

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
«МИЧУРИНСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

УТВЕРЖДЕНА

Распоряжением директора

Приказ № 35 от 28.08.2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.08 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ**  
**ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ**

по специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

Мичуринское

2021 г.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура и учетом особенных образовательных потребностей инвалидов и лиц с ОВЗ письмо Минобрнауки России от 22 апреля 2015 г. № 06-443.

Организация-разработчик:

ГБПОУ ЛО «Мичуринский многопрофильный техникум»

Разработчик программы: преподаватель ГБПОУ ЛО «Мичуринский многопрофильный техникум» Зыкова С.В.

Рассмотрена на заседании ПЦК специальных дисциплин протокол № 1 от 27.08.2021

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_ Пинаева А.Н.

Согласована:

Заместитель директора по учебной-производственной работе

\_\_\_\_\_ Г.А.Мухина

## СОДЕРЖАНИЕ:

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	3
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения примерной рабочей программы

Программа учебной дисциплины является частью учебного плана основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС для подготовки специалистов среднего звена 49.02.01 Физическая культура

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина входит в общепрофессиональный цикл дисциплин.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения направлен на формирование следующих компетенций:

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 постановки и решения профессиональных задач, профессионального личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

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

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

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

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

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить физические занятия по физической культуре.

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

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

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

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

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

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

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

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

ПК 3.4.Участвовать в исследовательской и практической деятельности в области физической культуры.

ЛР 18. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие в условиях Ленинградской области

ЛР 19. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности

ЛР 20. Активно применять полученные знания на практике

ЛР 22. Осознавать потребность в труде, уважении к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности

ЛР26. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ЛР 27. Проявлять доброжелательность к окружающим, деликатность, чувство такта и готовность оказать услугу каждому кто в ней нуждается

**В результате изучения ОП.08 обучающийся должен:**

**Уметь:**

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

- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;

- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами

**Знать:**

- историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;
- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым видам спорта;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки 916 часов, в том числе обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 608 часов, самостоятельной работы обучающегося 308 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Количество часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b><i>916</i></b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b><i>608</i></b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b><i>308</i></b>
<b><i>Итоговая аттестация в форме</i></b>	<b><i>З,ДЗ,З,ДЗ,З,Э</i></b>

## 2.2. Рабочий тематический план и содержание учебной дисциплины.

Наименование разделов	Содержание учебного материала	Объем часов	Коды ПК, ОК, ЛР
1	2	3	5
Раздел 1. Гимнастика с методикой преподавания		102	
<b>Тема 1. Основные средства гимнастики</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	28	
	1. Виды гимнастики и ее методические особенности.	2	ОК 1, ПК 1.1., ЛР 19
	2. История развития гимнастики.	1	ОК 1, ЛР 19
	3. Гимнастическая терминология.	2	ОК 2, ПК 1.3., ЛР 18
	4. Строевые упражнения.	4	ОК 2, ПК 1.3., ЛР 19, ЛР 20
	5. ОРУ.	4	ОК 2, ОК 3, ПК 1.4., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19, ЛР 20
	6. Конспект урока.	2	ОК 7, ОК 8, ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 18, ЛР 22
	7. Травматизм на уроках гимнастики.	1	ОК 3, ОК 10, ПК 2.4. ЛР 26, ЛР 27
	<b>Практические занятия:</b>		
	8. Строевые приемы. Построения и перестроения.	2	ОК 2, ПК 1.3., ЛР 19, ЛР 20
	9. Размыкания и смыкания.	2	ОК 2, ПК 1.3., ЛР 19, ЛР 20
10. Передвижения. Фигурные передвижения.	2	ОК 2, ПК 1.3., ЛР 19, ЛР 20	



	11. Запись ОРУ.	2	ОК 2, ОК 3, ПК 1.4., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19, ЛР 20
	12. Запись вольных упражнений.	2	ОК 2, ОК 3, ПК 1.4., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19, ЛР 20
	13. Запись упражнений на снарядах.	2	ОК 2, ОК 3, ПК 1.4., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19, ЛР 20
<b>Тема 2. Основы гимнастических упражнений</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	14	
	14. Техника гимнастических упражнений .	2	ОК 4, ОК 8, ОК 12, ПК 2.2., ЛР 20, ЛР 26.
	15. Методика обучения гимнастическим упражнениям.	2	ОК 2, ОК 7, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26
	<b>Практические занятия:</b>		
	16. Статические положения.	4	ОК 4, ОК 8, ОК 12, ПК 2.2., ЛР 20, ЛР 26.
	17. Динамические упражнения.	4	ОК 4, ОК 8, ОК 12, ПК 2.2., ЛР 20, ЛР 26.
	18. Отгалкивание и приземление.	2	ОК 4, ОК 8, ОК 12, ПК 2.2., ЛР 20, ЛР 26.
<b>Тема 3. Виды гимнастических упражнений.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	42	
	19. Акробатические упражнения.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	20. Упражнения на снарядах.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	21. Вольные упражнения.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	<b>Практические занятия</b>		
	22. Комплекс ОРУ	4	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	23. Упражнения на осанку	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27

	24. Упражнения общего воздействия.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	25. Группировка. Перекаты.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	26. Кувырок вперед.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	27. Кувырок назад.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	28. Стойка на лопатках.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	29. Стойка на голове и руках.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	30. Стойка на руках.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	31. Акробатические соединения.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	32. Упражнения на брусьях. Соскоки. Подъемы.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	33. Упражнения на перекладине.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	34. Опорные прыжки.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	35. Упражнения на силу	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	36. Упражнения на гибкость	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
	37. Упражнения на дыхание.	2	ОК 3, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 26, ЛР 27
<b>Тема 4. Формы и организация занятий по гимнастике</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	18	
	38. Урок гимнастики в школе.	2	ОК 8, ОК 9, ПК 1.3., ПК 3.1., ПК 3.3., ЛР 26, ЛР 27
	39. Планирование и учет работы по	2	ОК 2, ОК 4, ОК 7, ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 3.1, ЛР 19, ЛР 22

	гимнастике.		
	40. Организация и проведение массовых мероприятий по гимнастике.	2	ОК 9, ОК 10, ОК 12, ПК 2.3., ПК 2.5., ЛР 18, ЛР 26
	<b>Практическая часть:</b>		
	41. Проведения подготовительной части урока	2	ОК 2, ОК 5, ОК 7, ПК 1.5., ПК 2.1., ПК 2.6., ЛР 26, ЛР 27.
	42. Проведение основной части урока	2	ОК 9, ОК 10, ОК 12, ПК 2.4., ПК 2.6., ЛР 22, ЛР 26, ЛР 27
	43. Проведение заключительной части урока	2	ОК 9, ОК 10, ОК 12, ПК 2.4., ПК 2.6., ЛР 22, ЛР 26, ЛР 27
	44. Педагогический контроль на уроке.	2	ОК 8, ОК 9, ПК 1.5., ПК 2.4., ЛР 18, ЛР 26
	45. Анализ урока. Самоанализ.	2	ОК 8, ОК 9, ПК 1.5., ПК 2.4., ЛР 18, ЛР 26
	46. Работа с документами планирования.	2	ОК 7, ОК 8, ОК 9, ПК 2.6., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 20, ЛР 26
	<b>Самостоятельная работа:</b> Комбинации из изученных элементов. Составление комплексов общеразвивающих упражнений. Реферативная работа студентов. Составление конспектов уроков	20	
	<b>Зачет</b>	2	

<b>Раздел 2. Плавание с методикой преподавания</b>		<b>46</b>	
<b>Тема 5. Плавание- жизненно важный навык.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	47. Плавание в дореволюционной России.	1	ОК 1, ПК 1.1., ЛР 19
	48. Развитие отечественного плавания после 1917 года.	1	ОК 1, ПК 1.1., ЛР 19
<b>Тема 6. Общие закономерности плавания.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	49. Основные термины и понятия	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19.
	50. Свойства воды. Гидростатика. Гидродинамика.	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19.
	51. Анатомо- физиологические особенности организма и техника плавания.	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19.
<b>Тема 7. Бассейны, их оборудование и эксплуатация</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	52. Основные правила безопасности при занятиях плаванием.	1	ОК 10, ОК 12, ПК 1.4., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР 22
	53. Причины несчастных случаев на воде.	1	ОК 10, ОК 12, ПК 1.4., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР 22
	54. Спасательные средства. Вспомогательные средства.	1	ОК 10, ОК 12, ПК 1.4., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР 22
	55. Специальное оборудование и инвентарь.	1	ОК 10, ОК 12, ПК 1.4., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР 22
<b>Тема 8. Техника спортивного</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	56. Техника плавания способом	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК

плавания.	кроль на груди.		1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	57. Техника плавания способом кроль на спине.	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	58. Техника плавания способом брасс.	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	59. Техника плавания способом дельфин.	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	60. Техника стартов. Техника поворотов.	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
<b>Тема 9. Прикладное плавание.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	61. Техника плавания способом на боку	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	62. Техника плавания способом брасс на спине	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	63. Техника ныряния. Техника погружения в воду с поверхности.	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	64. Техника передвижения под водой. Плавание в усложненных условиях.	1	ОК 7, ОК 8, ОК 10, ПК 1.3., ПК 1.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
	65. Помощь тонущему. Оказание первой помощи пострадавшему. Виды утопления.	1	ОК 10, ОК 12, ПК 2.6., ЛР 20, ЛР 22
<b>Тема 10. Обучение плаванию.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	20	
	66. Методы обучения.	1	ОК 1, ОК 3, ОК 5, ПК 2.1, ПК 3.1., ЛР 19, ЛР 26
	67. Обучение плаванию дошкольников.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22

68. Обучение плаванию школьников.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
69. Начальное обучение плаванию (подготовительные упражнения).	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
70. Общая физическая подготовка.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
71. Изучение техники спортивных способов плавания.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
72. Игры и развлечения на воде.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
<b>Практические занятия:</b>		
73. Начальное обучение плаванию (подготовительные упражнения).	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
74. Общая физическая подготовка.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
75. Изучение техники способом плавания кроль на груди.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
76. Изучение техники способом плавания кроль на спине.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
77. Изучение техники способом плавания брас	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
78. Изучение техники способом плавания дельфин.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
79. Игры и развлечения на воде.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
80. Составление комплекса подводящих и имитационных упражнений.	1	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.4., ПК 3.1., ЛР 20, ЛР 22
<b>Самостоятельная работа:</b>	30	
Подбор игр, проводимых на воде.		

	Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для совершенствования техники плавания.		
	<b>Устный опрос по темам 5-10</b>	2	
<b>Раздел 3. Легкая атлетика с методикой преподавания</b>		<b>74</b>	
<b>Тема 11. Основы техники легкоатлетических видов.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	81. Терминология в легкой атлетике.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	82. Основы техники ходьбы и бега.	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.1., ПК 2.4., ЛР 18, ЛР 19, ЛР 20
	83. Основы техники метаний и прыжков.	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.1., ПК 2.4., ЛР 18, ЛР 19, ЛР 20
	84. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике.	2	ОК 1, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 20, ЛР 22
	85. Стадион и его оборудование	2	ОК 10, ОК 12, ПК 2.4., ЛР22, ЛР 26.
<b>Тема 12. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	86. Методика обучения технике легкоатлетических видов.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	87. Техника и методика обучения бега на короткие дистанции.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	88. Техника и методика обучения бега на средние и длинные дистанции.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	89. Техника и методика обучения спортивной ходьбы.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26

	90. Техника и методика обучения эстафетному бегу.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	91. Техника и методика обучения барьерному бегу.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	92. Техника и методика обучения прыжкам в длину.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	93. Техника и методика обучения легкоатлетическим метаниям.	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	94. Техника и методика обучения прыжку в высоту с разбега способом «перешагивания».	2	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	95. Урок легкой атлетики в школе.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	96. Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	2	ОК 9, ОК 10, ПК 2.4., ПК 3.2., ЛР 22, ЛР 27.
	<b>Практические занятия:</b>		
	97. Специальные упражнения для бегунов.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	98. Обучение технике бега на короткие дистанции.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	99. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	100. Обучение технике спортивной ходьбы.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	101. Обучение технике эстафетному бегу.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	102. Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивания».	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26



	103. Обучение технике прыжков в длину.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	104. Обучение технике барьерного бега.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	105. Обучение технике легкоатлетических метаний.	4	ОК 8, ОК 9, ОК 12, ПК 2.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 19, ЛР 26
	106. Подготовка учителя к уроку л/а.	2	ОК 5, ОК 8, ОК 9, ПК 1.1., ПК 3.1., ПК 3.2., ЛР 22
	<b>Самостоятельная работа:</b>	38	
	Составление плана – конспекта урока по легкой атлетике. Реферативная работа студентов.		
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	
3 курс			
<b>Раздел 4. Подвижные игры</b>		<b>36</b>	
<b>Тема 13.</b> Характеристика подвижных игр, методика их проведения	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	107. Теоретические сведения о подвижных играх.	4	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 1.2., ЛР 18, ЛР 19
	108. Значение подвижных игр.	2	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	109. Характеристика подвижных игр для детей разного возраста.	4	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	110. Методика и технология проведения подвижных игр.	4	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	111. Предупреждение травматизма при проведении подвижных игр и игровых упражнений.	2	ОК 9, ОК 10, ПК 2.4., ПК 2.5., ЛР 20, ЛР 22.

	<b>Практические занятия:</b>		
	112. Организация игровых упражнений и игр для детей разных возрастов.	6	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	113. Проведение подвижных игр на учебных и неурочных занятиях.	4	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	114. Планирование подвижных игр на занятиях легкой атлетики, гимнастики.	4	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	115. Организация проведение аттракционов, соревнований по подвижным играм, спортивных праздников.	4	ОК 4, ОК 5, ПК 2.2., ПК 2.3., ЛР 26, ЛР 27
	<b>Самостоятельная работа:</b>	30	
	Подбор подвижных игр для детей разного возраста. Подбор подвижных игр на развитие разных физических качеств.		
	<b>Устный опрос по теме 13</b>	2	
<b>Раздел 5. Спортивные игры с методикой преподавания.</b>		<b>144</b>	
<b>Тема 14: Игровые виды спорта баскетбол.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	116. История развития спортивных игр.	1	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ПК 1.1., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР19
	117. Классификация спортивных игр. Специфические признаки	2	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ПК 1.1., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР19

	118. Техника спортивной игры. Терминология. Правила соревнований.	2	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ПК 1.1., ПК 1.5., ЛР 18, ЛР19
<b>Тема 15.</b> Методика обучения игры в волейбол.	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	119. Характеристика упражнений.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	120. Имитационные и подводящие упражнения.	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	121. Подача мяча. Нападающие удары, блокирование.	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Практические занятия:</b>		
	122. Обучение стойке, передвижениям волейболиста.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	123. Обучение технике передачи мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	124. Обучение технике приема мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	125. Обучение технике подачи мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	126. Расстановка игроков на площадке.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
127. Обучение атакующим ударам. Обучение блокированию мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22	
<b>Тема 16.</b> Методика обучения игре в баскетбол.	<b>Содержание учебного материала:</b>		ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	128. Имитационные и подводящие упражнения.	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	129. Передачи и ловля мяча.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1.,

			ЛР 20, ЛР 22
	130. Ведение и перемещение.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	131. Броски мяча.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	132. Тактические приемы. Индивидуальные и групповые действия.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	133. Командные действия. Позиционное нападение.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Практические занятия:</b>		
	134. Обучение технике перемещений. Обучение остановкам.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	135. Обучение поворотам. Обучение прыжкам.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	136. Обучение технике владения мячом.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	137. Обучение передачам мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	138. Обучение ведению мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Зачет</b>	1	
	139. Обучение технике владения мячом и противодействиям.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	140. Обучение технике «штрафного» броска.	5	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
<b>Тема 17. Методика обучения игре в футбол.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	141. Техника ведения, передачи, приема мяча.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22

	142. Техника обыгрывания и отбора мяча.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	143. Групповые действия – комбинации. Индивидуальные действия.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	144. Имитационные и подводящие упражнения.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Практические занятия:</b>		
	145. Обучение технике ведения мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	146. Обучение технике передачи мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	147. Обучение технике обыгрывания и отбора мяча.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	148. Обучение технике удара по воротам.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
<b>Тема 18. Методика обучения игре настольный теннис</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	149. Техника и тактика игры.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	150. Техника перемещения и ударов мяча.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	151. Стойка спортсмена. Держание ракетки.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	152. Обучение удару по мячу. Обучение подачи мяча.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	153. Тактика атакующего игрока и защитника. Тактика парных игр.	1	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22

	<b>Практические занятия:</b>		
	154. Изучение способов держания ракетки и шарика.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	155. Передвижения при игре в настольный теннис.	5	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	156. Ознакомление с основными видами подач в настольном теннисе.	5	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Самостоятельная работа:</b>	60	
	Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для совершенствования техники и тактики игры.		
	<b>Зачет по темам 14,15,16,17,18</b>	<b>2</b>	
<b>Раздел 6. Туризм с методикой преподавания</b>		<b>36</b>	
<b>Тема19. Туризм с методикой преподавания.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	157. Туризм как средство физического воспитания.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19.
	158. История развития туризма.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19.
	159. Виды туризма.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19.
	160. Топографическая подготовка туриста	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19.
	161. Организация туристского похода.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.2., ЛР 18, ЛР 19.
	<b>Практические занятия:</b>		

	162. Компас и работа с ним	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	163. Топографические карты	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	164. Составление плана похода	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	165. Преодоление препятствий в походе	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	166. Вязка туристических узлов	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	167. Установка палатки	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	168. Определение азимута на предмет	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	169. Разжигание костра	2	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Самостоятельная работа:</b>	30	
	170. Составление плана проведения экскурсии (тематика по выбору студентов).		
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	
<b>4 курс</b>			
<b>Раздел 7. Аэробика с методикой преподавания.</b>		<b>42</b>	
<b>Тема 20. Введение</b>	Содержание учебного материала:		
	171. История возникновения аэробики.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 1.2., ЛР 18, ЛР 19
	172. Влияние аэробики на человека.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 1.2., ЛР 18, ЛР 19

	173. Психофункциональное значение занятий с музыкальным сопровождением.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 1.2., ЛР 18, ЛР 19
<b>Тема 21. Основные понятия аэробики.</b>	174. Правила проведения соревнований по аэробике.	2	ОК 6, ОК 7, ОК 9, ОК 12, ПК 2.2., ЛР 22, ЛР 26
	175. Базовые шаги аэробики	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	176. Движение рук в аэробике	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	177. Методы разучивания соединений и комбинаций: линейный метод, метод слежения, блок-метод	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	178. Правила составления музыкальных фонограмм для композиции аэробного комплекса	4	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Практические занятия:</b>		
	179. Обучение базовым шагам в аэробике.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	180. Обучение движению рук в аэробике.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	181. Обучение составлению комбинаций в аэробике.	6	ОК 2, ОК 5, ПК 1.3., ПК 2.1., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Самостоятельная работа:</b>	30	
	Работа с музыкальными композициями. Составление комбинации.		
Устный опрос по темам 20, 21			
<b>Раздел 8. Лыжный спорт с методикой преподавания.</b>		<b>72</b>	



<b>Тема 22. Введение</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	182. История возникновения и развития лыжного спорта.	4	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	183. Лыжный спорт в общеобразовательной школе.	4	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	184. Виды лыжного спорта.	4	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
<b>Тема 23. Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах</b>	185. Терминология в лыжном спорте.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	186. Инвентарь и оборудование для обучения технике передвижения на лыжах.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	187. Техника попеременного двухшажного хода.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	188. Техника одновременного бесшажного хода	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	189. Техника одновременного двухшажного хода.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	190. Техника одновременного одношажного хода.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	191. Техника конькового хода	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	192. Способы преодоления подъемов.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	193. Способы преодоления спусков.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Практические занятия:</b>		
194. Строевые упражнения с	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2.,	

	лыжами и на лыжах.		ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	195. Методика обучения двухшажного хода.	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	196. Методика обучения одновременного бесшажного хода	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	197. Методика обучения одновременного двухшажного хода.	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	198. Методика обучения одновременного одношажного хода.	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	199. Методика обучения конькового хода.	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	200. Методика обучения спусков и подъемов на лыжах.	4	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Самостоятельная работа:</b>	30	
	Составление плана- конспекта урока по лыжной подготовке. Выполнение имитационных упражнений		
	<b>Зачет</b>	<b>2</b>	
<b>Раздел 9. Воркаут с методикой преподавания.</b>		<b>24</b>	
<b>Тема 24. Введение</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	201. Основные термины воркаута.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	202. Виды воркаута.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1.,

			ЛР 18, ЛР 19
	203. В чем польза воркаута.	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	204. Место для занятий.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
	205. Экипировка спортсменов для занятий воркаутом.	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19
<b>Тема 25. Методика тренировок в воркауте</b>	206. Основополагающие элементы и базовые упражнения воркаута.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	207. Принципы тренировки в воркауте.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	208. Начальный комплекс упражнений занятий воркаутом.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	209. Стандартные тренировки	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Практические занятия:</b>		
	210. Упражнения на полу	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	211. Упражнения на перекладине	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	212. Упражнения на брусьях.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	213. Страховка во время выполнения упражнений.	2	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22
	<b>Самостоятельная работа.</b>	30	
Комбинации из изученных элементов. Составление комплексов			
<b>Раздел 10. Флорбол с методикой преподавания.</b>		<b>32</b>	

<b>Тема 26. Введение</b>	<b>Содержание учебной части:</b>			
	214. История возникновения и развития.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19	
	215. Преимущества флорбола.	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19	
	216. Значение флорбола.	1	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19	
<b>Тема 27. Методика обучения игре в флорбол</b>	217. Площадка для игры в флорбол.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19	
	218. Краткие правила игры в флорбол.	2	ОК 1, ОК 2, ПК 1.1., ПК 2.1., ЛР 18, ЛР 19	
	<b>Практические занятия:</b>			
	219. Ведение мяча.	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22	
	220. Удар по мячу	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22	
	221. Прием мяча.	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22	
	222. Передача мяча	6	ОК 5, ОК 9, ОК 12, ПК 1.2., ПК 1.4., ЛР 20, ЛР 22	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		30	
	Изучение правил игры в флорбол.			
	Экзамен.			

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

#### **Кабинет «Методики ФК»**

оснащенный оборудованием: рабочее место преподавателя, рабочие места обучающихся; техническими средствами обучения: мультимедийный комплекс (проектор, проекционный экран, ноутбук).

#### **Спортивный зал**

Оснащенный оборудованием: Мячи, гимнастические палки, гимнастические скамейки, козел, конь, бревно, скакалки, набивные мячи, гантели, барьеры, сетка волейбольная, баскетбольные кольца, мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные), футбольные ворота, теннисные столы, лыжи, лыжные палки, лыжные ботинки, палатки, спальные мешки, веревки, карабины, котел, тринога для котла, Клюшки для флорбола, мячи для флорбола.

Спортивный стадион: беговая дорожка, турники, тренажеры.

### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе. Образовательная организация самостоятельно выбирает учебники и учебные пособия, а также электронные ресурсы для использования в учебном процессе.

#### **3.2.1. Печатные издания**

1.

Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: Методология, теория, практика / Под ред. Маликова Н.Н. (3-е изд., стер.) учеб. Пособие – М.: «Лань», 2011г. 528стр.

2.

Балашова В.Ф., Чесноков Н.Н. Физическая культура. Тестовый контроль знаний: методическое пособие. Рекомендовано УМО– М.: «Лань», 2012г. 132стр.

3. Бишаева А.А. Физическая культура (2-е изд., испр. и доп.) учебник– М.: «Лань», 2010г., 304 стр.
4. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь – М.: «Лань», 2010г., 248стр.
5. Дворкин Л.С. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие– М.: «Лань», 2012 г. 700стр.
6. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.- М.: «Просвещение» , 2010г.
7. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 10—11 кл. — М., 2010г. 207стр.
8. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 8 – 9 кл. — М., 2010г. 207стр.
9. Максименко А.М. Педагогическая практика по физическому воспитанию в общеобразовательной школе: учебное пособие. Рекомендовано УМО – М., 2011 г. 128стр.
10. Янгулова Т.И. Лечебная физкультура: анатомия упражнений – М.: «Лань», 2010г. 175стр.

#### Дополнительные

источники:

1. Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура– М.: «Лань», 2010г.
2. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента: Учеб. пособие - 2-е изд., перераб.– М.: «Лань», 2010г. 336стр
3. Балашова В.Ф. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре. Монография – М., 2011 г. 248стр.
4. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании. — М., 2012г.

11. Коваль В.И. Гигиена физического воспитания и спорта (1-е изд.) учебник – М.: «Лань», 2010г. 320стр
5. Кикоть В.Я., Барчуков И.С. Под ред. Физическая культура и физическая подготовка. Учебник. Электрон.учебник. CD/pdf 2011г.
6. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование (3-е изд., стер.) учеб. Пособие – М., 2011г. 336стр.

Интернет-ресурсы

<http://www.montessori-school.ru/ploshadka.htm>

<http://www.ozon.ru/context/edlitera/>

[www.portalus.ru/modules/shkola/rus\\_readme.php?..](http://www.portalus.ru/modules/shkola/rus_readme.php?..)

[www.sportinf.ru/](http://www.sportinf.ru/)

<http://festival.1september.ru/articles/414937/>

<http://pedsovet.su/load/162-1-0-4694>

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<b>Знания:</b>		
историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; содержание, формы	Знать: -историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; -Терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; технику	Тестирование Устный опрос Практические занятия Выполнение сообщений, рефератов, докладов Составление конспектов Собеседование Зачет, дифференцированный зачет, экзамен

<p>организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе; методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности; основы судейства по изученным базовым видам спорта; разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.</p>	<p>профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе; методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности; основы судейства по изученным базовым видам спорта; разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной</p>	
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--



	<p>деятельности, особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.</p>	
<b>Умения:</b>		
<p>планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами</p>	<p><b>Уметь:</b>          планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов</p>	<p>оценка выполнения практического задания;          Контрольные нормативы;          Зачет;          Дифференцированный зачет;          Экзамен.</p>

<p>физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</p>	<p>физкультурно-спортивной деятельности; подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</p>	
------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--