

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАЛЯЗИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ.02 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП
НАСЕЛЕНИЯ**

*профессионального цикла
основной профессиональной образовательной программы
среднего профессионального образования
подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура*

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России №976 от 11 августа 2014 года.

Организация-разработчик: ГБП ОУ «Калязинский колледж».

Разработчики: Степин Владимир Анатольевич, преподаватель;
Чилюшкин Дмитрий Сергеевич, преподаватель;
Шишкина Наталия Александровна, преподаватель;
Агаметов Сергей Александрович, преподаватель.

Рекомендована (одобрена) цикловой комиссией
профессиональных дисциплин и модулей

Председатель  Т.А.Иванова

Протокол № 1 «27» августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УиИД

 С.Н. Лешин

«28» августа 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	6
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	8
4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	45
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)	50

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ.02 «ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ»

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке педагогов, методистов учреждений на базе среднего профессионального образования.

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

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

иметь практический опыт:

- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
 - наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

уметь:

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности.
- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не

менее 12 видов).

- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знать:

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

- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности.- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

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

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

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

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

- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.

- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;

- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп. - виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;

- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;

- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;

- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;

- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;

- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;

- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной

физической культуры;

- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;

- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;

- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;

- основные виды и приемы массажа;

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 1823 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 1084 часов;

самостоятельной работы обучающегося 631 часов;

учебной и производственной практики (по профилю специальности) 108 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

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

Код	Наименование результата обучения
ПК 2.1	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления её целей, содержания, смены технологий
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Тематический план профессионального модуля

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего часов	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)					Практика	
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося		Учебная, часов	Производственная (по профилю специальности), часов
			Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов	Всего, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 1. Освоение легкой атлетики с методикой оздоровительной тренировки	128	76	66		52			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 2. Освоение гимнастики с методикой оздоровительной тренировки	149	96	82		53			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 3. Освоение лыжного спорта с методикой оздоровительной тренировки	129	70	38		59			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 4. Освоение баскетбола с методикой оздоровительной тренировки	73	48	26		25			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 5. Освоение футбола с методикой оздоровительной тренировки	108	60	34		48			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 6. Освоение подвижных игр с методикой оздоровительной тренировки	110	70	54		40			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 7. Освоение настольного тенниса с методикой оздоровительной тренировки	56	38	32		18			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 8. Освоение туризма с методикой оздоровительной тренировки	140	90	64		50			

ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 9. Освоение конькобежного спорта с методикой оздоровительной тренировки	72	48	34		24			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 10. Освоение атлетической гимнастики с методикой оздоровительной тренировки	88	60	44		28			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 11. Освоение плавания с методикой оздоровительной тренировки	46	32	16		14	-	-	-
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 12. Освоение спортивной борьбы с методикой оздоровительной тренировки	85	54	44		31	-	-	-
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 13. Ритмика с методикой тренировки	54	36	32		18			
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 14. Подготовка студентов к организации физкультурно-спортивной работы с различными группами населения	375	250	172		125		-	-
ПК.2.1- ПК.2.6	Раздел 15. Освоение основ лечебной физкультуры и массажа	84	56	42		28		-	-
ПК.2.1- ПК.2.6	Учебная практика, часов (концентрированная практика)	72						72	-
ПК.2.1- ПК.2.6	Производственная практика (по профилю специальности), часов (концентрированная практика)	36							36
	Всего:	1805	1084	780		613		72	36

3.2. Содержание обучения по профессиональному модулю (ПМ)

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Освоение легкой атлетики с методикой оздоровительной тренировки		128/76	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 1.1. Легкая атлетика	Содержание учебного материала	10	
	1 Место и значение легкой атлетики. Задачи легкой атлетики.	2	1
	2 Этапы развития легкой атлетики за рубежом и в России.	2	1
	3 Легкая атлетика на Олимпийских играх.	2	1
	4 Классификация легкоатлетических упражнений	2	2
	5 Техника безопасности при занятии легкой атлетикой.	2	2
	Практические занятия	66	
	1 Общие и подводящие упражнения в легкой атлетике и их задачи и значение.	2	
	2 Классификация легкоатлетических упражнений.	2	
	3 Техника безопасности при занятии легкой атлетикой.	2	
	4 Основы техники бега.	2	
	5 Основы техники легкоатлетических метаний.	2	
	6 Основы техники прыжков.	2	
	7 Техника и методика обучения бега на короткие дистанции	2	
	8 Техника и методика обучения бега на средние дистанции	2	
	9 Техника и методика обучения бега на длинные дистанции	2	
	10-11 Правила, организация и проведение соревнований по бегу	4	
	12 Техника и методика обучения прыжкам в высоту	2	
	13 Техника и методика обучения прыжкам в длину	2	
	14-15 Правила, организация и проведение соревнований по прыжкам	4	
	16 Техника и методика обучения толкания ядра	2	
	17 Техника и методика обучения метания диска (малого мяча)	2	
	18-19 Правила, организация и проведение соревнований в метании.	4	
	20-21 Основы организации и проведения подготовительной и заключит. части занятия по легкой атлетике	4	
	22-23 Основы организации и проведения основной части урока (занятия) по легкой атлетике	4	
	24-25 Содержание и методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми дошкольного возраста	4	
	26-27 Содержание и методика проведения занятий по легкой атлетике школьниками 1-5, 6-8 и 9-11 классов.	4	
	28-29 Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в школе.	4	
	30-31 Содержание и методика проведения легкоатлетических упражнений оздоровительной направленности	4	

		с населением молодого возраста.		
Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	32-33	Содержание и методика проведения легкоатлетических упражнений оздоровительной направленности с населением среднего и пожилого возраста.	4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 1.1. Легкая атлетика 1. Самостоятельное изучение цели и основных задач этапов развития легкой атлетики за рубежом и в России. 2. Подготовить доклад и презентацию по теме «Классификация видов легкой атлетики». 3. Изучение техники безопасности и правил поведения на занятиях по легкой атлетике. 4. Подготовить доклад на тему: «Программа легкой атлетики на Олимпийских играх» 5. Подготовить презентацию на тему: «История развития легкой атлетики за рубежом и в России» 6. Изучить средства и основы техники легкоатлетических упражнений. 7. Изучить и совершенствовать основы техники бега. 8. Изучить и совершенствовать основы техники легкоатлетических метаний. 9. Изучить и совершенствовать техники прыжков. 10. Разработать алгоритм методики обучения бега на короткие дистанции. 11. Разработать алгоритм методики обучения бега на средние и длинные дистанции. 12. Изучить особенности организации и правила проведения соревнований по бегу на различные дистанции. 13. Разработать алгоритм методики обучения прыжкам в высоту. 14. Разработать алгоритм методики обучения прыжкам в длину. 15. Изучить особенности организации и правила проведения соревнований по прыжкам в высоту и в длину. 16. Разработать алгоритм методики обучения в метании малого мяча. 17. Изучить особенности организации и правила проведения соревнований в метании. 18. Разработать план-конспект подготовительной части занятия по легкой атлетике. 19. Разработать план-конспект основной части занятия по легкой атлетике. 20. Разработать план-конспект занятия по легкой атлетике для школьников 5-6 классов. 21. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Легкоатлетические упражнения в физическом воспитании дошкольников». 22. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Содержание и особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками разного возраста». 23. Разработать план проведения соревнований по легкой атлетике в школе. 24. Подготовить доклад по теме: «Содержание и методика проведения легкоатлетических упражнений оздоровительной направленности с население среднего и пожилого возраста». 25. Разработать и подготовить документацию для проверки и оценки школьников по упражнения легкой атлетики.			52	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 2. Освоение гимнастики с методикой оздоровительной тренировки		149/96	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 2.1. Гимнастика	Содержание учебного материала	14	
	1 Место и значение гимнастики. Задачи гимнастики.	2	1
	2 История развития гимнастики за рубежом и в России	2	1
	3 Классификация видов гимнастики. Современные направления гимнастики.	2	2
	4 Меры безопасности на занятиях гимнастикой. Страховка и самостраховка.	2	2
	5 Характеристика гимнастической терминологии.	2	2
	6 Правила записи гимнастических упражнений.	2	2
	7 Основные средства гимнастики: строевые упражнения, прикладные упражнения, общеразвивающие упражнения.	2	2
	Практические занятия	82	
	1 Основные средства гимнастики: строевые упражнения.	2	
	2 Основные средства гимнастики: общеразвивающие упражнения.	2	
	3 Основные средства гимнастики: прикладные упражнения.	2	
	4 Упражнения гимнастического многоборья. Вольные упражнения.	2	
	5 Упражнения гимнастического многоборья. Упражнения на коне и на бревне.	2	
	6 Упражнения гимнастического многоборья. Упражнения на кольцах и на брусьях.	2	
	7 Упражнения гимнастического многоборья. Упражнение на перекладине и на брусьях разной высоты.	2	
	8 Упражнения гимнастического многоборья. Опорные прыжки.	2	
	9 Акробатические упражнения.	2	
	10-11 Акробатические упражнения.	4	
	12-13 Упражнения художественной гимнастики.	4	
	14-15 Упражнения ритмической гимнастики (аэробики).	4	
	16-17 Основы обучения основным гимнастическим упражнениям.	4	
	18-19 Основы обучения упражнениям на гимнастических снарядах.	4	
	20-21 Основы организации и проведения подготовительной и заключительной части урока (занятия) по гимнастике	4	
	22-23 Особенности и содержание занятий гимнастикой с детьми дошкольных образовательных учреждений	4	
	24-25 Особенности и содержание занятий гимнастикой с детьми 1-5 классов	4	
	26-27 Особенности и содержание занятий гимнастикой с детьми 6-8 классов	4	
	28-29 Особенности и содержание занятий гимнастикой с детьми 9-11 классов	4	
	30-31 Особенности и содержание занятий гимнастикой со студенческой молодежью	4	

	32-33	Особенности и содержание занятий гимнастикой с населением среднего возраста	4	
Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	34-35	Особенности и содержание занятий гимнастикой с населением пожилого и старшего возраста	4	
	36-37	Подготовка, организаций и проведение соревнований по гимнастике	4	
	38-39	Подготовка, организаций и проведение спортивного праздника по гимнастике	4	
	40-41	Подготовка, организаций и проведение спортивного праздника по гимнастике	4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 2.1. «Гимнастика» 1. Самостоятельное изучение цели и основных задач этапов развития гимнастики за рубежом и в России. 2. Подготовить доклад по теме «Классификация видов гимнастики. Современные направления гимнастики» 3. Изучение техники безопасности и правил поведения на занятиях гимнастикой. 4. Подготовить характеристика гимнастической терминологии. 5. Изучить правила записи гимнаст. упражнений и составить гимнастический комплекс с описанием текстовым и графическим способом. 6. Изучить основные средства гимнастики и методику их выполнения. 7. Разработать комплекс строевых упражнений с перестроениями на 4-6 команд. 8. Разработать алгоритм проведения общеразвивающего упражнения. 9. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для мышц рук. 10. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для мышц ног. 11. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для мышц туловища. 12. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для мышц всего тела. 13. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений в парах. 14. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений с гимнастическим инвентарем (палкой, скакалкой и т.п.). 15. Изучить алгоритм обучения гимнастическому упражнению 16. Разработать алгоритм обучения гимнастическому упражнению на перекладине. 17. Разработать алгоритм обучения гимнастическому упражнению на брусьях. 18. Разработать алгоритм обучения гимнастическому упражнению на бревне. 19. Разработать алгоритм обучения гимнастическому упражнению в опорных прыжках. 20. Разработать алгоритм обучения акробатическому упражнению. 21. Разработать алгоритм оценивания выполнения гимнастического упражнения. 22. Разработать план-конспект подготовительной части занятия по гимнастике. 23. Разработать план-конспект основной и заключительной части занятия по гимнастике. 24. Разработать план-конспект занятия по гимнастике по указанной тематике. 25. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Особенности содержания и методики проведения занятий гимнастикой в дошкольных учреждениях». 26. Подготовить доклад и презентацию по теме «Средства и методы проведения занятий гимнастикой в школе». 27. Подготовить доклад и презентацию по теме «Организация и методика проведения занятий гимнастикой с население различных возрастных групп». 28. Разработать и подготовить документацию для проверки и оценки школьников по гимнастическим упражнениям. 29. Разработать план подготовки и проведения и Положение о проведении соревнований по гимнастике.			53	

30. Разработать сценарий организации и проведения спортивного праздника.			
Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 3. Освоение лыжного спорта с методикой оздоровительной тренировки		129/70	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 3.1. Лыжный спорт	Содержание учебного материала	32	
	1 Место, значение и задачи лыжного спорта в системе физического воспитания.	2	1
	2 История возникновения и развития лыжного спорта за рубежом и в России.	2	1
	3 Классификация лыжных видов спорта.	2	2
	4 Инвентарь и экипировка лыжника	2	2
	5 Меры техники безопасности и правила проведения занятий по лыжной подготовке.	2	2
	6 Терминология и основные понятия техники передвижения на лыжах.	2	3
	7 Основы техники и способы передвижения на лыжах.	2	3
	8 Содержание и особенности проведения занятий по лыжной подготовке с детьми и взрослым населением с оздоровительной направленностью.	2	2
	9 Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование.	2	2
	10 Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Последовательность обучения классическим ходам, коньковым ходам, спусков, подъёмов, торможений, поворотов.	2	2
	11 Выбор средств и методов обучения. Методические указания.	2	2
	12 Основные документы планирования: программа, тематический план, расписание, план-конспект урока (занятия).	2	2
	13 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.	2	3
	14 Организация и проведение соревнований. Документы планирования соревнований	2	3
	15 Судейская коллегия. Судейские бригады. Судейство соревнований по лыжным гонкам.	2	3
	16 Построение оздоровительной тренировки при ходьбе на лыжах.	2	2
	Практические занятия	38	
	1 Подготовка к проведению занятий по лыжной подготовке.	2	
	2 Техника классических лыжных ходов: попеременный двухшажный; попеременный четырёхшажный.	2	
	3 Техника классических лыжных ходов: одновременный бесшажный; одновременный одношажный (скоростной вариант); одновременный двухшажный;	2	
	4 Техника коньковых лыжных ходов: одновременный полуконьковый; одновременный двухшажный коньковый; одновременный одношажный коньковый.	2	
	5 Техника коньковых лыжных ходов: попеременный двухшажный коньковый; коньковый ход без отталкивания руками.	2	
	6 Комбинированные ходы: переход с попеременного двухшажного классического хода на одновременный без шага; переход с попеременного двухшажного классического хода на	2	

		одновременный через один скользящий шаг.		
Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	7	Техника подъёмов: попеременный двухшажный ход, скользящий шаг, ступающий шаг, беговой шаг, «полуёлочкой», «лесенкой».	2	
	8	Техника спусков: в высокой стойке, в средней стойке, в низкой стойке, стойке отдыха.	2	
	9	Техника торможений: «плугом», «упором», «боковым соскальзыванием», остановка падением.	2	
	10	Техника поворотов: «переступанием», «плугом», «упором», на параллельных лыжах.	2	
	11	Обучение технике классических лыжных ходов.	2	
	12	Обучение технике коньковых лыжных ходов.	2	
	13	Обучение подъёмам, спускам, торможениям, поворотам.	2	
	14	Оценка техники лыжных ходов.	2	
	15	Решение ситуационных задач по системе подготовки лыжника-гонщика. Составление комплекса упражнений для развития физических качеств по заданию преподавателя.	2	
	16	Содержание, организация и проведение занятий по лыжной подготовке с школьниками 1-5, 6-8 и 9-11 классов.	2	
	17	Особенности содержания и методики проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной направленностью с населением различных возрастных категорий.	2	
	18	Тестирование по правилам соревнований по лыжным гонкам.	2	
	19	Расчёт индивидуальной программы ходьбы на лыжах с учётом своего возраста и функционального состояния.	2	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 3.1. Лыжный спорт 1. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Лыжный спорт как средство физического развития человека и история его развития». 2. Изучить технику безопасности и правила поведения на занятиях по лыжной подготовке. 3. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Классификация лыжных видов спорта, инвентарь и экипировка спортсменов». 4. Изучить основы техники и способы передвижения на лыжах. 5. Изучить содержание занятий и порядок проведения занятий по лыжной подготовке с школьниками 1-5, 6-8 и 9-11 классов. 6. Подготовить доклад и презентацию на тему: «Способы передвижения на лыжах». 7. Разработать алгоритм методики обучения классических лыжных ходов. 8. Разработать алгоритм методики обучения коньковых лыжных ходов. 9. Разработать алгоритм методики обучения способов подъёмов, спусков на лыжах. 10. Разработать алгоритм обучения способов торможения и поворотов на лыжах. 11. Разработать план-конспект по лыжной подготовке. 12. Разработать доклад и презентацию по теме: «Содержания и методики проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной направленностью с населением различных возрастных групп». 13. Подготовить план и Положение о проведении соревнований по лыжному спорту.			59	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 4. Освоение баскетбола с методикой оздоровительной тренировки		73/48	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 4.1. Спортивные игры: Баскетбол	Содержание учебного материала	22	
	1 Баскетбол как вид спорта и история его развития.	2	1
	2 Место и значение баскетбола в системе физического воспитания и физического развития человека.	2	1
	3 Правила игры в баскетбол. Терминология баскетбола.	2	2
	4 Места проведения занятий, оборудование и инвентарь и требования к ним.	2	2
	5 Техническая, тактическая и физическая подготовка баскетболиста	2	2
	6 Техника безопасности и правила поведения при проведении баскетбола на уроках (занятиях).	2	2
	7 Основы обучения двигательным действиям в баскетболе. Типовая схема обучения.	2	2
	8 Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы по баскетболу в общеобразовательной школе, спортивной секции.	2	3
	9 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	3
	10 Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности.	2	3
	11 Виды и характер соревнований по баскетболу. Деятельность судейской коллегии по баскетболу. Правила соревнований по баскетболу.	2	2
	Практические занятия	26	
	1 Изучение техники двигательных действий в нападении	2	
	2 Изучение техники двигательных действий в защите.	2	
	3 Освоение тактики игры в нападении и защите.	2	
	4 Методика обучения технике двигательных действий в нападении.	2	
	5 Методика обучения технике двигательных действий в защите.	2	
	6 Методика обучения тактике игры в защите и нападении.	2	
	7 Составление комплексов упражнений по развитию физических качеств средствами баскетбола: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости (по заданию преподавателя).	2	
	8 Тестирование: правила соревнований по баскетболу.	2	
	9 Семинар: Организация и судейство соревнований по баскетболу.	2	
	10 Разработка поурочного плана по баскетболу по заданию преподавателя.	2	
	11 Разработка плана - конспекта урока баскетбола.	2	

	12	Проведение частей урока баскетбола по заданию преподавателя и их анализ.	2	
Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	13	Разработка плана оздоровительной тренировки по баскетболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя	2	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 4.1. Спортивные игры: Баскетбол. 1. Изучить место и значение баскетбола в системе физического воспитания. 2. Разработать доклад и презентацию по теме: «Баскетбол как вид спорта и история его развития». 3. Изучить технику безопасности и правила поведения на занятиях по баскетболу. 4. Изучить Правила игры в баскетбол. 5. Подготовиться к теоретическому опросу по теме: «Техническая, тактическая и физическая подготовка баскетболиста» 6. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Содержание и методика обучения баскетболу в 1-5, 6-8 и 9-11 классах школы». 7. Разработать алгоритм обучения технике ведения и передачи мяча. 8. Разработать алгоритм обучения технике бросков по кольцу в баскетболе. 9. Разработать план-конспект занятия по баскетболу. 10. Подготовить план проведения и Положение о проведении соревнований по баскетболу.			25	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 5. Освоение футбола с методикой оздоровительной тренировки		108/60	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 5.1. Футбол	Содержание учебного материала	26	
	1 История и основные этапы развития футбола. Терминология.	2	1
	2 Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите.	2	1
	3 Места занятий, инвентарь и оборудование.	2	1
	4 Меры безопасности при занятиях футболом. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий футболом.	2	2
	5 Организация и проведение соревнований по футболу.	2	2
	6 Методика обучения технике двигательных действий футболиста в нападении.	2	2
	7 Методика обучения технике двигательных действий футболиста в защите.	2	2
	8 Методика обучения технико-тактическим действиям в футболе.	2	2
	9 Совершенствование технико-тактических действий и судейства в двусторонней игре в футбол.	2	3
	10 Виды планирования. Основные документы планирования. Планирование учебной и физкультурно - оздоровительной работы по футболу в общеобразовательной школе, спортивной секции.	2	2
	11 Виды педагогического контроля. Методы контроля.	2	2
	12 Влияние занятий футболом на дыхательную, сердечно-сосудистую, сенсорные системы организма. Дозирование и педагогический контроль нагрузки на занятиях футболом.	2	3
	13 Построение оздоровительной тренировки по футболу. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	2	3
	Практические занятия	34	
	1 Стойка и перемещение. Перемещение спиной вперед, стартовый бег, бег приставными шагами, бег правым и левым боком.	2	
	2 Ведение мяча внутренней стороной подъема, внутренней стороной стопы, носком, правой и левой ногой попеременно.	2	
	3 Ведение мяча по прямой и с изменением направления, скорости. Обводка стоек и защитника.	2	
	4 Ведение мяча. Вбрасывание мяча. Отбор мяча.	2	
	5 Удары по неподвижному мячу и катящемуся.	2	
	6 Удары с места и в движении, после ведения с лета, внутренней стороной и серединой стопы, носком, пяткой.	2	
	7 Удары по мячу головой, серединой и боковой частью лба, с места и в прыжке, в прыжке с поворотом.	2	
	8 Остановка катящегося и опускающегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы, летящего мяча грудью без прыжка, опускающегося мяча бедром, головой, подъемом стопы.	2	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
<i>1</i>	<i>2</i>		<i>3</i>	<i>4</i>
	9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии, с места и с положения шага, параллельного расположения ступней ног с разбега, с падением на руки.	2	
	10	Ложный замах ногой для удара, финт на уход. Отбор мяча при единоборстве с противником, перехват мяча, «подкат».	2	
	11	Стойка и перемещение вратаря. Ловля и отбивание мяча руками и ногами, введение мяча в игру.	2	
	12	Тактика нападения. Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом.	2	
	13	Групповые действия. Взаимодействия двух, трёх и более игроков.	2	
	14	Командные действия. Учебные игры: 1-4-2-4, 1-4-4-2, 1-4-3-3.	2	
	15	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Опека игрока, владеющего мячом.	2	
	16	Оценка технико-тактических действий. Тестирование по правилам соревнований по футболу.	2	
	17	Составление комплексов упражнений для развития физических качеств средствами футбола по заданию преподавателя. Разработка плана-конспекта занятия по футболу.	2	
Самостоятельная работа при изучении Темы 5.1. Футбол			48	
<p>Подготовка к семинарам по контрольным вопросам. Подготовка к тестированию по правилам соревнований по футболу.</p> <p>Составление конспекта подготовительной части урока футбола и её проведение.</p> <p>Составление комплексов упражнений для развития физических качеств средствами футбола по заданию преподавателя.</p> <p>Проведение анализа части урока футбола.</p> <p>Разработка плана оздоровительной тренировки по футболу для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя.</p> <p>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем).</p> <p>Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов.</p> <p>Самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов упражнений.</p>				
<p>Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общая характеристика футбола. Инвентарь и оборудование в футболе. 2. Физическая и специальная подготовка футболиста. 3. Разделение игроков по функциям в футболе. 4. Организация и судейство соревнований по футболу. 5. Виды соревнований в футболе. Просмотр и анализ соревнований по футболу различного масштаба. 				

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 6. Освоение подвижных игр с методикой оздоровительной тренировки		110/70	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 6.1. Подвижные игры	Содержание учебного материала	16	
	1 Место и значение подвижных игр. Задачи подвижных игр.	2	1
	2 История развития и содержание подвижных игр за рубежом и в России	2	1
	3 Подвижные игры с системе физического воспитания. Основные понятия о подвижных играх.	2	1
	4 Содержание и методика проведения подвижных игр в дошкольных учреждениях и со школьниками 1-5, 6-8 и 9-11 классов.	2	2
	5-6 Основы профессиональной педагогической деятельности при проведении подвижных игр.	4	2
	7-8 Содержание и особенности проведения подвижных игр с населением различных возрастных категорий.	4	2
	Практические занятия	54	
	1 Основные понятия о подвижных играх и основы методики их проведения.	2	
	2-3 Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с детьми дошкольного возраста.	4	
	4-5 Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры со школьниками 1-5 классов.	4	
	6-7 Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры со школьниками 6-8 классов.	4	
	8-9 Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры со школьниками 9-11 классов.	4	
	10-11 Комплекс подвижных игр и методика их проведения во внеурочных формах занятий.	4	
	12-13 Комплекс подвижных игр и методика их проведения на учебно-тренировочных занятиях по различным видам спорта.	4	
	14-15 Содержание и методика проведения подвижных игр с оздоровительной направленности с населением молодого возраста.	4	
	16-17 Содержание и методика проведения подвижных игр с оздоровительной направленности с населением среднего и пожилого возраста.	4	
	18-19 Комплекс подвижных игр и методика их проведения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и в процессе реабилитации.	4	
	20-21 Организация и проведение соревнований и спортивных праздником с использованием подвижных игр.	4	
	22-23 Контроль подготовленности спортсменов.	4	
	24-25 Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками.	4	
	26-27 Этапный, текущий и оперативный контроль.	4	

<p>Самостоятельная работа при изучении Раздела 6.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 6.1. «Подвижные игры»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изучить цель и задачи и основные понятия подвижных игр в системе физического воспитания. 2. Подготовить доклад и презентацию по теме: «История возникновения и развития подвижных игр». 3. Изучить материал по технике безопасности и правилам поведения при проведении подвижных игр. 4. Изучить основные понятия о подвижных играх и основы методики их проведения. 5. Разработать алгоритм обучения подвижной игре. 6. Изучить учебный материал и подготовить доклад по теме: «Средства и методика проведения подвижных игр со школьниками разных возрастов». 7. Разработать план-конспект по проведению урока физической культуры с использованием подвижных игр. 8. Разработать комплекс подвижных игр во внеурочных формах занятий и при различных климатических условиях. 9. Разработать комплекс подвижных игр для использования в ходе учебно-тренировочных занятий по видам спорта. 8. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Особенности организации и проведения подвижных игр с оздоровительной направленностью с населением различных возрастных групп». 9. Разработать план по организации и проведению спортивного праздника с использованием подвижных игр. 10. Подготовить доклад и презентацию по теме «Подвижные игры как эффективное средство психофизической разгрузки человека» 	<p>40</p>	
--	------------------	--

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 7. Освоение настольного тенниса с методикой оздоровительной тренировки			56/38	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки				
Тема 7.1. Настольный теннис	Содержание учебного материала		6	
	1	Предмет и задачи. История и этапы развития настольного тенниса. Основные понятия и терминология настольного тенниса. Классификация и общая характеристика техники игры. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при занятиях настольным теннисом.	1	1
	1	Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении технико-тактическим действиям теннисиста. Характерные ошибки, способы их устранения.	1	2
	2	Средства и методы развития физических качеств теннисиста: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты.	1	2
	2	Виды планирования. Основные документы планирования. Планирование учебной и физкультурно - оздоровительной работы по настольному теннису в спортивной секции. Виды педагогического контроля. Методы контроля.	1	3
	3	Структура занятия по настольному теннису. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения занятия по настольному теннису с учетом возрастных особенностей занимающихся. Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ занятия. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение занятия по настольному теннису.	1	3
	3	Построение оздоровительной тренировки по настольному теннису. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.	1	2
		Практические занятия	32	
	1	Исходные положения (стойки): правосторонняя, нейтральная, левосторонняя. Способы хватов ракетки. Передвижения: бесшажный, шагами, прыжками, рывками, выпадами.	2	
	2	Атакующие удары: накат, контрнакат, топ-спин, контртоп-пин, топ-спинудар, топс-удар, удар накатом по свече. Промежуточные удары: блок-удар, толчок, укороченный удар, подставка. Защитные удары.	2	
	3	Подачи мяча: короткие и длинные, быстрые и медленные.	2	
	4	Методика обучения держанию ракетки, стойкам, передвижениям.	2	
	5-6	Методика обучения ударам и подачам.	4	
	7-8	Методика обучения тактическим действиям в игре.	4	
	9-10	Оценка технико-тактических действий студентов. Правила соревнований по настольному теннису.	4	
	11-12	Организация планирования учебной и физкультурно- оздоровительной работы по настольному теннису в спортивной секции	4	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
<i>1</i>	<i>2</i>		<i>3</i>	<i>4</i>
	13-14	Составление конспекта части занятия по настольному теннису. Проведение частей занятия по настольному теннису по заданию преподавателя и анализ проведения частей занятия.	4	
	15-16	Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису по заданию преподавателя.	4	
<p>Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 7.1.</p> <p>Самостоятельная работа при изучении Раздела 7. ПМ 02.</p> <p>Подготовка к семинарам по контрольным вопросам</p> <p>Составление комплексов упражнений для развития физических качеств по заданию преподавателя</p> <p>Составление конспекта частей занятия по настольному теннису по заданию преподавателя и их проведение Составление плана -конспекта занятия по настольному теннису по заданию преподавателя.</p> <p>Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя.</p> <p>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем).</p> <p>Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов.</p> <p>Самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов упражнений.</p> <p>Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы. Выбрать 4 темы из предложенных:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. История развития настольного тенниса. 2. Правила соревнований по настольному теннису. 3. Организация и судейство соревнований по настольному теннису. 4. Методика обучения технико-тактическим действиям в настольном теннисе. 5. Планирование учебной и физкультурно-оздоровительной работы. 6. Педагогический контроль и самоконтроль. 7. Организация, проведение и анализ занятий по настольному теннису. 8. Физическая и специальная подготовка теннисиста. 9. Основы построения оздоровительной тренировки в настольном теннисе. 			18	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 8. Освоение туризма с методикой оздоровительной тренировки		140/90	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 8.1. Туризм	Содержание учебного материала	26	
	1 Туризм как вид физического воспитания, его цель и задачи.	2	1
	2 История возникновения и развития туризма. Типы, виды и формы туризма.	2	1
	3 Программно-нормативные основы развития спортивно-оздоровительного туризма.	2	2
	4 Научно-методические основы развития спортивно-оздоровительного туризма.	2	2
	5 Туристические соревнования. Меры техники безопасности и правила поведения в туризме.	2	2
	6 Содержание туристской подготовки.	2	2
	7 Инвентарь и экипировка туриста.	2	2
	8 Физическая и психическая подготовка туриста.	2	3
	9 Техника спортивного туризма.	2	3
	10 Подготовка и организация походов.	2	3
	11 Туризм в программе физического воспитания школы	2	2
	12 Подготовка, организация и проведение соревнований по туризму среди школьников и студенческой молодежи.	2	2
	13 Туризм как средство физического развития и оздоровления населения различных возрастных групп.	2	3
	Практические занятия	64	
	1-2 Содержание и методика обучения туристкой подготовке.	4	
	3-4 Методика подготовки инвентаря и экипировки туриста.	4	
	5-6 Содержание и методика физической подготовки туриста.	4	
	7-8 Содержание и методика психологической подготовки туриста.	4	
	9-10 Содержание и методика обучения технике спортивного туризма.	4	
	11-12 Подготовка, организация и проведение туристических походов.	4	
	13-14 Содержание и методика подготовки школьников для проведения туристических походов в процессе их физического воспитания.	4	
	15-16 Особенности организации, подготовки и проведения туристических походов различными способами в различных погодных условиях, условия рельефа местности.	4	
	17-18 Методика обучения использования подручных средств и средств природы для преодоления различных препятствий и трудностей погодных условий.	4	
	19-20 Методика обучения различным способам ориентирования на местности.	4	
	21-22 Методика обучения преодоления водных преград, горной местности, лесисто-болотистой местности при проведении походов.	4	
	23-24 Методика обучения оказания первой помощи в различных ситуациях.	4	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	25-26	Содержание и особенности методики проведения туристических походов с оздоровительной направленностью с населением разных возрастных групп.	4	
	27-28	Подготовка, методика организации и проведения соревнований по туризму в летний период года.	4	
	29-30	Подготовка, методика организации и проведения соревнований по туризму в зимний период года.	4	
	31-32	Особенности подготовки и проведения соревнований по туризму с использованием различного спортивного и туристического инвентаря.	4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 8.1. 1. Подготовить доклад и презентацию по теме: «Туризм как средство физического воспитания человека и история его развития». 2. Изучить типы, виды, формы и программно-нормативные основы развития спортивно-оздоровительного туризма. 3. Изучить меры техники безопасности и правила поведения в туризме. 4. Изучить правила туристических соревнований, инвентарь и экипировку туриста и содержание туристской подготовки. 5. Разработать доклад и презентацию по теме: «Физическая, психологическая и техническая подготовка туриста». 6. Разработать доклад и презентацию на тему: «Туризм в психофизическом воспитании школьников». 7. Изучение методику подготовки туриста. 8. Разработать алгоритм подготовки и организации туристического похода в школе. 9. Разработать доклад и презентацию по теме: «Туризм как эффективное средство физического развития и оздоровления населения разного возраста». 10. Разработать план подготовки и проведения соревнований по туризму среди школьников. Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы Подготовка реферата по теме занятия. Примерные темы рефератов: 1. История развития туризма. 2. Топографическая подготовка. 3. Классификация видов туризма. 4. Карта и масштаб. 5. Однодневный поход. 6. Условные знаки: классификация. 7. Этапы организации многодневного похода. 8. Работа с компасом. Азимут.			50	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
<i>I</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Раздел 9. Освоение конькобежного спорта с методикой оздоровительной тренировки		72/48	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Тема 9.1. Конькобежный спорт	Содержание учебного материала	14	
	1 Предмет и задачи курса конькобежного спорта. Содержание программы. Организация и проведение занятий.	2	1
	2 История развития конькобежного спорта. Классификация конькобежного спорта.	2	1
	3 Формирование двигательного навыка бега на коньках, перенос навыков. Этапы и методы обучения, используемые в конькобежном спорте.	2	2
	4 Основные принципы, средства, методы обучения бегу на коньках. Этапы и методы обучения, используемые в конькобежном спорте. Инвентарь конькобежца, оборудование катка, подготовка его к практическим занятиям и соревнованиям.	2	2
	5 Методика начального обучения катанию на коньках: упражнения в помещениях и на льду. Формы организации и методика проведения занятий по бегу на коньках в школе.	2	2
	6 Последовательность в обучении разновидностям скоростного бега на коньках. Организация и проведения соревнований по конькобежному спорту в школе.	2	3
	7. Организация и методика проведения внеклассной работы по конькобежному спорту в школе: секционные занятия, праздники, соревнования. Организация и проведение соревнований по конькобежному спорту	2	3
	Практические занятия	34	
	1 Имитация бега на коньках. Прыжковые упражнения. Силовая подготовка.	2	
	2-3 Упражнения в помещении. Подводящие упражнения для освоения элементов техники катания: посадка, отталкивание, равновесие на льду.	4	
	4-5 Обучение техники бега на коньках на короткие и длинные дистанции.	4	
	6-7 Бег с работой одной руки, работа двумя руками, бег без работы рук.	4	
	8-9 Обучение техники бега со старта, по прямой, повороту.	4	
	10-11 Организация и методика проведения занятий по конькобежному спорту в группах начальной подготовки, учебно-тренировочных группах, в группах спортивного совершенствования.	4	
	12-13 Особенности комплектования учебных групп детско-юношеских спортивных школ.	4	
	14-15 Внеурочные формы занятий по конькобежной подготовке: в режиме учебного дня (удлиненные перемены, группа продленного дня), внеклассные и внешкольные формы организации занятий.	4	
	16-17 Подготовка льда к соревнованиям по конькобежному спорту. Разметка беговой дорожки. Подготовка протоколов соревнований. Подсчет очков в конькобежном многоборье. Определение победителей соревнований по классическому многоборью.	4	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
			4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 9.1. Конькобежный спорт			24	
Самостоятельная работа студентов с учебно-методическими материалами, научной литературой. 1. Способы бега по дистанции: бег со старта; бег по повороту; бег по прямой. 2. Обучение: примеры обучения; средства обучения; методы обучения. 3. Задачи обучения. Реализация дидактических принципов в процессе обучения технике бега на коньках. 4. Методы и методические приемы обучения. 5. Этапность обучения: первоначальное изучение, углубленное разучивание, закрепление, и дальнейшее совершенствование. 6. Формы организации занимающихся в ходе занятий по конькобежному спорту. 7. Инвентарь, оборудование, выбор и подготовка мест занятий. 8. Упражнения для совершенствования отдельных элементов техники бега по прямой и повороту. 9. Типы спортивных школ, их задачи, комплектование учебных групп, содержание работы. 10. Индивидуальные, самостоятельные групповые и организованные групповые занятия. 11. Общие правила проведения жеребьевки в соревнованиях по конькобежному спорту. 12. Информация на местах проведения соревнований. 13. Медицинское обслуживание соревнований. 14. Подготовка и оборудование катков к проведению соревнований				

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 10. Освоение атлетической гимнастики с методикой оздоровительной тренировки			88/60	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки				
Тема 10.1. Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала		16	
	1	История развития атлетизма. Женский атлетизм. Мужской атлетизм.	2	1
	2	Характеристика силовых видов спорта: гиревой спорт, пауэрлифтинг, тяжелая атлетика, армрестлинг. Цель занятий атлетизмом.	2	2
	3	Воздействие упражнений на мышцы. Основные группы мышц.	2	2
	4	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц ног. Упражнения для мышц живота.	2	2
	5	Методика использования упражнений для увеличения мышечной массы. Методика использования упражнений для устранения избыточной массы тела.	2	2
	6	Методика использования упражнений для увеличения максимальной силы.	2	3
	7.	Современные физиологические требования к рациональному питанию. Принцип сбалансированного питания.	2	3
	8.	Энергетическая ценность и состав рациона питания. Виды БАД. Режим водопотребления.	2	3
	Практические занятия		44	
	1	Обзор упражнений на различные группы мышц	2	
	2-3	Выполнение упражнений для мышц живота (нижних, верхних, косых), поясничного отдела.	4	
	4-5	Выполнение упражнений для мышц рук (двуглавой, трехглавой, мышц предплечья), мышц груди	4	
	6-7	Выполнение упражнений для мышц ног (двуглавой мышцы бедра, трехглавой мышцы бедра, приводящих мышц бедра, икроножной мышцы), ягодичной мышцы.	4	
	8-9	Выполнение упражнений для широчайшей, трапецевидной мышцы спины	4	
	10	Составление комплекса упражнений для начинающих	2	
	11	Составление комплекса упражнений для увеличения мышечной массы	2	
	12-13	Выполнение комплекса упражнений для увеличения мышечной массы	4	
	14-15	Составление комплекса упражнений для устранения избыточной массы тела	4	
	16-17	Выполнение комплекса упражнений для устранения избыточной массы тела	4	
	18-19	Составление комплекса упражнений для увеличения максимальной силы.	4	
	20-21	Выполнение комплекса упражнений для увеличения максимальной силы.	4	
	22	Составление рациона питания на неделю	2	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
			4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 10.1. Атлетическая гимнастика			28	
Самостоятельное составление конспекта по плану, подготовка сообщений: Краткие исторические сведения. Характеристика основной деятельности в атлетической гимнастике. Образовательное, воспитательное, оздоровительное значение занятий атлетизмом. Система отбора, физиологические показатели. Наследственные факторы, анатомические особенности. Психофизиологические особенности, тесты, рекомендуемые при отборе. Техника безопасности при организации занятий в силовых видах спорта. Оборудование, инвентарь и экипировка спортсменов. Использование вспомогательных устройств и тренажеров. Контроль и самоконтроль спортсменов. Особенности проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста, женщинами. Виды упражнений силового характера. Система непосредственной подготовки к соревнованиям. Система поддержания формы в период активного отдыха. БАДы в современном спорте. Методы работы и организация индивидуальных занятий в фитнес-клубах.				

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 11. Освоение плавания с методикой оздоровительной тренировки			46/32	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки				
Тема 11.1. Плавание	Содержание учебного материала		16	
	1	Плавание — жизненно важный навык. Плавание в дореволюционной России. Развитие отечественного плавания после 1917 года.	2	1
	2	Общие закономерности плавания. Основные термины и понятия. Свойства воды. Гидростатика. Гидродинамика. Движения ногами. Движения руками. Дыхание. Общая согласованность движений и дыхания. Анатомо-физиологические особенности организма и техника плавания.	2	2
	3	Техника спортивного плавания. Техника плавания способом кроль на груди. Техника плавания способом кроль на спине. Техника плавания способом брасс. Техника плавания способом дельфин. Техника стартов. Техника поворотов.	2	2
	4	Прикладное плавание. Техника плавания способом на боку. Техника плавания способом брасс на спине. Техника ныряния. Техника погружения в воду с поверхности. Техника передвижения под водой. Плавание в усложненных условиях. Помощь тонущему. Оказание первой помощи пострадавшему. Виды утопления.	2	2
	5	Обучение плаванию дошкольников. Обучение плаванию школьников. Спортивная тренировка в плавании. Начальное обучение плаванию (подготовительные упражнения). Общая физическая подготовка. Изучение техники спортивных способов плавания. Кроль на груди. Кроль на спине. Брасс. Дельфин.	2	2
	6	Гибкость в плавании. Ловкость в плавании. Выносливость. Скоростные способности. Развитие быстроты движений, составляющих соревновательную скорость. Игры и развлечения на воде. Методы обучения. Методы тренировки.	2	2
	7	Организация обучения и тренировки в плавании. Плавание в дошкольных учреждениях. Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в профессиональной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ). Занятия плаванием и водные процедуры в группах здоровья. Плавание в спортивно-оздоровительном лагере.	2	3
	8	Правила поведения при купании. Основные правила безопасности при занятиях плаванием. Причины несчастных случаев на воде. Спасательные средства. Вспомогательные средства. Зал для «сухого» плавания. Тренажерные устройства в воде. Методический кабинет бассейна. Специальное оборудование и инвентарь. Восстановительный центр.	2	3
		Практические занятия	16	
	1	Движения ногами и руками.	1	
	1	Дыхание. Общая согласованность движений и дыхания.	1	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	2	Техника плавания способом кроль на груди и на спине.	1	
	2	Техника плавания способом кроль.	1	
	3	Техника плавания способом брасс.	1	
	3	Техника плавания способом дельфин.	1	
	4	Техника стартов.	1	
	4	Техника поворотов.	1	
	5	Техника плавания способом брасс на спине.	1	
	5	Техника ныряния.	1	
	6	Техника погружения в воду с поверхности.	1	
	6	Техника передвижения под водой.	1	
	7	Плавание в усложненных условиях.	1	
	7	Помощь тонущему.	1	
	8	Начальное обучение плаванию (подготовительные упражнения).	1	
	8	Изучение техники спортивных способов плавания.	1	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 11.1. Плавание Самостоятельное составление конспекта по плану, подготовка сообщений: Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, конспектов, комплексов упражнений, отчетов. Самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов упражнений. Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы: 1. История и этапы развития плавания. 2. Правила соревнований, организация и судейство соревнований по плаванию. 3. Техника и методика обучения спортивным способам плавания. 4. Планирование, организация и проведение занятий по плаванию. 5. Физическая и специальная подготовка пловца. 6. Основы построения оздоровительной тренировки в плавании. 7. Игры и развлечения на воде. 8. Составление комплекса подводных и имитационных упражнений. 9. Освоение технических приемов разных видов плавания. 10. Правила поведения при купании.			14	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 12. Освоение спортивной борьбы с методикой оздоровительной тренировки			85/54	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки				
Тема 12.1. Спортивная борьба	Содержание учебного материала		10	
	1	История развития борьбы в России. Предмет, задачи, содержание курса. Борьба как учебный предмет, его содержание. Программный материал по годам обучения, организация занятий, зачётные требования. Возникновение, развитие и использование борьбы как физического упражнения. Первые письменные документы зарождения борьбы.	2	1
	2	Терминология в борьбе. Значение терминологии. Терминология и её значение при обучении приёмам. Термин, как средство формирования оптимальной двигательной установки в борьбе. Образование полных названий приёмов борьбы и кратких слов-терминов.	2	2
	3	Значение терминологии для теории и практики борьбы. Методика образования названий приёмов, основываясь на положения теории «установки».	2	2
	4	Классификация в борьбе. Значение классификации. Определение понятий «классификация». Принципы, лежащие в основе составления классификации. Краткий анализ развития классификации спортивной борьбы.	2	2
	5	Анализ классификаций, используемых теорией и практикой борьбы: спортивная классификация, классификация борцов по возрастным группам, весовым категориям и спортивной подготовке, классификация техники, тактики, упражнений, средств тренировки и т. д. Оценка состояния развития теории классифицирования в борьбе. Техника как важнейший объект классифицирования в борьбе.	2	3
	Практические занятия		44	
	1-2	Страховка и самостраховка, падение. Упражнения для укрепления моста. Упражнения для мышц шеи, движения в положении стоя на мосту с поворотом и без поворота головы, упражнения в положении моста с отягощениями, вставание на мост из положения стойки с опорой на партнёра, стоящего в партере; то же с последующим переворотом через голову; то же с положения стоя на мосту без партнёра и с партнёром, удерживающим различными захватами сбоку.	4	
	3-4	Упражнения с сопротивлением. Упражнения в падениях. Подготовительные упражнения к выполнению основных движений атакующего, при выполнении приёмов на месте и в движении.	4	
	5-6	Основные положения в борьбе. В стойке (правая стойка, левая стойка, фронтальная стойка, низкая, средняя и высокая стойки. Партер высокий, низкий.	4	
	7-8	Кувьрки вперёд, назад, через правое и левое плечо. Методы совершенствования качества выполнения основных приемов техники национальной борьбы.	4	
	9-10	Методика овладения техникой национальной борьбы близкой к изученным основам техники. Роль физических качеств при овладении различными приемами национальной борьбы. Разбор ошибок по материалам видеозаписей.	4	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	11-12	Переворот с захватом руки с боку. Изучение и совершенствование приемов национальной борьбы. Определение и исправление ошибок в изучаемых приемах. Разбор ошибок по материалам видеозаписей.	4	
	13-14	Переворот рычагом. Изучение и совершенствование переворота рычагом. Определение и исправление ошибок в изучаемом приеме. Разбор ошибок по материалам видеозаписей.	4	
	15-16	Переворот рывком за руку. Изучение и совершенствование переворота рывком за руку. Определение и исправление ошибок в изучаемом приеме. Разбор ошибок по материалам видеозаписей.	4	
	17-18	Переворот нырком с захватом шеи и туловища. Изучение и совершенствование переворота нырком с захватом шеи и туловища. Определение и исправление ошибок в изучаемом приеме. Разбор ошибок по материалам видеозаписей.	4	
	19-20	Методы совершенствования качества выполнения основных приемов техники национальной борьбы.	4	
	21-22	Методы оценки уровня технической подготовленности спортсменов. Оценка базовой структуры приемов. Определение уровня модельной характеристики по степени развития физических качеств и функциональной подготовленности.	4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 12.1. Спортивная борьба Самостоятельное составление конспекта по плану, подготовка сообщений: <ol style="list-style-type: none"> Влияние занятий спортивной борьбой на организм занимающегося. История развития европейских видов единоборств. Элементарные технические действия: стойки и дистанции, передвижения и т.д. Оценивание технических приемов. Запрещенные приемы в спортивной борьбе. Захваты и запрещенные захваты в спортивной борьбе. Элементы единоборств, используемые на уроках физической культуры как средство развития физических качеств. Игровые единоборства и игры-единоборства. Методика проведения уроков физической культуры с элементами единоборств. Проведение разминки в группах начальной подготовки. Акробатические элементы, используемые в специальной подготовке. Танцевальные движения как прикладной элемент борцовского приема. Методы страховки и самостраховки и методика обучения. Методы развития специальных качеств. Техника передвижений. Варианты и особенности, присущие различным видам единоборств. Специальная физическая подготовка как средство развития качеств, необходимых единоборцу. Специальная техническая подготовка. Руководство для рефери и судей Разметка площадки для соревнований Требования к форме одежды участников 			31	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 13. Ритмика с методикой тренировки			54/36	
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки				
Тема 12.1. Ритмика	Содержание учебного материала		4	
	1	Музыкально-ритмическое воспитание в системе физического воспитания. Развитие общей музыкальности у детей. Воспитание чувства ритма и музыкально-ритмической памяти. Развитие музыкально-выразительных представлений и творческой активности. Воспитание художественного вкуса, музыкальной культуры.	1	2
	2	История развития системы музыкально-ритмического воспитания. Значение музыкально-ритмического воспитания. История развития ритмической гимнастики. Виды оздоровительной аэробики.	1	2
	3	Структура, содержание и методика занятий по ритмике. Упражнения с музыкально-теоретическими заданиями. Музыкально-ритмические игры, танцы. Общеразвивающие упражнения под музыку. Комплексный принцип построения занятий. Концентрический метод обучения на уроках ритмики.	1	2
	4	Аэробика как одна из форм оздоровительной физической культуры. Структура и содержание занятий по оздоровительной аэробике. Планирование занятий по аэробике. Психолого-педагогические основы проведения занятий с группой.	1	2
		Практические занятия	32	
	1-2	Хореографические упражнения. Позиции рук и ног, основные движения по позициям для формирования школы движений.	4	
	3-4	Совершенствования координации движений, развития ритмичности движений, укрепления мышц ног и туловища, хореографические прыжки, равновесия.	4	
	5-6	Разновидности ходьбы и бега: мягкий, вальсовый, высокий, пружинный, острый, широкий и др. шаги и разновидности бега.	4	
	7-8	Упражнения художественной гимнастики: волны, взмахи, махи повороты, равновесия.	4	
	9-10	Основные танцевальные упражнения: приставной шаг, шаг галопа, переменный шаг, шаг польки и вальса и др. Танцы, танцевальные связки и комбинации.	4	
	11-12	Техника и методика обучения народных, национальных, бальных и современных танцев.	4	
	13-14	Содержание подготовительной части занятия	4	
	15-16	Содержание основной части занятия. Содержание заключительной части занятия	4	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 13.1. Подготовка реферата на тему «Особенности проведения занятий по ритмической гимнастике с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста», «Роль музыкального сопровождения в ритмической гимнастике». Законспектировать основные танцевальные упражнения. Практически продемонстрировать элементы, вальса, мазурки, танцевальных упражнений в стиле диско и т. д. Разработать комплекс упражнений по определенному виду оздоровительной аэробики для подготовительной части занятия. Разработать комплекс упражнений по определенному виду оздоровительной аэробики для основной части занятия. Разработать комплекс упражнений по определенному виду оздоровительной аэробики для заключительной части занятия.			18	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 14. Подготовка студентов к организации физкультурно-спортивной работы с различными группами населения			375/250	
МДК 02.02 Организация физкультурно-спортивной работы				
Тема 14.1. Общие основы организации физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся	Содержание учебного материала		6	
	1	Введение в предмет. Организация физкультурно-спортивной работы как учебный предмет. Сущность, цели и задачи физкультурно-спортивной деятельности. Основные направления физкультурно-спортивной работы	2	1
	2	Правовые основы физкультурно-спортивной деятельности. Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности. Федеральный закон о физической культуре и спорте в РФ.	2	2
	3	Основные направления физкультурно-спортивной работы. Формы и методы организации физкультурно-спортивной работы с различными слоями населения.	2	1
	Практические занятия		2	
	1	Комплектование групп, секций, клубов, объединений для занятий физкультурно-спортивной деятельностью.	2	
Тема 14.2. Особенности организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся	Содержание учебного материала		16	
	1	Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Значение и задачи физкультурно-спортивной работы с дошкольниками. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста. Формы организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях и семье.	2	1
	2-3	Физкультурно-спортивная работа в системе общего образования. Содержание программы по физической культуре, разработанной на основе ФГОС второго поколения. Урочные и внеурочные формы занятий. Особенности проведения занятий с детьми младшего, среднего, старшего школьного возраста Занятия с детьми с ослабленным здоровьем	4	2
	4	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий со школьниками. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба.	2	2
	5	Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Задачи и значение физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Формы и особенности организации занятий. Порядок осуществления деятельности спортивных студенческих клубов.	2	2
	6	Дополнительное образование в области физической культуры и спорта. Программно-методическое обеспечение деятельности спортивных школ.	2	2
	7-8	Физкультурно-оздоровительные занятия в основной период трудовой деятельности. Физическая культура в режиме трудового дня, в быту трудящихся. Профессионально-прикладная физическая культура (ППФП): задачи, содержание, формы и особенности проведения занятий по ППФП.	4	3
	Практические занятия		8	
	1	Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях. Анализ программ для ДОУ.	2	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	2	Анализ программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности учащихся СОШ.	2	
	3-4	Программно-методическое обеспечение деятельности ДЮСШ. Анализ программ подготовки для ДЮСШ.	4	
Тема 14.3. Оздоровительно-рекреационная и реабилитационная физическая культура.	Содержание учебного материала		8	
	1-2	Содержательные основы оздоровительно-рекреационной и реабилитационной физической культуры. Общая характеристика средств, используемых в физической рекреации. Требования к подбору рекреационных упражнения и условиям их проведения.	4	2
	3	Физкультурно-оздоровительная работа по месту жительства; в условиях досуга и активного отдыха: деятельность физкультурно-спортивных клубов, рекреационных парков, центров проведения спортивных праздников, летних и зимних оздоровительных лагерей.	2	2
	4	Организация реабилитационных мероприятий средствами физической культуры. Методика проведения физической реабилитации в группы ЛФК и группах здоровья, при самостоятельных занятиях. Спорт инвалидов.	2	2
	Практические занятия		2	
	1	Физкультурно-оздоровительные системы и нетрадиционные средства физической культуры.	2	
Тема 14.4. Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы.	Содержание учебного материала		4	
	1	Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Виды планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся.	2	2
	2	Виды и методы педагогического контроля в физкультурно-спортивной деятельности. Особенности врачебного контроля при проведении при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами.	2	3
	Практические занятия		2	
	1	Анализ документов планирования и контроля физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	2	
Тема 14.5. Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.	Содержание учебного материала		6	
	1	Спортивные соревнования и мероприятия. Общая характеристика соревнований. Виды, уровень и ранг соревнований. ЕВСК. Организация и проведение спартакиад.	2	1
	2	Планирование спортивных соревнований и мероприятий. Основная документация, отражающая планирование спортивных мероприятий и соревнований. Единый календарный план физкультурно-спортивных соревнований и мероприятий. Положение о соревновании. Сценарий физкультурно-массового мероприятия и спортивного соревнования. Отчетная документация.	2	2
	3	Формирование и работа судейской коллегии. Состав права и обязанности судейской коллегии. Проведение мандатной комиссии. Основные процедуры работы судейской коллегии. Организация судейских семинаров	2	2

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	Практические занятия		8	
	1	Составление календарного плана физкультурно-спортивных соревнований и мероприятий.	2	
	2	Разработка Положения о соревнованиях.	2	
	3	Составление сценария физкультурно-массового мероприятия и спортивного соревнования.	2	
	4	Составление отчета о проведении соревнований.	2	
Тема 14.6. Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.	Содержание учебного материала		4	
	1	Классификация физкультурно-спортивных сооружений: основные и вспомогательные сооружения, сооружения (места) для зрителей. Требования к физкультурно-спортивным сооружениям. Обеспечение доступности и безопасности пользования физкультурно-спортивными сооружениями.	2	2
	2	Спортивный инвентарь и оборудование для проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Техника безопасности использования спортивного инвентаря и оборудования при проведении занятий с различными возрастными группами.	2	3
	Практические занятия		6	
	1	Анализ документации, обеспечивающей функционирование простейших физкультурно-спортивных сооружений и мест занятий физической культурой.	2	
	2	Анализ документации по технике безопасности использования инвентаря и оборудования, требования к ее оформлению.	2	
	3	Заполнение паспорта физкультурно-спортивного сооружения	2	
Тема 14.7. Организация спортивной деятельности в образовательных учреждениях.	Содержание учебного материала		4	
	1-2	Организация физкультурного процесса в ДОУ, школе, в среднем профессиональном учреждении, в высших учебных заведениях.	4	2
	Практические занятия		10	
	1	Организация физкультурного процесса в школе (планы, разработка мероприятий)	2	
	2	Организация физкультурного процесса в высших учебных заведениях (планы, разработка мероприятий)	2	
	3	Организация физкультурного процесса в среднем профессиональном учреждении (составить план, разработать мероприятие)	2	
	4	Спортивно-массовые мероприятия физической культурой и спорта	2	
Тема 14.8. Физкультурно-спортивная деятельность за в России и мире	Содержание учебного материала		12	
	1	Структура организации спортивно- массовых мероприятий	2	3
	2	Структура организации спортивных соревнований	2	3

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	3	Техника безопасности на уроках физической культурой	2	2
	4	Физкультурно-оздоровительные движения в России и за рубежом	2	2
	5-6	Виды спортивной подготовки в России и мире	4	2
	Практические занятия		4	
	1-2	Самостоятельная разработка комплексов занятий физическими упражнениями	4	
Тема 14.9. Внеурочные формы занятий	Содержание учебного материала		6	
	1	Особенности внеурочных форм занятий. Основные понятия, типы, формы и виды спортивного туризма. Концепция развития спортивно-оздоровительного туризма в России. Основные положения правил соревнований по туризму.	2	2
	2	Типичная направленность, содержание и методика построения крупных форм: самодеятельные тренировочные занятия, физкультурно-рекреативные занятия, соревнования.	2	2
	3	Правила сочетания упражнений, стимулирующих развитие физических качеств. Принципиальные основы сочетания различных методических направлений при воспитании физических качеств. Проблема обеспечения «переноса» умений, навыков, тренированности.	2	2
	Практические занятия		30	
	1	Разработка комплексов физкультминуток и физкультпауз	2	
	2	Составление плана проведения подвижной перемены	2	
	3	Организационные основы и методика проведения занятий оздоровительной физической культурой с подготовительной группой	2	
	4	Организационные основы и методика проведения спартакиад	2	
	5	Составление положений по проведению спартакиад	2	
	6	Утренняя гигиеническая гимнастика	2	
	7	Микросеансы упражнений	2	
	8	Составление нагрузки и отдыха при воспитании физических качеств в отдельных занятиях и сериях занятий	2	
	9	Сочетаемость упражнений	2	
	10	Распределение нагрузки и отдыха в ДОУ	2	
	11	Распределение нагрузки и отдыха в школе	2	
	12	Распределение нагрузки и отдыха в колледжах и училищах	2	
	13	Распределение нагрузки и отдыха в высших образовательных учреждениях	2	
	14	Организационные основы и методика проведения военизированных игр, экскурсий, малых туристских мероприятий.	2	
	15	Составление положений по проведению малых туристских мероприятий	2	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Тема 14.10. Особенности содержания и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий	Практические занятия		38	
	1-2	Физкультурные мероприятия в режиме учебного дня учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста	4	
	3-4	Методика проведения спортивного часа школьников. Организация, содержание и проведение спортивных праздников школьников («Веселые старты», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Лыжные гонки», «Легкоатлетические кроссы» и др.)	4	
	5-6	Методика проведения подвижных перемен школьников. Организация, содержание и проведение «Часа здоровья» в школе	4	
	7-8	Организация, содержание и проведение занятий физическими упражнениями в группах продленного дня	4	
	9-10	Оздоровительно-профилактические мероприятия в режиме учебного дня учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста. Методика формирования правильной осанки. Основы самоконтроля за физическим состоянием школьников	4	
	11-12	Крупные спортивно-массовые мероприятия. Соревнования допризывной молодежи	4	
	13	Методика формирования правильного свода стопы и профилактика плоскостопия школьников	2	
	14	Методика закаливания школьников	2	
	15	Дыхательная гимнастика школьников	2	
	16	Глазодвигательная гимнастика школьников	2	
	17	Управление в физкультурном образовании различных возрастных групп населения	2	
	18	Составление плана проведения спортивного часа школьника	2	
	19	Составление положения и плана проведения «Веселых стартов»	2	
Тема 14.11. Планирование и контроль в процессе внеучебной физкультурно-спортивной деятельности.	Содержание учебного материала		8	
	1	Значение планирования и контроля в процессе физического воспитания. Наиболее важные требования, предъявляемые к операциям планирования в области физической культуры и спорта. Временные масштабы и логика планирования. Исходные документы планирования и их типичные формы. Общая характеристика основных операций планирования.	2	1
	2	Педагогический контроль как система мер по проверке выполнения планов. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе физического воспитания. Объекты, подлежащие контролю в процессе физического воспитания, Проблема выбора наиболее информативных показателей.	2	2
	3	Исходные понятия в области физической культуры. Каникулярный период в значении спортивной работы	2	3
	4	Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями. Организация секционной работы в школе	2	2

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	Практические занятия		26	
	1	Разновидности контроля в практике физического воспитания.	2	
	2-3	Содержание и технологии оперативного и итогового контроля. Методы и приемы регистрации и анализа получаемой информации. Использование современного исследовательского оборудования.	4	
	4-5	Разработка схемы построения занятия физической культурой	4	
	6-7	Организация туристических походов и спортивного ориентирования	4	
	8-9	Подбор индивидуальных нагрузок для разных возрастных групп	4	
	10	Анализ профессионально-прикладной физической подготовки	2	
	11-12	Организация физкультурной деятельности в детских оздоровительных лагерях	4	
	13	Организация секционной работы в школе	2	
Тема 14.12. Методические указания	Содержание учебного материала		4	
	1	Тренер-преподаватель – организатор, руководитель, педагог. Управление коллективом в детско-юношеском спорте.	2	2
	2	Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта.	2	2
	Практические занятия		36	
	1	Составить макет Положения о спортивном зале.	2	
	2	Составить макет Положения о тренажерном зале	2	
	3	Составить макет Положения о соревнованиях.	2	
	4	Составить макет Акта о травме.	2	
	5	Составить макет Паспорта спортивного зала.	2	
	6	Составить макет Паспорта тренажерного зала.	2	
	7	Составить макет должностной инструкции тренера-преподавателя.	2	
	8	Составить макет личного дела спортсмена.	2	
	9	Составить макет отчета о спортивно-массовой работе за учебный год.	2	
	10	Составить макет плана работы тренерского совета.	2	
	11	Составить макет сценария Дня открытых дверей в ДЮСШ или макет сценария спортивного праздника.	2	
	12	Составить макет сценария Дня здоровья и спорта.	2	
	13	Составить макет Перспективного плана развития спортивного зала.	2	
	14	Составить макет вызова на соревнования.	2	
	15	Составить макет отчета о соревнованиях	2	
	16	Составить макет расписания работы отделений ДЮСШ.	2	
	17	Составить макет Плана спортивно-массовых мероприятий.	2	
	18	Составить макет плана сдачи норм ГТО.	2	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Раздела 14 Доработка и оформление записей по лекционному материалу. Подготовка к практическим занятиям и работкам с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебно-методической литературой. Изучение нормативно-правовых документов: ФЗ «Об образовании в РФ», ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», ведомственных актов Министерства спорта РФ и Министерства физической культуры, спорта и молодежной политики Свердловской области. Разработка планов-конспектов проведения всех изучаемых форм занятий физическими упражнениями. Подготовка учебных карточек с комплексами физических упражнений и подвижных игр для практического использования (не менее 5 карточек для каждой формы внеучебной физкультурно-спортивной работы) Подготовка реферата и сообщения по теме: <i>Характеристика современной физкультурно-оздоровительной системы или методики (на выбор):</i> 1) система Купера; 2) режим 1000 движений (система Амосова); 3) 10000 шагов каждый день (система Михао Икай); 4) бег ради жизни (система Лидьярда); 5) система Моргауза (всего 30 минут спорта в неделю); 6) скрытая изометрическая гимнастика по Томпсону (произвольное поочередное сокращение мышц тела без изменения их длины); 7) калланетика: программа из 30 упражнений для женщин с акцентом на растяжение (система Пинкней Каллане); 8) система Стрельниковой; 9) система П. Иванова; 10) восточные системы и средства оздоровления; 11) оздоровительные танцы; 12) тропы здоровья; 13) скандинавская ходьба (ходьба с палками).			125	
Раздел 15. Освоение основ лечебной физкультуры и массажа			56	
МДК 02.03 Лечебная физическая культура и массаж				
Тема 15.1 Лечебная физическая культура и массаж	Содержание учебного материала		14	
	1	Основы лечебной физкультуры Понятие лечебная физкультура. Нормативные правовые акты, регламентирующие работу кабинета лечебной физкультуры. Механизм действия физических упражнений на организм человека. Средства лечебной физкультуры. Формы и методы применения лечебной физкультуры. Классификация физических упражнений. Оценка двигательных режимов.	2	2
	2	Основные принципы подбора и дозировки физических упражнений. Принципы построения занятия лечебной физкультурой. Определение объема физической нагрузки. Правила составления комплекса физических упражнений. Особенности проведения лечебной гимнастики в различных группах. Проведение контроля за состоянием пациента во время занятия лечебной физкультурой.	2	2

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	3	Основы медицинского массажа. Нормативные правовые акты, регламентирующие работу кабинета медицинского массажа. Понятия о медицинском массаже. Классификация видов медицинского массажа. Показания и противопоказания к проведению массажа. Анатомо-физиологические основы массажа. Гигиенические основы массажа. Выбор оптимальной дозировки массажа. Границы массируемых областей. Принципы проведения основных и вспомогательных приемов массажа.	2	2
	4	Оценка ответных реакций организма на массаж. Контроль за состоянием пациентов во время проведения массажа. Особенности проведения классического массажа у беременных.	2	2
	5	Нормативные правовые акты, регламентирующие работу кабинета физиотерапии, техника безопасности, организация физиотерапевтического отделения, кабинета. Принципы физиотерапевтического лечения. Показания и противопоказания к применению физиотерапевтических процедур. Электролечение. Лечение искусственно изменённой воздушной средой. Фототерапия. Водолечение, теплолечение, грязелечение. Принципы физиологического действия физиотерапевтических процедур.	2	2
	6	Оценка показаний и противопоказаний к проведению физиотерапии. Техника проведения физиотерапевтических процедур. Особенности оказания физиотерапевтических процедур. Принципы работы с физиотерапевтическим оборудованием	2	2
	7	Осуществление реабилитационных мероприятий спортсменов. Показания, противопоказания к проведению лечебной физкультуры в физкультурно-спортивной практике. Показания, противопоказания к проведению классического массажа. Показания, противопоказания к проведению физиотерапии. Составление программ индивидуальной медицинской реабилитации спортсменов. Выбор оптимальных видов, форм и методов проведения физиотерапии.	2	2
	Практические занятия		42	
	1	Проведение медицинского контроля при отработке комплексов лечебной физкультуры методом парных групп	2	
	2	Составление комплексов ЛФК при переломах костей плечевого пояса, позвоночника и нижних конечностей.	2	
	3	Составление комплексов ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Составление комплексов лечебной гимнастики при заболеваниях внутренних органов.	2	
	4	Составление комплексов ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Составление комплексов ЛФК при нарушении обмена веществ.	2	
	5	Проведение процедур ЛФК в учебной группе при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	
	6	Составление комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга в учебной группе.	2	
	7	Составление комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга и периферических нервов в учебной группе.	2	
	8	Составление комплексов ЛФК при сколиозе в учебной группе. Составление комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата в учебной группе.	2	

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
	9	Составление комплексов ЛФК для коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе и подготовительной медицинской группе.	2	
	10	Техника поглаживания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	11	Техника растирания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	12	Техника разминания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	13	Техника вибрации: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	14	Техника самомассажа: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	15	Освоение методики проведения основных приемов классического массажа (на фантомах)	2	
	16	Изучение основных методов проведения физиотерапевтических процедур (на фантомах).	2	
	17	Изучение упражнений комплекса лечебной физкультуры.	2	
	18	Освоение методики и изучение особенностей проведения основных приемов классического массажа.	2	
	19	Изучение методик проведения физиотерапевтических процедур.	2	
	20	Освоение методики и изучение особенностей проведения лечебной физкультуры и массажа у детей.	2	
	21	Решение ситуационных задач на применение лечебной физкультуры, массажа и физиотерапии.	2	
Самостоятельная работа обучающихся при изучении Темы 15.1. Конспектирование материала, предоставленного на самостоятельное изучение. Доработка и оформление записей по лекционному материалу. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций и лекций преподавателя. Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы Самостоятельное внеаудиторное исследование по заданным темам (подготовка рефератов): Профилактика нарушений осанки. Упражнения для позвоночника по Полю Брэггу. Дыхание по методике Бутейко и Стрельниковой. Хожение босиком как метод профилактики и лечения плоскостопия. ЛФК для больных сахарным диабетом. «Мир воды» (ЛФК для взрослых и детей на воде); Восточные лечебные методики: Тай-Цзи Цюань, хатха-йога. ЛФК при варикозном расширении вен. Лечебная гимнастика при ожирении. Упражнения для глаз по методике Бейтса и Корбетт. Доработка и оформление записей по лекционному материалу. Работа с учебно-методической литературой. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций и лекций преподавателя. Выполнение основных приемов массажа и самомассажа.				

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы Самостоятельное внеаудиторное исследование по заданным темам (подготовка рефератов): История возникновения и развития массажа. Поглаживание: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема. Анатомо-физиологическое обоснование и механизм воздействия массажа на нервную систему. Растирание: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема. Анатомо-физиологическое обоснование и механизм воздействия массажа на опорно-двигательный аппарат. Разминание: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема. Анатомо-физиологическое обоснование и механизм воздействия массажа на кожу и подкожно-жировую клетчатку. Вибрация: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема. Физиологическое действие массажа на мышечную систему. Массаж в сочетании с другими видами лечения. Спортивный массаж. Гигиенический массаж.		28	
Учебная практика Виды работ: <ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с техникой безопасности на рабочих местах, проведение инструктажа по технике безопасности. 2. Постановка целей и задач учебной практики, планирование учебной деятельности. 3. Ознакомление с историей и структурой учебным заведением. 4. Ознакомление с учебной документацией (рабочие учебные программы, календарно-тематическое планирование, учебные планы и т.п.) 5. Присутствие на открытых занятиях по физической культуре. 6. Подготовка план-конспектов к проведению занятий по темам занятий. 7. Проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятий по темам (3-5 занятий) 8. Проведение основной части учебно-тренировочного занятий по темам в качестве помощника руководителя занятия (3-5 занятий). 9. Подготовка Дневника практики и Отчета по учебной практике. 10. Отчет по учебной практике. 		72	
Производственная практика (по профилю специальности) Виды работ: <ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с техникой безопасности на рабочих местах, проведение инструктажа по технике безопасности. 2. Постановка целей и задач производственной практики, планирование учебной деятельности. 3. Ознакомление с историей и структурой учебным заведением. 4. Ознакомление с учебной документацией (рабочие учебные программы, календарно-тематическое планирование, учебные планы и т.п.) 5. Присутствие на открытых занятиях по физической культуре. 6. Подготовка план-конспектов к проведению занятий по темам занятий. 7. Проведение учебно-тренировочного занятий по темам в качестве помощника руководителя занятия (8-10 занятий). 8. Подготовка и проведение спортивного соревнования по виду спорта или спортивного праздника. 9. Подготовка Дневника практики и Отчета по производственной практике. 10. Отчет по производственной практике. 		36	

РАЗДЕЛ 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ ПМ.02 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся по профессиональному модулю реализуется в учебных кабинетах:

- кабинет методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности;
- кабинет базовых и новых физкультурно-спортивных видов деятельности, физической культуры;
- спортивный зал учебного корпуса;
- тренажерный зал;
- зал ритмики и хореографии.

Оборудование учебных кабинетов

1. Кабинет методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности:

рабочие места по количеству обучающихся;
рабочее место преподавателя: письменный стол, кресло, компьютерный стол;
доска с освещением;
информационные стенды;
комплект учебно-методической документации; учебно-методическая и справочная литература.

Технические средства обучения:

ПК с лицензионным программным обеспечением;
принтер;
сканер;
телевизор «SAMSUNG» с USB.

2. Кабинет базовых и новых физкультурно-спортивных видов деятельности, физической культуры:

рабочие места по количеству обучающихся;
рабочее место преподавателя: письменный стол, кресло, компьютерный стол;
доска с освещением;
информационные стенды;
таблицы по темам МДК;
дидактические единицы с раздаточным материалом;

контрольно-оценочные средства;
технические средства обучения: ПК с лицензионным программным обеспечением;
принтер.

Оборудование и технические средства обучения спортивного зала:

оборудование и спортивный инвентарь для проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.

Оборудование и технические средства обучения зала ритмики и хореографии:

зеркала;
спортивный инвентарь для освоения различных видов гимнастики;
аудиотехника.

4. 2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Основные источники

Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 300 с. — (Профессиональное образование).

Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: учеб.-метод. пособие / сост.: Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская. — СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2018. — 272 с. ISBN 978-5-288-05785-4

Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 461 с. — (Профессиональное образование).

Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 148 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11034-0.

Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6.

Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5.

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для

среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0.

Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7.

Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1.

Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8.

Дополнительные источники

Алхасов, Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 176 с. — (Профессиональное образование).

Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Профессиональное образование).

Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Профессиональное образование).

Борьба Греко-римская : учебник для СДЮСШОР, УОР / под ред. Ю. А. Шулики. — Ростов н/Дону: Феникс, 2009.

Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с. — (Профессиональное образование).

Бурмистров, В. Н. Атлетическая гимнастика для студентов [Электронный ресурс] : учебно-методический комплекс по дисциплине «Физическая культура» / В. Н. Бурмистров, С. С. Бучнев. — М.: Российский университет дружбы народов, 2012.

Ветрова И.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. — Красноярск, 2018. — 252 с.

Викулов, А. Д. Плавание: учеб. пособие для вузов / А. Д. Викулов. — М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2009.

Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебное пособие для среднего

профессионального образования / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 261 с. — (Профессиональное образование).

Гимнастика: теория и методика преподавания : [учеб. пособие] / Т. М. Лебедихина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2017. — 112 с.

Гимнастика [Текст] : учебник / В. М. Баршай, В. Н. Курьсь, И. В. Павлов. — 2-е изд., доп. и перераб. — Ростов н/Д : Феникс, 2011. — 331 с.

Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина: учебник для вузов. — М.: ГЭОТР-Медиа, 2010.

Жилкин, А. И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. — 3-е изд., стер. — М.: Академия, 2009.

Забелина, Л. Г. Легкая атлетика: учебное пособие / Л. Г. Забелина, Е. Е. Нечунаева. — Новосибирск: НГТУ, 2010. — 59 с.

Завьялова, Т. П. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении: занятия по футболу: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева, Д. Ю. Колчанов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 172 с. — (Профессиональное образование).

Исаева, И. Ю. Досуговая педагогика : учебное пособие [Электронный ресурс] / И.Ю. Исаева. — М. : Флинта, 2010. — 200 с.

Коллектив авторов. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.; Под ред. С.Н. Попова. — М.: Издательский центр «Академия», 2004. — 416 с.. 2004

Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта. Учебно-практическое пособие / О. П. Кокоулина. — М.: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с.

Купчинов, Р. И. Физическое воспитание. Учеб. Пособие / Р. И. Купчинов. — Минск: ТетраСистемс, — 350 с. — Режим доступа :<http://www.biblioclub.ru>

Кузнецов, Е. С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. — М.: Академия, 2012 .

Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. С. Лисицкая. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 242 с. — (Профессиональное образование).

Письменский, И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. А. Письменский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 264 с. — (Профессиональное образование).

Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. — М.: Академия, 2006.

Спортивный туризм в системе образования: учебно-метод. изд. / под ред. Губаненкова С. М. — СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2008.

Теория и методика обучения базовым видам спорта : Гимнастика : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2019. — 288 с. — (Сер.Бакалавриат).

Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб.

заведений / под ред. Г. В. Барчуковой. – М.: Академия, 2006.

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной. – М.: Академия, 2011.

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г. А. Сергеев, Е. В. Мурашко, Г. В. Сергеева и др.]; под ред. Г. А. Сергеева. — 2-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 176 с. — (Сер. Бакалавриат).

Туманян, Г. С. Спортивная борьба: Учебное пособие. В 4-х кн. – М.: Советский спорт, 1998.

Филиппова, Е. Н. Структура тренировочных нагрузок в соревновательном периоде подготовки лыжников 13-14 лет с учетом их психоэмоционального состояния [текст] : метод.пособие / Е. Н. Филиппова ; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2008. – 49 с

Чепаков, Е. М. Атлетическая гимнастика : учебное пособие для вузов / Е. М. Чепаков. — 3-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 179 с. — (Высшее образование).

Шулятьев, В. М. Физическая культура. Курс лекций. – М.: Российский университет дружбы народов, 2009. – 280 с. –

Интернет-ресурсы

<http://dnevnik.ru>-«Дневник.ру»

<http://www.fizkult-ura.ru> <http://ru.wikipedia.org/>

<http://dic.academic.ru/> <http://www.tmmoscow.ru/>

<http://www.turist-club.ru/>

4.3. Общие требования к организации образовательного процесса

В рамках реализации профессионального модуля **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения** предполагается теоретическое обучение, практические занятия, учебная практика, производственная практика (концентрированная).

Профессиональный модуль **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения** относится к основному виду профессиональной деятельности в рамках профессионального цикла.

Обязательным условием успешного обучения в рамках профессионального модуля является проведение производственной практики которая реализуется концентрированно в процессе освоения разделов модуля.

Важнейшим компонентом освоения профессионального модуля является самостоятельная работа студентов, которая реализуется через систему домашних заданий и специально организованной аудиторной или внеаудиторной (как групповой, так и индивидуальной) деятельности студентов.

По профессиональному модулю предусмотрена текущая и промежуточная аттестация. Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации

разрабатываются самостоятельно.

Освоению данного профессионального модуля должно предшествовать изучение учебных дисциплин таких, как «Педагогика», «Психология», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

В соответствии с ФГОС специальности реализация профессионального модуля должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным.

Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.

Руководство практикой должно осуществляться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля).

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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<i>Результаты (освоенные компетенции)</i>	<i>Основные показатели оценки результата</i>	<i>Формы и методы контроля и оценки</i>
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	– владение информацией о процессах, происходящих в системе образования; – знание нормативных документов в области образования; – аргументированность и полнота объяснения сущности и социальной значимости будущей профессии; – активность, инициативность в процессе освоения профессиональной деятельности; – демонстрация интереса к	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 модулю. Защита курсовой работы.

	будущей профессии	
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	<ul style="list-style-type: none"> – обоснованность постановки цели, выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач; – отбор оптимальных методов решения педагогических задач; – прогнозирование последствий решения педагогических задач; 	<p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p>
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	<ul style="list-style-type: none"> – адекватность принятия решений в нестандартных педагогических ситуациях; – прогнозирование результатов развития нестандартных ситуаций; – обоснованность постановки цели, выбора и применения методов и способов решения нестандартных ситуаций; 	<p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p>
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	<ul style="list-style-type: none"> – нахождение и использование информации для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития; 	<p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p>
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> – владение информационно-коммуникационными технологиями; – использование информационно-коммуникационные технологии для решения профессиональных задач; 	<p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p>
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать коллегами и социальными партнерами	<ul style="list-style-type: none"> – умение взаимодействовать в коллективе для решения профессиональных задач; – взаимодействие с обучающимися, преподавателями в процессе обучения. 	<ul style="list-style-type: none"> -экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; - экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики; -дифференцированный зачет
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической	<ul style="list-style-type: none"> – умение соотносить цели обучения с содержанием, формами и методами обучения; 	<ul style="list-style-type: none"> - экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики;

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	<ul style="list-style-type: none"> – умение подбирать контрольно-оценочные упражнения; – умение взаимодействовать с учащимися, мотивируя их деятельность; – правильная постановка диагноза поведения учащихся, мотивов их деятельности; 	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	<ul style="list-style-type: none"> – умение диагностировать, самоанализировать проблемы в профессиональной деятельности; – проявление интереса к овладению новыми знаниями и умениями в области профессиональной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - дифференцированный зачет; - экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях;
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	<ul style="list-style-type: none"> – адекватность постановки целей, использования методов, приемов, форм, технологий организации образовательного процесса; 	<ul style="list-style-type: none"> - экспертная оценка защиты лабораторной работы; - экспертная оценка на практических занятиях;
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.	<ul style="list-style-type: none"> – умение подбирать упражнения, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей; – умение использовать приемы страховки на занятиях физической культурой; 	- дифференцированный зачет
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	<ul style="list-style-type: none"> – владение способами проектирования программ, планов, методических разработок по различным видам деятельности; апробация программ во время учебной и производственной практик 	- зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> – знание методики организации и проведения внеурочных мероприятий и занятий физической культурой; – умение проводить учебные занятия по физической культуре в соответствии с современными требованиями; 	<ul style="list-style-type: none"> – экспертная оценка разработки учебно-программной документации на педагогической практике; – экспертная оценка выполнения практического задания (решение ситуативной задачи, разработка проекта) на практическом занятии;
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	<ul style="list-style-type: none"> – умение использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при организации и проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий 	<ul style="list-style-type: none"> – экспертная оценка в процессе защиты реферата; – экспертная оценка выступлений с сообщениями (докладами) на занятиях; – экспертная оценка анализа (самоанализа) педагогической

		деятельности, конкретных педагогических ситуаций в период педагогической практики, на практических занятиях;
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	<ul style="list-style-type: none"> – владение способами проектирования методических разработок, планов, программ; – умение осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения; подбирать методы контроля; разрабатывать средства контроля 	<ul style="list-style-type: none"> – экспертная оценка выступлений с сообщениями (докладами) на занятиях, конференциях и т. п.; – экспертная оценка оформления и презентации портфолио педагогических разработок; – экспертная оценка оформления отчетов по педагогической практике;
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	<ul style="list-style-type: none"> – изложение результатов исследований и проектной деятельности – умение анализировать внеурочные мероприятия и учебные занятия по физической культуре 	<ul style="list-style-type: none"> – экспертная оценка в процессе защиты контрольной работы; – экспертная оценка на педагогической практике;
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.	<ul style="list-style-type: none"> – умение правильно вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности 	экспертная оценка в процессе защиты контрольной работы; наблюдение и анализ деятельности обучающегося в ходе решения педагогических задач