­вания физкультурно-спортивных мероприятий и занятий не соответствуют требованиям к структуре, содержанию и оформле­нию, реальным условиям проведе­ния.  Планирование физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения выполнено без учётом возраста,пола,морфо-функциональных и индивидуально­психологических особенностей за­нимающихся, уровня их физиче­ской и технической подготовленно­сти | Документы планиро­вания физкультурно-спортивных мероприятий и занятий норматив­ным документам соответствуют требованиям.  Недочеты планирования физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения | Документы планиро­вания физкультурно-спортивных мероприятий и занятий соответствуют норматив­ным документам, требованиям к структуре, содержанию и оформле­нию, реальным условиям проведе­ния.  Качественно выполнено планирование физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения с учётом возраста,пола,морфо-функциональных и индивидуально­психологических особенностей за­нимающихся, уровня их физиче­ской и технической подготовленно­сти | *Текущий контроль в форме:*  *- защиты лабораторных и практических занятий;*  *- контрольных работ по темам МДК.*    *Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.*    *Комплексный экзамен по профессиональному модулю.* |
| ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности. | | | | |
| Вовлеченность населения в физ­культурно-спортивную деятель­  ность.  Использование форм и методов вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом. | Не владеет формами и методами вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом. | Используются формы и методы вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом. | Умеет вовлекать население в физ­культурно-спортивную деятель­  ность.  Используются адекватные формы и методы вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом. | *Текущий контроль в форме:*  *- защиты лабораторных и практических занятий;*  *- контрольных работ по темам МДК.*    *Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.*    *Комплексный экзамен по профессиональному модулю.* |
| ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и  занятия | | | | |
| Качество проведения занятий по базовым и новым видам физкуль­турно-спортивной деятельности. Соблюдение требований к органи­зации и проведению физкультурно­спортивных мероприятий и занятий. Обоснование выбора приёмов  страховки и самостраховки, техни­ки безопасности при выполнении двигательных действий. Наличие отзыва от организации о проведении физ­культурно-спортивного мероприя­тия.  Качество отчетной документации по производственной практике. | Грубые нарушения при проведении занятий по базовым и новым видам физкуль­турно-спортивной деятельности. несоблюдение требований к органи­зации и проведению физкультурно-­спортивных мероприятий и занятий необоснованный выбор приёмов  техни­ки безопасности при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности, при проведении физ­культурно-массовых мероприятий. Имеются положительные отзывы от организации о проведении физ­культурно-спортивного мероприя­тия.  Высокое качество отчетной документации по производственной практике. | Хороший уровень проведения занятий по базовым и новым видам физкуль­турно-спортивной деятельности. Соблюдаются основные требования к органи­зации и проведению физкультурно-­спортивных мероприятий и занятий  Не всегда верный выбор приёмов  страховки и самостраховки, техни­ки безопасности при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности, при проведении физ­культурно-массовых мероприятий. Имеются положительные отзывы от организации о проведении физ­культурно-спортивного мероприя­тия.  Высокое качество отчетной документации по производственной практике. | Качественно проведены занятия по базовым и новым видам физкуль­турно-спортивной деятельности. Соблюдаются все требования к органи­зации и проведению физкультурно­спортивных мероприятий и занятий Обоснован выбора приёмов  страховки и самостраховки, техни­ки безопасности при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности, при проведении физ­культурно-массовых мероприятий. Имеются положительные отзывы от организации о проведении физ­культурно-спортивного мероприя­тия.  Высокое качество отчетной документации по производственной практике. | *Текущий контроль в форме:*  *- защиты лабораторных и практических занятий;*  *- контрольных работ по темам МДК.*    *Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.*    *Комплексный экзамен по профессиональному модулю.* |
| ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий | | | | |
| Адекватность и обоснованность выбора форм педагогического контроля в процессе проведения физ­культурно-спортивных мероприя­тий и занятий в процессе учебной и производственной практики; качество отчетной документации по врачебно-педагогическому контро­лю на производственной практике. | Необоснованный выбор форм педагогического контроля в процессе проведения физ­культурно-спортивных мероприя­тий и занятий в процессе учебной и производственной практики; нарушения при составлении отчетной документации по врачебно-педагогическому контро­лю на производственной практике. | Верный выбор форм педагогического контроля в процессе проведения физ­культурно-спортивных мероприя­тий и занятий в процессе учебной и производственной практики; неполная отчетная документация по врачебно-педагогическому контро­лю на производственной практике. | Адекватный и обоснованный выбор форм педагогического контроля в процессе проведения физ­культурно-спортивных мероприя­тий и занятий в процессе учебной и производственной практики; полная отчетная документация по врачебно-педагогическому контро­лю на производственной практике. | *Текущий контроль в форме:*  *- защиты лабораторных и практических занятий;*  *- контрольных работ по темам МДК.*    *Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.*    *Комплексный экзамен по профессиональному модулю.* |
| ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом. | | | | |
| Обоснование подбора оборудова­ния и инвентаря:   * для занятий базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами деятельности; * для физкультурно-спортивных мероприятий.   Соблюдение требований к органи­зации и проведению физкультурно­-спортивных мероприятий и заня­тий. | Подбор оборудова­ния и инвентаря проведен без учета цели и задач, возрастных и индивидуаль­ных особенностей занимающихся  Несоблюдены требования к органи­зации и проведению физкультурно­-спортивных мероприятий и заня­тий | При подборе оборудова­ния и инвентаря с учётом цели и задач, не учтены возрастные и индивидуаль­ные особенности занимающихся:   * для занятий базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами деятельности; * для физкультурно-спортивных мероприятий.   Соблюдены не все требования к органи­зации и проведению физкультурно­-спортивных мероприятий и заня­тий | Обоснованный подбор оборудова­ния и инвентаря с учётом цели и задач, возрастных и индивидуаль­ных особенностей занимающихся:   * для занятий базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами деятельности; * для физкультурно-спортивных мероприятий.   Соблюдение всех требований к органи­зации и проведению физкультурно­-спортивных мероприятий и заня­тий. | *Текущий контроль в форме:*  *- защиты лабораторных и практических занятий;*  *- контрольных работ по темам МДК.*    *Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.*    *Комплексный экзамен по профессиональному модулю.* |
| 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. | | | | |
| Качество документации  ), обеспечивающей ор­ганизацию и проведение физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спор­тивных сооружений и мест занятий физической | Некачественно подготовлена документация  обеспечивающая ор­ганизацию и проведение физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спор­тивных сооружений и мест занятий физической культурой | Недочеты при выполнении одного из видов документации (учебной, учётной, отчётной, сметно­  финансовой), обеспечивающей ор­ганизацию и проведение физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спор­тивных сооружений и мест занятий физической культурой | Качественно подготовлена документация (учебная, учётная, отчётная, сметно­  финансовая), обеспечивающая ор­ганизацию и проведение физкуль­турно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спор­тивных сооружений и мест занятий физической культурой | *Текущий контроль в форме:*  *- защиты лабораторных и практических занятий;*  *- контрольных работ по темам МДК.*    *Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.*    *Комплексный экзамен по профессиональному модулю.* |

| Показатели | Критерии оценивания | | | Средства оценивания |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень освоения | | |
| *Низкий* | *Средний* | *Высокий* |
| **Наименование компетенции**  ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - участие в работе научно-студенческих обществ | | | | |
| - выступление на научно-практических конференциях  - участие во внеурочной деятельности, связанной с будущей профессией - специальностью (конкурсы профессионального мастерства, выставки, и т.п.) | - отсутствие выступлений на научно-практических конференциях  - отказ от участия во внеурочной деятельности, связанной с будущей профессией - специальностью (конкурсы профессионального мастерства, выставки, и т.п.) | - выступление на научно-практических конференциях  - участие во внеурочной деятельности, связанной с будущей профессией - специальностью (конкурсы профессионального мастерства, выставки, и т.п.) | - постоянное выступление на научно-практических конференциях  - активное участие во внеурочной деятельности, связанной с будущей профессией - специальностью (конкурсы профессионального мастерства, выставки, и т.п.) | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество | | | | |
| - выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач - оценка их эффективности и качества выполнения; | - не знание методов и способов решения профессиональных задач – не корректная оценка их эффективности и качества выполнения; | - затруднения при выборе и применении методов и способов решения профессиональных задач  - не совсем точная оценка их эффективности и качества выполнения; | - правильный выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач  - верная оценка их эффективности и качества выполнения; | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность | | | | |
| - анализ профессиональных ситуаций  - решение стандартных и нестандартных профессиональных задач | - не верный анализ профессиональных ситуаций  - не правильный подбор решений стандартных и нестандартных профессиональных задач | - не полный анализ профессиональных ситуаций  - затруднения при решении стандартных и нестандартных профессиональных задач | - полный анализ профессиональных ситуаций  - верное решение стандартных и нестандартных профессиональных задач | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития | | | | |
| - поиск необходимой информации;  - использование различных источников, включая электронные, при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики | - неэффективный поиск необходимой информации;  - неиспользование дополнительных источников, при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики | - затруднения при поиске необходимой информации;  - использование однообразных источников, включая электронные, при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики | - эффективный поиск необходимой информации;  - постоянное использование различных источников, включая электронные, при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности | | | | |
| - использование в учебной и профессиональной деятельности программного обеспечения | - неиспользование в учебной и профессиональной деятельности программного обеспечения | - использование в учебной и профессиональной деятельности программного обеспечения | - использование в учебной и профессиональной деятельности различных видов программного обеспечения, в том числе специального, при оформлении и презентации всех видов работ | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями - с обучающимися при проведении деловых игр, выполнении коллективных заданий (проектов) | | | | |
| - с преподавателями, в ходе обучения, с коллегами в ходе производственной практики | -отсутствие навыков взаимодействия в коллективе | -умение работать в коллективе , небольшие трудности при общении с обучающимися | - эффективная работа в коллективе, отсутствие проблем в общении с коллегами и руководством с преподавателями, в ходе обучения | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом. Организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий | | | | |
| - ответственность за результат выполнения задания  - самоанализ и коррекция результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач | - отсутствие понимания ответственности за результат выполнения задания  - не способность к самоанализу и коррекции результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач | - ответственность за результат выполнения задания  - недочеты при самоанализе и коррекции результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач | - принятие на себя ответственности за результат выполнения задания  - способность к самоанализу и коррекции результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации | | | | |
| - планирование и выполнение заданий для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики  - определение этапов и содержания работы по реализации самообразования | - неспособность к планированию и выполнению заданий для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики  - не знание этапов и содержания работы по реализации самообразования | - умение выполнять задания для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики  - определение этапов и содержания работы по реализации самообразования | - качественное планирование и выполнение заданий для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики  - верное определение этапов и содержания работы по реализации самообразования | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания смены технологий | | | | |
| - адаптация к изменяющимся условиям профессиональной деятельности  - - проявление профессиональной маневренности при прохождении различных этапов производственной практики | - неспособность к адаптации к изменяющимся условиям профессиональной деятельности  - отсутствие профессиональной маневренности при прохождении различных этапов производственной практики | - продолжительная адаптация к изменяющимся условиям профессиональной деятельности  - затруднения при проявлении профессиональной маневренности при прохождении различных этапов производственной практики | - с легкостью адаптируется к изменяющимся условиям профессиональной деятельности  - - проявление профессиональной маневренности при прохождении различных этапов производственной практики | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма. Обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся | | | | |
| - использование средств и методов оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе тренировочной и соревновательной деяте6льности спортсменов  - применение форм профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта | - незнание средств и методов оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе тренировочной и соревновательной деяте6льности спортсменов  - отсутствие профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта | - знание средств и методов оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе тренировочной и соревновательной деяте6льности спортсменов  - применение профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта | - своевременное использование средств и методов оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе тренировочной и соревновательной деяте6льности спортсменов  - применение различных форм профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением профессиональных норм ее регулирующих | | | | |
| - принятие решений с учетом законов и правовых норм регламентирующих тренировочную и соревновательную деятельность спортсменов | - незнание законов и правовых норм регламентирующих тренировочную и соревновательную деятельность спортсменов | - знание законов и правовых норм регламентирующих тренировочную и соревновательную деятельность спортсменов | - принятие точных решений с учетом законов и правовых норм регламентирующих тренировочную и соревновательную деятельность спортсменов | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |
| ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта,базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности | | | | |
| - выполнение двигательных действий в избранном виде спорта  - анализ техники и степень освоения двигательного действия | - незнание техники двигательных действий в избранном виде спорта  - неточный анализ техники двигательного действия | - правильное выполнение двигательных действий в избранном виде  - способность к анализу техники и степени освоения двигательного действия | - правильное выполнение двигательных действий в избранном виде спорта с учетом современных требований к уровню подготовленности спортсмена  - точный анализ техники и степень освоения двигательного действия | *Экспертная оценка  результатов деятельности обучающегося в процессе освоения образовательной программы* |

**3.1 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | № раздела, темы | Содержание и формы работы | Часы | | Форма  контроля | |
|  | 2 | 3 | 5 | | 6 | |
| 1. | ПМ 01  Освоение основ спортивного туризма для людей с ОВЗ с методикой обучения  **Раздел 1** Введение в предмет | Семестр 7(9)  Семестр 5(11)  Подготовка реферата по теме занятия.  1. История развития туризма. | 2 | | *Анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений.*  *Тематическое собеседование.*  *Анализ, оценивание*  *Взаимоопрос и взаимооценивание.* | |
|  | **Раздел 2** Топографическая подготовка туриста | Подготовка электронных презентаций по теме занятия:   1. Топографическая подготовка туриста. 2. Обеспечение безопасности в походе. 3. Особенности и организация лыжных походов. 4. Особенности и организация горных походов. | 8 | | *Тематическое собеседование.*  *.* | |
| 1. | **МДК.01.01 Лыжный спорт с методикой обучения.** *Семестр 4(9) Семестр 2(11)*  **Раздел 1.** Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта. | История развития лыжного спорта. |  | 3 | | *Тематическое собеседование.* |
| 2 | **Раздел 2.** Техника передвижения на лыжах. | Основы методики обучения способам передвижения на лыжах.  Общеразвивающие и специальные упражнения лыжника.  Расчёт индивидуальной программы ходьбы на лыжах с учётом своего возраста и функционального состояния. |  | 5 | | *Защита самостоятельных работ по тематике.* |
| 3 | **Раздел 3.**  Методика обучения способам передвижения на лыжах. Ме­тодика развития физических качеств средствами лыжнойподготовки. | Методика оздоровительной тренировки средствами лыжной подготовки.  Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, гла­вам учебных пособий, составленным преподавателем). |  | 5 | | *Взаимоопрос и взаимооценивание.* |
| 4 | **Раздел 4.** Основные документы планирования: планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Документация**.** | 1.Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам.  2.Планирование и учет учебной и физкультурно-оздоровительной работы по лыжному спорту.  3.Организация и методика проведения занятий по лыжной подготовке в общеобразовательной школе.  Проведение анализа части занятия. -Подготовка к тестированию по правилам соревнований по лыжным гонкам |  | 3 | | *Анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений.* |
| 5 | **Раздел 5.** Основы оздоровительной тре­нировки средствами лыжной подготовки. | 1.Организация и проведение соревнований в общеобразовательной школе.  2.Физическая и специальная подготовка лыжника-гонщика. |  | 4 | | *Тематическое собеседование.* |
| 1. | **МДК.01.01 Оздоровительная коррекционная (адаптивная) гимнастика с методикой обучения.**  **Раздел 1.** Место гимнастики в системе физического воспитания. | Семестр 3(9)  Семестр 1(11)  Подготовка к семинарам по контрольным вопросам  Подготовка к устному опросу по правилам соревнований по гимнастике |  | 3 | | *Взаимоопрос и взаимооценивание.* |
| 2 | **Раздел 2.** Гимнастическая терминология**.** | Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Спосо­бы образования терминов. Собирательные и конкретные термины.  Составить гимнастический комплекс. Описать его текстовым и графическим способам. |  | 3 | | *Тематическое собеседование.* |
| 3 | **Раздел 3.**  Основы обучения гимнастиче­ским упражнениям: строевые упражнения. | Составление конспекта подготовительной части урока гимнастики и её проведение.  1.Общая характеристика гимнастических упражнений.  2. Инвентарь и оборудование в гимнастике |  | 2 | | *Анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений.* |
| 4 | **Раздел 4. Обучение общеразвива-ющим упражнениям.** | Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, гла­вам учебных пособий, составленным преподавателем). |  | 2 | | *Тематическое собеседование.* |
| 5 | Раздел 5. Обучение прикладным упраж­нениям. | Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление прак­тических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. |  | 3 | | *Анализ, оценивание.* |
| 6 | Раздел 6.  Обучение акробатическим упражнениям. | Составление конспекта урока гимнастики по заданию преподавателя.  Проведение анализа части урока гимнастики. |  | 3 | | *Тематическое собеседование.* |
| 7 | Раздел 7.  Обучение упражнениям худо­жественной гимнастики. | Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью хореографических упражнений. Классификация упражнений художественной гимнастики.  Правила составления комплексов упражнений. |  | 2 | | *Анализ, оценивание.* |
| 8 | Раздел 8. Обучение хореографическим упражнениям. | Хореографические упражнения. Разновидности ходьбы, прыжков, поворотов, равновесий.  Организация и судейство соревнований по гимнастике. |  | 2 | | *Тематическое собеседование.* |
| 9 | Раздел 9.  Планирование и педагогиче­ский контроль учебной и физ­культурно-оздоровительной работы по гимнастике. | Семестр 4(9)  Семестр 2(11)  Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление прак­тических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. |  | 2 | | *Анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений.* |
| 10 | Раздел 10.  Организация, проведение и анализ урока гимнастики.  До­кументация. | Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление прак­тических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. |  | 2 | | *Тематическое собеседование.* |
| 11 | Раздел 11.  Организация и проведение спортивно-массовых меропри­ятий по гимнастике (праздни­ков). | Разработка плана оздоровительной тренировки для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя. Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, гла­вам учебных пособий, составленным преподавателем).  Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений. |  | 2 | | *Защита самостоятельных работ по тематике.* |
| 12 | Раздел 12. Основы оздоровительной тре­нировки в гимнастике. | Составление конспекта подготовительной части урока гимнастики и её проведение  Составление конспекта урока гимнастики по заданию преподавателя. |  | 2 | | *Анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений.* |
| 13 | Раздел 13.  Атлетическая гимнастика. | Написание конспекта урока гимнастики по заданию преподавателя.  Проведение части урока по гимнастике по заданию преподавателя в учебной подгруппе.  . |  | 6 | | *Взаимоопрос и взаимооценивание.* |
| 14 | Раздел 14.  Стретчинг. | Самостоятельное проведение урока гимнастики в учебной группе.  Проведение педагогического анализа урока гимнастики |  | 6 | | *Взаимоопрос и взаимооценивание.* |
| 15 | Раздел 15. Калланетика. | Семестр 5(9)  Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление прак­тических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. Изучение правил составления комплексов упражнений. |  | 10 | | *Тематическое собеседование.* |
| 16 | Раздел 16.  Пилатес. | Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление прак­тических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. Изучение правил составления комплексов упражнений. |  | 10 | | *Анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений.* |

**Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)\***

Дисциплины «Подвижные игры», «Баскетбол», «Волейбол», «Футбол», «Настольный теннис», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Плавание», «Туризм», «Спортивное ориентирование», «Бильярд» изучаются на очной форме обучения.

Общая трудоемкость дисциплины 986 часов.

В процессе изучения учебных дисциплин (модулей) следует:

1. Ознакомиться с рабочей учебной программой (модуля). Рабочая учебная программа содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы.

2. Ознакомиться с календарно-тематическим планом самостоятельной работы обучающихся.

3. Посещать теоретические (лекционные) и практические (семинарские) занятия.

4. При подготовке к практическим (семинарским) занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.

При подготовке к практическим (семинарским) занятиям требуется:

* изучить теоретический материал, используя основную и дополнительную литературу, электронные ресурсы;
* ответить на вопросы самоконтроля.

**Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модуля)**

Формой аттестации по профессиональному модулю является экзамен (квалификационный). Итогом экзамена является однозначное решение: «вид профессиональной деятельности освоен/не освоен».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Элемент модуля** | **Форма контроля и оценивания** | |
| **Промежуточный контроль** | **Итоговый контроль** |
| Подвижные игры с методикой обучения.  Баскетбол с методикой обучения.  Волейбол с методикой обучения.  Футбол с методикой обучения.  Настольный теннис с методикой обучения.  Оздоровительная коррекционная (адаптивная) гимнастика с методикой обучения.  Легкая атлетика с методикой обучения.  Лыжный спорт с методикой обучения.  Плавание с методикой обучения.  Основы спортивного туризма для людей с ОВЗ  Спортивное ориентирование с методикой обучения.  Единоборства с методикой обучения. | контр. работа  диф. зачет  контр. работа  контр. работа | контр. работа  контр. работа  контр. работа  диф.зачет  контр. работа  экзамен  экзамен  контр. работа  диф. зачет  контр. работа  контр. работа  контр. работа |
| ПП |  |  |