

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 18.07.2023 14:12:28  
Уникальный программный ключ:  
442c337cd125e1d014f63698c9d813e502697764

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Чеченский государственный педагогический университет»  
Гуманитарно-педагогический колледж

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа



Г.М. Джамалдинова

Протокол № 5 от 22 мая 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

**ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий,  
занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных  
возрастных групп (по выбору)**

Специальность  
49.02.01 Физическая культура  
Среднее профессиональное образование  
(форма обучения очная/очно-заочная/заочная)

Грозный- 2023

## ***СОДЕРЖАНИЕ***

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору)**

#### **1.1. Область применения программы**

Программа профессионального модуля – является частью примерной основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору)** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

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.

#### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки**

**специалистов среднего звена:**

Профессиональный модуль входит в профессиональный цикл.

### **1.3. 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);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;

- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа;

**знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;

- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий 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 профессионального модуля:**

всего – 529 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 359 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 170 часов;
- учебной и производственной практики – 288 часов.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

### ОБЩИЕ КОМПЕТЕНЦИИ

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p><b>Умения:</b> распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</p> <p><b>Знания:</b> актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</p>
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<p><b>Умения:</b> определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные</p>



	<p><b>Знания:</b> номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.</p>
--	--

ОК 03	<p>Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.</p>	<p><b>Умения:</b> определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; оформлять бизнес- план; рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; презентовать бизнес- идею; определять источники финансирования</p> <p><b>Знания:</b> содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования; основы предпринимательской деятельности; основы финансовой грамотности; правила разработки бизнес-планов; порядок выстраивания презентации; кредитные банковские продукты</p>
ОК 04	<p>Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<p><b>Умения:</b> организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</p> <p><b>Знания:</b> психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности</p>
ОК 05	<p>Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста</p>	<p><b>Умения:</b> грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</p> <p><b>Знания:</b> особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений</p>

ОК 06	<p>Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного</p>	<p><b>Умения:</b> описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения</p> <p><b>Знания:</b> сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения</p>
ОК 07	<p>Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p>	<p><b>Умения:</b> соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона</p> <p><b>Знания:</b> правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий</p>
ОК 08	<p>Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p><b>Умения:</b> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения,</p> <p><b>Знания:</b> роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения</p>

ОК 09	<p>Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках</p>	<p><b>Умения:</b>  понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы</p> <p><b>Знания:</b>  правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности</p>
-------	--	--

<p><b>Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору)</b></p>	<p><b>ПК 3.1.</b> Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий в рамках внеурочной деятельности;</li> <li>- проведения занятий в рамках внеурочной деятельности;</li> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа занятий, проводимых в рамках внеурочной деятельности;</li> </ul>
		<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цель и задачи, планировать внеурочную деятельность;</li> <li>- использовать различные методы и формы организации занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуальнопсихологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;</li> <li>- планировать, проводить и анализировать занятия в рамках внеурочной деятельности на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств при проведении занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий;</li> <li>- осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий;</li> <li>- организовывать деятельность</li> </ul>
		<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий в рамках</li> </ul>

		<p>внеурочной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения занятий в рамках</li> </ul> <p>внеурочной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа занятий, проводимых в рамках</li> </ul> <p>внеурочной деятельности;</p>
	<p><b>ПК 3.2.</b> Проводить занятия с населением различных возрастных групп. индивидуальным программам.</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов;</li> <li>- определения цели и задач, планирования учебных занятий по физической культуре с населением различных возрастных групп.;</li> </ul>
		<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;</li> <li>планировать учебные занятия по физической культуре с использованием различных форм и методов обучения</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании;</li> <li>- современные концепции физического воспитания обучающихся;</li> <li>- учебный предмет «Физическая культура» в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы;</li> <li>- требования к современному уроку физической культуры;</li> <li>логика планирования при обучении предмету «Физическая культура»</li> </ul>
	<p><b>ПК 3.3.</b> Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов;</li> <li>- определения цели и задач, планирования учебных занятий по физической культуре с населением различных возрастных групп.;</li> </ul>
		<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для</li> </ul>

		<p>подготовки к урокам физической культуры; планировать учебные занятия по физической культуре с использованием различных форм и методов обучения</p> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании;</li> <li>- современные концепции физического воспитания обучающихся;</li> <li>- учебный предмет «Физическая культура» в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы; - требования к современному уроку физической культуры;</li> </ul> <p>логика планирования при обучении предмету «Физическая культура»</p>
	<p><b>ПК 3.4.</b> Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов;</li> <li>- определения цели и задач, планирования учебных занятий по физической культуре с населением различных возрастных групп.;</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;</li> </ul> <p>планировать учебные занятия по физической культуре с использованием различных форм и методов обучения</p> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании;</li> <li>- современные концепции физического воспитания обучающихся;</li> <li>- учебный предмет «Физическая культура» в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы; - требования к современному уроку</li> </ul>

		<p>физической культуры;          логика планирования при обучении          предмету «Физическая культура»</p>
	<p><b>ПК 3.5.</b> Вести первичную          учетно-отчетную          документацию,          обеспечивающую          проведение занятий.</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов;</li> <li>- определения цели и задач,              планирования учебных занятий по              физической культуре с населением              различных возрастных групп.;</li> </ul>
		<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и использовать              методическую литературу и другие              источники информации, необходимой для              подготовки к урокам физической культуры;              планировать учебные занятия по физической              культуре с использованием различных форм              и методов обучения</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- место и значение предмета              «Физическая культура» в общем              образовании;</li> <li>- современные концепции физического              воспитания обучающихся;</li> <li>- учебный предмет              «Физическая культура» в              пределах требований              федерального государственного              образовательного стандарта и основной              общеобразовательной программы; -              требования к современному уроку              физической культуры;              логика планирования при обучении              предмету «Физическая культура»</li> </ul>
	<p><b>ПК 3.6.</b> Осуществлять          организацию продвижения          и оказания населению          фитнес-услуг по          индивидуальным          программам</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов;</li> <li>- определения цели и задач,              планирования учебных занятий по              физической культуре с населением              различных возрастных групп.;</li> </ul>
		<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и использовать              методическую литературу и другие              источники информации, необходимой для              подготовки к урокам физической культуры;              планировать учебные занятия по физической              культуре с использованием различных форм              и методов обучения</li> </ul>



		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании;</li> <li>- современные концепции физического воспитания обучающихся;</li> <li>- учебный предмет «Физическая культура» в пределах требований федерального государственного образовательного стандарта и основной общеобразовательной программы; - требования к современному уроку физической культуры;</li> <li>логика планирования при обучении предмету «Физическая культура»</li> </ul>
--	--	---

# СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

## 2.1. Объем и виды учебной работы по профессиональному модулю

Код 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 СПО) (часов)
			Всего, Часов	в т.ч. теоретические занятия	лабораторные работы и практические занятия	Всего, Часов	в т.ч., курсовая работа часов		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	ПМ.03.Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения	1974	1316	558	758	658	0	36	216
ПК 3.1.ПК 3.2.	МДК. 02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	1269	846	378	468	423			
ПК 3.3.ПК 3.5.	МДК.02.02. Организация физкультурно-спортивной работы	474	316	136	180	158			
ПК 3.4.ПК 3.6.	МДК.02.03. Лечебная физическая культура и массаж	231	154	44	110	77			
<b>Всего:</b>		<b>1974</b>	<b>1316</b>	<b>558</b>	<b>758</b>	<b>658</b>		<b>36</b>	<b>216</b>

**2.1.1. Тематический план профессионального модуля  
ПМ.02. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов при очной форме обучения			
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
	<b>МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки</b>	<b>846</b>	<b>378</b>	<b>468</b>	<b>423</b>
	<b>Раздел 1. Общие основы теории физической культуры</b>	<b>126</b>	<b>44</b>	<b>82</b>	<b>52</b>
	<b>Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>26</b>
1.	Основные понятия теории и методики физической культуры. Понятия теории и методики физической культуры. Теория и методика физической культуры как наука и как учебная дисциплина.	2	2		2
2.	Методы исследования в теории и методике физической культуры. Значение теории и методики физической культуры для студентов и выпускников физкультурных учебных заведений.	2	2		2
3.	Определение понятия «культура физическая». Понятие «культура физическая» и ее связь с общей культурой	2	2		2
4.	Структура физической культуры Функции физической культуры	2		2	2
5.	Понятие о системе физической культуры Цель и задачи системы физической культуры	2		2	2
6.	Общие принципы системы физической культуры Содержание и характеристика методических принципов	2		2	2
7.	Принципы сознательности и активности Принцип наглядности	2		2	2
8.	Принципы доступности и индивидуализации Принцип систематичности	2		2	2
9.	Характеристика принципов, выражающих специфические закономерности занятий физическими	2		2	2
10.	Принцип непрерывности	2		2	2
11.	Принцип прогрессирования воздействий	2		2	2
12.	Принцип цикличности	2		2	2
13.	Принцип возрастной адекватности педагогического воздействия	2		2	2
	<b>Тема 1.2. Средства и методы формирования физической культуры</b>	<b>40</b>	<b>14</b>	<b>26</b>	<b>14</b>
	Понятие о средствах. Физические упражнения - основное и специфическое средство формирования физической культуры личности.	2	2		

Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.	2	2		
Классификация физических упражнений.	2	2		
Содержание и форма физических упражнений.	2	2		
Естественные силы природы и гигиенические факторы.	2	2		
Понятие о технике физических упражнений.	2	2		
Характеристики техники физических упражнений.	2	2		
Пространственные характеристики. Временные характеристики.	4		4	2
Пространственно-временные характеристики.	2		2	2
Силовые характеристики. Ритмическая характеристика.	4		4	2
Современные представления о классификации методов.	4		4	2
Методы, направленные на приобретение знаний.	4		4	2
Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками.	4		4	2
Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей.	4		4	2
<b>Тема 1.3. Характеристика физической способности</b>	<b>60</b>	<b>24</b>	<b>36</b>	<b>12</b>
Основные закономерности развития физических способностей.	2	2		1
Движения — ведущий фактор развития физических способностей.	4	2		2
Зависимость развития способностей от режима двигательной деятельности.	4	4		2
Этапность развития физических способностей.	4	4		2
Неравномерность и гетерохронность (разновременность) развития способностей.	4	4		2
Обратимость показателей развития способностей. Перенос физических способностей.	4	4		2
Единство и взаимосвязь двигательных умений и физических способностей.	4	4		1
Принципы развития физических способностей.	2		2	
Общая характеристика форм построения занятий.	2		2	
Классификация занятий урочного типа.	4		4	
Содержание занятий урочного типа.	4		4	
Построение (структура) занятий урочного типа.	4		4	
Общая характеристика занятий неурочного типа.	4		4	
Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями.	4		4	
Понятие о планировании, его виды и содержание.	4		4	
Понятие контроля и учета. Требования к контролю и учету.	4		4	
Виды, содержание и основы методики контроля и учета. Документы контроля и учета	4		4	
<b>Раздел 2. Основы спортивной тренировки</b>	<b>600</b>	<b>280</b>	<b>320</b>	<b>346</b>

<b>Тема 2.1. Спорт в современном обществе</b>	<b>26</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>18</b>
Спорт в современном обществе, тенденции его развития. Общая характеристика спорта.	4	4		5
Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта.	2	2		3
Основы спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки.	4	4		3
Средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки.	4	4		3
Основные стороны спортивной тренировки.	2	2		4
Принципы спортивной тренировки.	2		2	
Направленность на максимально возможные результаты.	2		2	
Единство общей и специальной подготовки.	2		2	
Непрерывность тренировочного процесса.	2		2	
Возрастная адекватность многолетней спортивной деятельности.	2		2	
<b>Тема 2.2. Системное представление о подготовке спортсменов</b>	<b>36</b>	<b>14</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
Системное представление о подготовке спортсменов.	2	2		5
Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.	2	2		2
Спортивные достижения и тенденции их развития.	2	2		2
Спортивно-техническая подготовка.	2	2		2
Результативность техники.	2	2		4
Эффективность техники.	2	2		4
Стабильность техники. Экономичность техники.	2	2		4
Спортивно-тактическая подготовка. Виды тактической подготовки	2		2	
Специфические средства и методы тактической подготовки	2		2	
Тактические упражнения повышенной трудности	2		2	
Физическая подготовка .	2		2	
Общая физическая подготовка .	2		2	
Специальная физическая подготовка .	2		2	
Физическая подготовленность спортсмена .	2		2	
Психическая подготовка .	2		2	
Общая психическая подготовка .	2		2	
Психическая подготовка к конкретному соревнованию .	2		2	
Средства и методы психической подготовки спортсмена.	2		2	
<b>Тема 2.3. Основные стороны спортивной тренировки</b>	<b>32</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>28</b>
Технология планирования в спорте.	4	2		5

Общие положения технологии планирования в спорте.	6	6		7
Документы перспективного планирования	4	4		5
Тренировочные и соревновательные нагрузки	2		2	3
Понятия «нагрузка» «соревновательная нагрузка»	2		2	3
Зоны нагрузки	2		2	3
Интенсивность нагрузки	2		2	2
Контроль за состоянием подготовленности спортсмена	2		2	
Оценка состояния подготовленности спортсмена	2		2	
Оценка специальной физической подготовленности	4		4	
Оценка технической подготовленности	2		2	
Оценка тактической подготовленности	2		2	
<b>Тема 2.4. Основы спортивного плавания</b>	<b>66</b>	<b>26</b>	<b>40</b>	<b>16</b>
История развития плавания.	6	6		4
Методика и принципы обучения плавания.	8	8		4
Техника плавания.	6	6		4
Водные виды спорта.	6	6		4
обучение и совершенствование всем видам плавания: кроль на груди	4		4	
обучение и совершенствование всем видам плавания: кроль на спине	4		4	
обучение и совершенствование всем видам плавания: брасс	4		4	
обучение и совершенствование всем видам плавания: баттерфляй	4		4	
обучение и совершенствование всем видам плавания: комплексное плавание.	6		6	
Старты и повороты в воде.	6		6	

Игры и эстафеты на воде.	6		6	
Основы водного поло	6		6	
<b>Тема 2.5. Спортивные игры</b>	<b>138</b>	<b>66</b>	<b>72</b>	<b>94</b>
Баскетбол.	14	14		18
Футбол.	14	14		18
Волейбол.	14	14		18
Теннис.	14	14		20
Судейство.	10	10		20
техника ведения и передачи мяча.	16		16	
Техника броска.	14		14	
Взаимодействие в защите и нападении.	16		16	
Техника выполнения подачи и приема мяча.	16		16	
Организация судейства в поле и судьи-секретаря.	10		10	
<b>Тема 2.6. Подвижные игры</b>	<b>36</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>55</b>
Подвижные игры на школьном уроке физической культуры- Игры для учащихся 1–4-х классов.		4		14
Подвижные игры на школьном уроке физической культуры- Игры для учащихся 5–6-х классов.		4		12
Подвижные игры на школьном уроке физической культуры- Игры для учащихся 7–9-х классов.		4		12
Подвижные игры на школьном уроке физической культуры- Игры для учащихся 10–11-х классов.		4		12
Проведение подвижных игр для учащихся разного школьного возраста.			20	5
<b>Тема 2.7. Общая физическая подготовка</b>	<b>72</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>45</b>
Понятие общей физической подготовки, цели и основные задачи;	2	2		5
отличительные особенности ОФП от других видов физического воспитания;	4	4		5
методы и средства ОФП;	2	2		5
основные физические качества их классификация;	2	2		5
отличительные особенности развития и воспитания физических качеств;	2	2		5
особенности воспитания физических способностей: выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости;	4	4		5
планирование учебнотренировочного процесса, виды планирования;	4	4		5
методология планирования физкультурнооздоровительных занятий;	4	4		5
особенности развития и воспитания физических качеств в разных возрастных группах;	4	4		5
моторная и функциональная диагностика физической подготовленности: виды, методы и правила проведения диагностических процедур;	4	4		

ВФСК ГТО, тестовые испытания и нормативная база.	4	4		
Комплексы общеразвивающих упражнений подготовительной части учебно-тренировочного занятия.	6		6	
Систематизация физических упражнений в зависимости от развиваемого физического качества	6		6	
Применение специфических средств различных видов спорта при воспитании физических способностей.	6		6	
Проведение функциональной диагностики физической подготовленности.	6		6	
Текущее планирование учебно-тренировочного и физкультурно-оздоровительного занятия.	6		6	
Практическое проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия.	6		6	
<b>Тема 2.8. Лыжный спорт</b>	<b>60</b>	<b>26</b>	<b>34</b>	<b>21</b>
Организация и методика проведения занятий с различными категориями населения;	4	4		4
проведение учебно-тренировочных занятий по лыжной подготовке с различными возрастными группами;	6	6		4
особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке в учебных заведениях и трудовых коллективах;	6	6		4
использование элементов лыжной подготовки при проведении зимних зрелищно-развлекательных мероприятий;	6	6		5
правила организации и проведения соревнований по лыжным гонкам.	4	4		4
Организация и проведение занятий с различными возрастными группами.	8		8	
Организация и проведение подвижных игр и эстафет на лыжах.	8		8	
Использование элементов лыжной подготовки при проведении зимних зрелищных мероприятий.	10		10	
Практическое выполнение судейских обязанностей при проведении контрольных занятий.	8		8	
<b>Тема 2.9. Современное оборудование и тренажеры</b>	<b>68</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>23</b>
Тренажеры в обучении и тренировке спортсменов.	2	2		3
Тренажеры и тренировочные устройства в физической подготовке спортсменов.	4	4		3
Тренажеры и тренировочные устройства в технической и тактической подготовке спортсменов.	4	4		3
Тренажеры и тренировочные устройства для восстановления работоспособности.	4	4		3
Технические средства для оценки и контроля специальной подготовленности спортсменов.	4	4		3
Разработка и изготовление тренажеров.	2	2		3
Обеспечение безопасности при использовании технических средств, тренажеров и тренировочных устройств.	4	4		3
Методика применения тренажеров и тренировочных устройств в подготовке спортсменов.	2	2		2



Технические средства и тренажеры в циклических видах спорта.	4	4		
Технические средства и тренажеры в игровых видах спорта.	4	4		
Технические средства и тренажеры в единоборствах. Занятия в тренажерном зале.	4		4	
Технические средства и тренажеры в различных видах гимнастики. Занятия в тренажерном зале.	4		4	
Тренажеры и устройства для восстановления здоровья в рекреативной и реабилитационной физической культуре. Занятия в тренажерном зале.	4		4	
Координационные тренажеры для развития движения рук. Занятия в тренажерном зале.	4		4	
Тренажерное устройство для укрепления мышц пальцев кисти и предплечья.	2		4	
Устройство для контроля над осанкой и ее коррекции. Занятия в тренажерном зале..	4		4	
Устройство для тренировки пальцев рук. Тренажер-эспандер кистевой. Занятия в тренажерном зале.	4		4	
Степпинговые тренажеры. Занятия в тренажерном зале.	2		4	
Пневматические тренажеры. Занятия в тренажерном зале	2		2	
<b>Тема 2.10. Фитнес направления</b>	<b>66</b>	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>23</b>
История возникновения фитнеса.	6	6		5
Научные основы фитнеса.	8	8		6
Методика проведения занятий по фитнесу.	10	10		6
Методика составления комплекса упражнений.	10	10		6
Разучивание подготовительной части комплекса упражнений ритмической гимнастики.	4		4	
Разучивание основной части комплекса ритмической гимнастики	4		4	
Разучивание заключительной части комплекса ритмической гимнастики.	4		4	
Выполнение комплекса упражнений ритмической гимнастики.	4		4	
Правила выполнения упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, общей физической работоспособности.	4		4	
Контроль и самоконтроль.	4		4	
Пульсовая диагностика.	4		4	
Роль ритмической гимнастики в коррекции двигательной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья	4		4	
<b>Раздел 3. Общие вопросы теории и методики педагогического физкультурно-спортивного</b>	<b>120</b>	<b>54</b>	<b>66</b>	<b>25</b>

<b>совершенствования (ПФСС)</b>				
<b>Тема 3.1. Соревнования и соревновательная подготовка</b>	<b>40</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>6</b>
Соревнования как неотъемлемая часть спорта.		4		1
Соревновательная деятельность, соревновательные действия, соревновательные нагрузки.		6		1
Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов.		4		2
Тренировка и тренировочная деятельность в спорте		4		2
Связь тренировки с соревновательной деятельностью.			4	
Техническая подготовка.			2	
Тактическая подготовка.			2	
Обучение тактике и ее совершенствование: задачи, средства, методы.			4	
Физическая подготовка.			2	
Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка: задачи, средства, методы.			4	
Интегральная подготовка: задачи, средства, методы.			2	
Теоретическая подготовка			2	
<b>Тема 3.2. Средства восстановления, профилактики и реабилитация в спорте</b>	<b>42</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>9</b>
Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте.		2		1
Утомление и восстановление. средств со структурными компонентами тренировки		2		1
Тренировочные и соревновательные нагрузки и восстановления.		2		1
Характеристика педагогических, медико-биологических и психологических средство восстановления.		2		2
Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления спортивной работоспособности.		4		2
Профилактическо-реабилитационные средства.		2		1
Связь средств восстановления и профилактически-реабилитационных средств со структурными компонентами тренировки		4		1
Тренировочные и соревновательные нагрузки и восстановления.			8	
Характеристика педагогических, медико-биологических и психологических средство восстановления.			8	

Профилактическо-реабилитационные средства.			8	
<b>Тема 3.3. Теория и методика по ПФСС на основе базовых и новых физкультурно-спортивных видов</b>	<b>38</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>10</b>
Специфика вида спорта и продолжительность подготовки.	8	8		5
Особенности подготовки спортсменов различного возраста и подготовленности.	10	10		5
Специфика игровых видов спорта и особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики.	4		4	
Специфика видов единоборств и особенности соревнований и тренировки, техники и тактики.	4		4	
Особенности тренировочного процесса в циклических видах спорта.	2		2	
Особенности тренировочного и соревновательного процесса легкоатлетов.	2		2	
Специфика спортивной гимнастики.	2		2	
Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики.	2		2	
Специфика спортивного плавания.	2		2	
Особенности соревнований и тренировки, техники и тактики	2		2	
<b>МДК 02.02 Организация физкультурно-спортивной работы</b>	<b>316</b>	<b>136</b>	<b>180</b>	<b>158</b>
<b>Раздел 1. Внеклассная работа по ФК</b>	<b>84</b>	<b>40</b>	<b>44</b>	<b>59</b>
<b>Тема 1.1 Внеклассная работа как составная часть работы по физическому воспитанию в образовательном учреждении.</b>	<b>16</b>	<b>16</b>		<b>22</b>
Определение понятия «внеклассная работа». Содержание внеклассной работы.	4	4		6
Требования к организации.	4	4		5
Задачи внеклассной работы.	4	4		5
Формы внеклассной работы в образовательном учреждении.	4	4		6
<b>Тема 1.2. Организация и руководство внеклассной работой по физ. воспитанию</b>	<b>24</b>	<b>24</b>		<b>19</b>
Требования к организации работы по физическому воспитанию.	2	2		2
Функции руководства учителей, родительского коллектива в управлении.	2	2		1
Планирование, организация, мотивация и контроль как составные управления системой внеклассной работы.	2	2		1
Планирование внеклассной работы. Общий план работы по физическому воспитанию.	2	2		1
Планирование – важный элемент успешности работы по физическому воспитанию. Требования к	2	2		2

планированию.				
Разделы общего плана работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе. Планирование работы коллектива физической культуры.	2	2		2
Ученическое управление процессом физ. воспитания.	2	2		1
Выборы председателя и актива коллектива физической культуры. Распределение обязанностей.	2	2		1
Составление плана работы. Учет и отчетность в работе.	2	2		2
Физическая культура в режиме учебного дня. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультпаузы и физкультминутки на уроках.	2	2		2
Занятия физическими упражнениями на удлинённых переменах, в группах продленного дня.	2	2		2
Роль коллектива физической культуры в организации и проведении занятий физической культурой в режиме дня школьников.	2	2		2
<b>Тема 1.3. Технология планирования организации и проведения спортивных праздников, дней здоровья, конкурсов.</b>	<b>44</b>		<b>44</b>	<b>18</b>
Проведение мероприятия «День здоровья».	6		6	2
Проведение мероприятия «День Нептуна».	6		6	2
Проведение мероприятия «Олимпийский день».	6		6	3
Проведение мероприятия «Мама, папа, я - спортивная семья».	6		6	2
Проведение мероприятия «Оранжевый мяч».	6		6	2
Проведение мероприятия «Спортивный поезд»	6		6	3
Ход мероприятия. Инвентарь и оборудование. Музыкальное сопровождение.	4		4	2
Система оценки конкурсов и эстафет. Поведение итогов и награждение.	4		4	2
<b>Раздел 2. Теория и методика физической культуры в различные периоды жизни человека</b>	<b>184</b>	<b>74</b>	<b>110</b>	<b>78</b>
<b>Тема 2.1 . Физическая культура воспитания детей дошкольного возраста</b>	<b>36</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>20</b>
Особенности методики занятий физическими упражнениями.	6	6		6
Формы занятий физическими упражнениями.	4	4		7
Социально-педагогическое значение физического воспитания.	6	6		7
Проведение занятий для детей дошкольного возраста.	20		20	
<b>Тема 2.2 . Физическая культура воспитания детей школьного возраста</b>	<b>48</b>	<b>18</b>	<b>30</b>	<b>20</b>

Формы занятий физическими упражнениями (урочные, в режиме учебного дня, внеклассные и внешкольные занятия).	6	6		7
Особенности развития физических способностей (координационных, скоростно-силовых, выносливости).	6	6		6
Система планирования физического воспитания в школе.	6	6		7
Проведение занятий для детей школьного возраста	30		30	
<b>Тема 2.3 . Физическая культура средних специальных и высших учебных заведений</b>	<b>50</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>20</b>
Особенности методики занятий физическими упражнениями в учебных заведениях.	6	6		7
Специфика деятельности преподавателя физического воспитания.	6	6		7
Содержание функции физической культуры студентов в структуре профессионального образования.	8	8		6
Проведение занятий для детей школьного возраста	30		30	
<b>Тема 2.4 . Особенности физической культуры у взрослых</b>	<b>50</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>18</b>
Основные факторы и условия определяющие физическую культуру взрослых.	6	6		6
Физическая рекреация. Спорт.	6	6		6
Двигательная реабилитация.	8	8		6
Проведение занятий для взрослых	30		30	
<b>Раздел 3. Профессионально -прикладная физическая подготовка</b>	<b>48</b>	<b>22</b>	<b>26</b>	<b>21</b>
<b>Тема 3.1. Назначение и задачи ППФП</b>	<b>22</b>	<b>22</b>		<b>10</b>
Назначение ППФП.	6	6		5
Задачи ППФП.	8	8		5
Средства и методы ППФП.	8	8		
<b>Тема 3.2. Построение и основы методики ППФП</b>	<b>26</b>		<b>26</b>	<b>11</b>
Проведение ППФП для строителей	6		6	2
Проведение ППФП для медицинских работников	6		6	2
Проведение ППФП для банковских работников	6		6	3
Проведение ППФП для учителей и других специальностей.	8		8	4
<b>МДК 02.03 Лечебная физическая культура и массаж</b>	<b>154</b>	<b>44</b>	<b>110</b>	<b>77</b>

<b>Раздел 1. Методика проведения лечебной физической культуры и виды массажа</b>	<b>154</b>	<b>44</b>	<b>110</b>	<b>77</b>
<b>Тема 1.1. Основы лечебной физической культуры и массажа</b>	<b>154</b>	<b>44</b>	<b>110</b>	<b>77</b>
Основы лечебной физической культуры.	4	6		14
Классификация физических упражнений.	6	8		14
Критерии дозировка нагрузки.	6	8		14
Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению, эффективности.	6	8		14
Приемы и техника классического, гигиенического, лечебного, реабилитационного массажа.	6	8		14
Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажа при заболеваниях суставов.	6	6		7
Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	4		8	
Лечебная физическая культура и массаж в детском возрасте.	4		8	
ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния организма детей до 1 года.	4		8	
Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях дыхательной системы.	4		8	
Авторские методики дыхательных упражнений.	2		6	
ЛФК и массаж при заболеваниях нервной системы.	2		6	
ЛФК и массаж при нарушениях обмена веществ.	4		8	
Методика ЛФК и массажа при нарушениях опорно-двигательного аппарата и травмах.	4		8	
Спортивный массаж.	4		8	
Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения.	4		8	
Врачебнопедагогический контроль за переносимостью физических нагрузок.	4		8	
ЛФК и методы массажа при заболеваниях почек.	4		8	
Способы массажа для профилактики осложнений после острых инфекционных заболеваний. Инструментальный массаж.	4		8	
ЛФК и массаж при беременности.	4		6	
Методика составления комплексов физических упражнений при различных заболеваниях и травмах.	4		4	

**2.2. Содержание обучения по профессиональному модулю ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	4	5
<b>ПМ 02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения</b>			
<b>МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки. (Гимнастика)</b>		<b><u>378/468/423</u></b>	
<b><u>Раздел 1. Общие основы теории физической культуры</u></b>		<b>44/82/52</b>	
<b>Тема 1.1 Введение в теорию физической культуры</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b>                      Основные понятия теории и методики физической культуры. Понятия теории и методики физической культуры. Теория и методика физической культуры как наука и как учебная дисциплина. Методы исследования в теории и методике физической культуры. Значение теории и методики физической культуры для студентов и выпускников физкультурных учебных заведений. Определение понятия «культура физическая». Понятие «культура физическая» и ее связь с общей культурой</p>	<b>6</b>	<b>2</b>
	<p><b>Практические занятия.</b>                      Структура физической культуры                      Функции физической культуры                      Понятие о системе физической культуры                      Цель и задачи системы физической культуры                      Общие принципы системы физической культуры                      Содержание и характеристика методических принципов                      Принципы сознательности и активности                      Принцип наглядности                      Принципы доступности и индивидуализации                      Принцип систематичности                      Характеристика принципов, выражающих специфические закономерности занятий физическими                      Принцип непрерывности                      Принцип прогрессирования воздействий                      Принцип цикличности                      Принцип возрастной адекватности педагогического воздействия</p>	20	
	<p><b>Самостоятельная работа</b> составление презентации по теме</p>	26	
<b>Тема 1.2. Средства и</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	14	

методы физической культуры	Понятие о средствах. Физические упражнения - основное и специфическое средство формирования физической культуры личности. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Классификация физических упражнений. Содержание и форма физических упражнений. Естественные силы природы и гигиенические факторы. Понятие о технике физических упражнений. Характеристики техники физических упражнений		2
	<b>Практические занятия.</b> Пространственные характеристики Временные характеристики Пространственно-временные характеристики Силовые характеристики Ритмическая характеристика Современные представления о классификации методов. Методы, направленные на приобретение знаний Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей.	26	
	<b>Самостоятельная работа.</b> Составление презентации по теме	14	
Тема 1.3 Формы построения занятий физическими упражнениями	<b>Содержание учебного материала.</b> Основные закономерности развития физических способностей. Движения — ведущий фактор развития физических способностей. Зависимость развития способностей от режима двигательной деятельности. Этапность развития физических способностей. Неравномерность и гетерохронность (разновременность) развития способностей. Обратимость показателей развития способностей. Перенос физических способностей. Единство и взаимосвязь двигательных умений и физических способностей.	24	2
	<b>Практические занятия.</b> Принципы развития физических способностей Общая характеристика форм построения занятий Классификация занятий урочного типа Содержание занятий урочного типа Построение (структура) занятий урочного типа Общая характеристика занятий неурочного типа Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями Понятие о планировании, его виды и содержание Понятие контроля и учета. Требования к контролю и учету Виды, содержание и основы методики контроля и учета Документы контроля и учета	36	
	<b>Самостоятельная работа:</b> составление опорного конспекта	12	
<b>Раздел 2. Основы спортивной тренировки.</b>		<b>280/442/346</b>	
Тема 2.1. Спорт в	<b>Содержание учебного материала:</b> Спорт в современном обществе, тенденции его	16	



<b>современном обществе</b>	развития. Общая характеристика спорта. Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Основы спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Основные стороны спортивной тренировки.		2
	<b>Практические занятия:</b> Принципы спортивной тренировки Направленность на максимально возможные результаты Единство общей и специальной подготовки Непрерывность тренировочного процесса Возрастная адекватность многолетней спортивной деятельности	10	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	18	
<b>Тема 2.2 Системное представление о подготовке спортсменов</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Системное представление о подготовке спортсменов. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Спортивные достижения и тенденции их развития. Спортивно-техническая подготовка. Результативность техники. Эффективность техники. Стабильность техники. Экономичность техники.	14	2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Спортивно-тактическая подготовка 2. Виды тактической подготовки 3. Специфические средства и методы тактической подготовки 4. Тактические упражнения повышенной трудности 5. Физическая подготовка 6. Общая физическая подготовка 7. Специальная физическая подготовка 8. Физическая подготовленность спортсмена 9. Психическая подготовка 10. Общая психическая подготовка 11. Психическая подготовка к конкретному соревнованию 12. Средства и методы психической подготовки спортсмена	22	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	23	
<b>Тема 2.3 Основные стороны спортивной тренировки</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Технология планирования в спорте. Общие положения технологии планирования в спорте. Документы перспективного планирования	12	2
	<b>Практические занятия:</b> Тренировочные и соревновательные нагрузки Понятия «нагрузка» «соревновательная нагрузка» Зоны нагрузки Интенсивность нагрузки Контроль за состоянием подготовленности спортсмена Оценка состояния подготовленности спортсмена Оценка специальной физической подготовленности Оценка технической подготовленности Оценка тактической подготовленности	20	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	28	
<b>Тема 2.4. Основы</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> История развития плавания. Методика и принципы	26	

<b>спортивного плавания</b>	обучения плавания. Техника. Водные виды спорта.		2
	<b>Практические занятия:</b> обучение и совершенствование всем видам плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй, комплексное плавание. Старты и повороты в воде. Игры и эстафеты на воде. Основы водного поло	40	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта, реферат.	16	
<b>Тема 2.5 Спортивные игры</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Баскетбол. Футбол. Волейбол. Теннис. Судейство.	66	2
	<b>Практические занятия:</b> техника ведения и передачи мяча. Техника броска. Взаимодействие в защите и нападении. Техника выполнения подачи и приема мяча. Организация судейства в поле и судьи-секретаря.	72	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта.	94	
<b>Тема 2.6 Подвижные игры</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Подвижные игры на школьном уроке физической культуры. Игры для учащихся 1–4-х классов. Игры для учащихся 5–6-х классов. Игры для учащихся 7–9-х классов. Игры для учащихся 10–11-х классов.	16	2
	<b>Практические занятия:</b> Проведение подвижных игр для учащихся разного школьного возраста.	20	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта.	55	
<b>Тема 2.7. Общая физическая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Понятие общей физической подготовки, цели и основные задачи; отличительные особенности ОФП от других видов физического воспитания; методы и средства ОФП; основные физические качества их классификация; отличительные особенности развития и воспитания физических качеств; особенности воспитания физических способностей: выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости; планирование учебно-тренировочного процесса, виды планирования; методология планирования физкультурно-оздоровительных занятий; особенности развития и воспитания физических качеств в разных возрастных группах; моторная и функциональная диагностика физической подготовленности: виды, методы и правила проведения диагностических процедур; ВФСК ГТО, тестовые испытания и нормативная база.	36	2
	<b>Практические занятия:</b> Комплексы общеразвивающих упражнений подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Систематизация физических упражнений в зависимости от развиваемого физического качества. Применение специфических средств различных видов спорта при воспитании физических способностей. Проведение	36	

	<p>функциональной диагностики физической подготовленности. Текущее планирование учебно-тренировочного и физкультурно-оздоровительного занятия. Практическое проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта, составление плана-конспекта занятия.</p>	45	
<b>Тема 2.8. Лыжный спорт</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Организация и методика проведения занятий с различными категориями населения; проведение учебно-тренировочных занятий по лыжной подготовке с различными возрастными группами; особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке в учебных заведениях и трудовых коллективах; использование элементов лыжной подготовки при проведении зимних зрелищно-развлекательных мероприятий; правила организации и проведения соревнований по лыжным гонкам.</p>	26	2
	<p><b>Практические занятия:</b> Организация и проведение занятий с различными возрастными группами. Организация и проведение подвижных игр и эстафет на лыжах. Использование элементов лыжной подготовки при проведении зимних зрелищных мероприятий. Практическое выполнение судейских обязанностей при проведении контрольных занятий.</p>	34	
	<p><b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта, подбор подвижных игр и эстафет на лыжах.</p>	21	
<b>Тема 2.9. Современное оборудование и тренажеры</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Тренажеры в обучении и тренировке спортсменов. Тренажеры и тренировочные устройства в физической подготовке спортсменов. Тренажеры и тренировочные устройства в технической и тактической подготовке спортсменов. Тренажеры и тренировочные устройства для восстановления работоспособности. Технические средства для оценки и контроля специальной подготовленности спортсменов. Разработка и изготовление тренажеров. Обеспечение безопасности при использовании технических средств, тренажеров и тренировочных устройств. Методика применения тренажеров и тренировочных устройств в подготовке спортсменов. Технические средства и тренажеры в циклических видах спорта. Технические средства и тренажеры в игровых видах спорта.</p>	34	2
	<p><b>Практические занятия:</b> технические средства и тренажеры в единоборствах. Занятия в тренажерном зале. Технические средства и тренажеры в различных видах гимнастики. Занятия в тренажерном зале. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья в рекреативной и реабилитационной физической культуре. Занятия в тренажерном зале. Координационные тренажеры для развития движения рук. Занятия в тренажерном зале.</p>	34	

	Тренажерное устройство для укрепления мышц пальцев кисти и предплечья. Устройство для контроля над осанкой и ее коррекции Занятия в тренажерном зале. Устройство для тренировки пальцев рук. Тренажер-эспандер кистевой. Занятия в тренажерном зале. Степпинговые тренажеры. Занятия в тренажерном зале. Пневматические тренажеры. Занятия в тренажерном зале.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта, реферат	23	
<b>Тема 2.10. Фитнес направления</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> История возникновения фитнеса. Научные основы фитнеса. Методика проведения занятий по фитнесу. Методика составления комплекса упражнений.	34	2
	<b>Практические занятия:</b> разучивание подготовительной части комплекса упражнений ритмической гимнастики. Разучивание основной части комплекса ритмической гимнастики. Разучивание заключительной части комплекса ритмической гимнастики. Выполнение комплекса упражнений ритмической гимнастики. Правила выполнения упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, общей физической работоспособности. Контроль и самоконтроль. Пульсовая диагностика. Роль ритмической гимнастики в коррекции двигательной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья	32	
	<b>Самостоятельная работа:</b> составление опорного конспекта, реферат	23	
<b>Раздел 3. Общие вопросы теории и методики педагогического физкультурноспортивного совершенствования (ПФСС)</b>		<b>54/66/25</b>	
<b>Тема 3.1 Соревнования и соревновательная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Соревнования как неотъемлемая часть спорта. Соревновательная деятельность, соревновательные действия, соревновательные нагрузки. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте	18	2
	<b>Практические занятия:</b> Связь тренировки с соревновательной деятельностью. Техническая подготовка. Тактическая подготовка. Обучение тактике и ее совершенствование: задачи, средства, методы. 20 Физическая подготовка. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка: задачи, средства, методы. Интегральная подготовка: задачи, средства, методы. Теоретическая подготовка	22	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	6	
<b>Тема 3.2 Средства</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Средства восстановления, профилактики и	18	

<b>восстановления, профилактики и реабилитация в спорте</b>	реабилитации в спорте. Утомление и восстановление. Тренировочные и соревновательные нагрузки и восстановления. Характеристика педагогических, медико-биологических и психологических средство восстановления. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления спортивной работоспособности. Профилактическо-реабилитационные средства. Связь средств восстановления и профилактически-реабилитационных средств со структурными компонентами тренировки		2
	<b>Практические занятия:</b> Тренировочные и соревновательные нагрузки и восстановления. Характеристика педагогических, медико-биологических и психологических средство восстановления. Профилактическо-реабилитационные средства.	24	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	9	
<b>Тема 3.3. Теория и методика по ПФСС на основе базовых и новы физкультурноспортивных видов</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Специфика вида спорта и продолжительность подготовки. Особенности подготовки спортсменов различного возраста и подготовленности.	18	2
	<b>Практические занятия:</b> Специфика игровых видов спорта и особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики. Специфика видов единоборств и особенности соревнований и тренировки, техники и тактики. Особенности тренировочного процесса в циклических видах спорта Особенности тренировочного и соревновательного процесса легкоатлетов. Специфика спортивной гимнастики. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики.21 Специфика спортивного плавания. Особенности соревнований и тренировки, техники и тактики.	20	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	10	
<b>МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы</b>		<b>136/180/158</b>	
<b>Раздел 1. Внеклассная работа по ФК.</b>		<b>40/44/59</b>	
<b>Тема 1.1. Внеклассная работа как составная часть работы по физическому воспитанию в образовательном учреждении</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Определение понятия «внеклассная работа». Содержание внеклассной работы. Требования к организации. Задачи внеклассной работы. Формы внеклассной работы в образовательном учреждении.	16	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> составление презентации по теме	22	
<b>Тема 1.2 Организация и</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Требования к организации работы по физическому		

<b>руководство внеклассной работой по физ. воспитанию.</b>	воспитанию. Функции руководства, учителей, родительского коллектива в управлении. Планирование, организация, мотивация и контроль как составные управления системой внеклассной работы. Планирование внеклассной работы. Общий план работы по физическому воспитанию. Планирование – важный элемент успешности работы по физическому воспитанию. Требования к планированию. Разделы общего плана работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе. Планирование работы коллектива физической культуры. Ученическое управление процессом физ. воспитания. Выборы председателя и актива коллектива физической культуры. Распределение обязанностей. Составление плана работы. Учет и отчетность в работе. Физическая культура в режиме учебного дня. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультпаузы и физкультминутки на уроках. Занятия физическими упражнениями на удлиненных переменах, в группах продленного дня. Роль коллектива физической культуры в организации и проведении занятий физической культурой в режиме дня школьников.	24	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление презентации по теме	19	
<b>Тема 1.3 Технология планирования организации и проведения спортивных праздников, дней здоровья, конкурсов.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Детальное изложение хода праздника. Необходимое оборудование и инвентарь. Анализ проведенного мероприятия. Дни здоровья как важное звено в приобщении школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. Планирование Дней здоровья в течение учебного года. Роль руководства и педагогического коллектива в проведении Дней здоровья. Роль коллектива физической культуры в организации и проведении занятий физической культурой в режиме дня школьников. Помощь физкультурного актива. Учет традиций школы, специализации учителей, материальной базы в организации работы спортивных кружков и секций		2
	<b>Практические занятия:</b> Проведение мероприятия «День здоровья». Проведение мероприятия «День Нептуна». Проведение мероприятия «Олимпийский день». Проведение мероприятия «Мама, папа, я - спортивная семья». Проведение мероприятия «Оранжевый мяч». Проведение мероприятия «Спортивный поезд» Ход мероприятия Инвентарь и оборудование Музыкальное сопровождение Система оценки конкурсов и эстафет Поведение итогов и награждение	44	
	<b>Самостоятельная работа:</b> составление опорного конспекта	18	
<b>Раздел 2. Теория и методика физической культуры в различные периоды жизни человека</b>		<b>74/110/78</b>	

<b>Тема 2.1 Физическая культура воспитания детей дошкольного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Особенности методики занятий физическими упражнениями. Формы занятий физическими упражнениями. Социально-педагогическое значение физического воспитания.	16	2
	<b>Практические занятия:</b> Проведение занятий для детей дошкольного возраста.	20	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	20	
<b>Тема 2.2 Физическая культура воспитания детей школьного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Формы занятий физическими упражнения (урочные, в режиме учебного дня, внеклассные и внешкольные занятия). Особенности развития физических способностей (координационных, скоростно-силовых, выносливости). Система планирования физического воспитания в школе.	18	2
	<b>Практические занятия:</b> Проведение занятий для детей школьного возраста	30	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	20	
<b>Тема 2.3 Физическая культура средних специальных и высших учебных заведений</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Особенности методики занятий физическими упражнениями в учебных заведениях. Специфика деятельности преподавателя физического воспитания. Содержание функции физической культуры студентов в структуре профессионального образования.	20	2
	<b>Практические занятия:</b> Проведение занятий для студентов.	30	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	20	
<b>Тема 2.4 Особенности физической культуры у взрослых</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Основные факторы и условия определяющие физическую культуру взрослых. Физическая рекреация. Спорт. Двигательная реабилитация.	20	2
	<b>Практические занятия:</b> Проведение занятий для взрослых.	30	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	18	
<b>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</b>		<b>22/26/21</b>	
<b>Тема 3.1 Назначение и задачи ППФП</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Назначение ППФП. Задачи ППФП. Средства и методы ППФП.	22	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	10	
<b>Тема 3.2 Построение и основы методики ППФП</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Методики ППФП для различных специальностей		

	<b>Практические занятия:</b> Проведение ППФП для строителей, медицинских работников, банковских работников, учителей и других специальностей.	26	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> Составление опорного конспекта	10	
<b>МДК 02.03 Лечебная физическая культура и массаж</b>		<b><u>44/110/77</u></b>	
<b>Раздел 1. Методика проведения лечебной физической культуры и виды массажа</b>		<b><u>44/110/77</u></b>	
<b>Тема 1.1. Основы лечебной физической культуры и массажа</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Основы лечебной физической культуры. Классификация физических упражнений. Критерии дозировки нагрузки. Виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению, эффективности. Приемы и техника классического, гигиенического, лечебного, реабилитационного массажа. Механизм лечебного действия физическими упражнениями и массажа при заболеваниях суставов.	44	2
	<b>Практические занятия:</b> Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Лечебная физическая культура и массаж в детском возрасте. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния организма детей до 1 года. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях дыхательной системы. Авторские методики дыхательных упражнений. ЛФК и массаж при заболеваниях нервной системы. ЛФК и массаж при нарушениях обмена веществ. Методика ЛФК и массажа при нарушениях опорно-двигательного аппарата и травмах. Спортивный массаж. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения. Врачебнопедагогический контроль за переносимостью физических нагрузок. ЛФК и методы массажа при заболеваниях почек. Способы массажа для профилактики осложнений после острых инфекционных заболеваний. Инструментальный массаж. ЛФК и массаж при беременности. Методика составления комплексов физических упражнений при различных заболеваниях и травмах.	110	
	<b>Самостоятельная работа:</b> составление опорного конспекта	77	
<b>Учебная практика Виды работ:</b> 1. Знакомство с организацией внеурочной работы и занятий. 2. Анализ программ, методических материалов по организации внеурочной работы и занятий. 3. Анализ документации, обеспечивающей организацию физкультурноспортивной деятельности. 4. Анализ плана работы по физкультурно-спортивной деятельности. 5. Анализ конспектов внеурочных занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры		36	3



<p>6. Анализ конспектов учебно-тренировочной работы в спортивных секциях общей физической подготовки по виду спорта или в кружке</p> <p>7. Анализ конспектов внеклассных мероприятий по физической культуре.</p> <p>8. Наблюдение и анализ внеурочных занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры.</p> <p>9. Наблюдение и анализ спортивного часа в группе продленного дня.</p> <p>10. Наблюдение и анализ учебно-тренировочной работы в спортивных секциях общей физической подготовки по виду спорта или в кружке физической культуры.</p> <p>11. Наблюдение и анализ внеклассных мероприятий по физической культуре.</p>		
<p><b>Производственная практика Виды работ:</b></p> <p>1. Разработка документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.</p> <p>2. Планирование утренней гигиенической гимнастики до учебных занятий, физкультминуток, подвижных игр на перемене.</p> <p>3. Проведение гигиенической гимнастики до учебных занятий, физкультминуток, подвижных игр на удлиненной перемене</p> <p>4. Планирование спортивного часа в группе продленного дня, составление конспекта проведения.</p> <p>5. Проведение спортивного часа в группе продленного дня.</p> <p>6. Анализ, самоанализ проведения спортивного часа.</p> <p>7. Определение цели и задач, планирование внеурочных занятий. Написание конспекта проведения внеурочных занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры.</p> <p>8. Проведение внеурочных занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры. Взаимопосещение, анализ проведенных внеурочных занятий.</p> <p>9. Разработка предложений по совершенствованию и коррекции внеурочных занятий.</p> <p>10. Определение цели и задач, планирование учебно -тренировочной работы в спортивных секциях общей физической подготовки по виду спорта или в кружке физической культуры. Написание конспекта проведения учебно -тренировочной работы.</p> <p>11. Проведение учебно -тренировочной работы в спортивных секциях общей физической подготовки по виду спорта или в кружке физической культуры. Анализ, самоанализ проведенной работы.</p> <p>12. Знакомство с проведением работы с родителями (лицами, их заменяющими) по привлечению детей к участию в физкультурно - спортивной деятельности.</p> <p>13. Составление конспекта беседы или консультации для родителей по привлечению детей к участию в физкультурно - оздоровительной и спортивной деятельности, по пропаганде совместных занятий физкультурой и спортом родителей с</p>	216	3

<p>детьми.</p> <p>14. Определение цели и задач, планирование внеклассных мероприятий по физической культуре. Написание конспекта проведения внеклассных мероприятий.</p> <p>15. Проведение внеклассных мероприятий. Взаимопосещение, анализ, самоанализ проведенных мероприятий.</p> <p>16. Оформление методического портфолио.</p> <p>17. Презентация педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений</p> <p>18. Использование приемов страховки и самостраховки на уроках физической культуры по различным разделам школьной программы</p> <p>19. Соблюдение техники безопасности на уроках физической культуры</p> <p>20. Проведение педагогического контроля на внеурочных мероприятиях и занятиях.</p> <p>В летний период: – Планирование и проведение физкультурно-оздоровительной работы по укреплению здоровья детей, мероприятий по приобщению детей и подростков к здоровому образу жизни – Применение приёмов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений – Планирование и проведение досуговых мероприятий, различных видов общественно-полезной деятельности – Проведение учебно-тренировочной работы – Организация общения детей в процессе различных видов деятельности – Решение конфликтных ситуаций в процессе общения детей – Планирование и проведение работы с родителями (лицами, их заменяющими) – Взаимодействие с педагогическим коллективом, администрацией по вопросам воспитания детей – Ведение документации, обеспечивающей организацию физкультурнооздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.</p>		
<p><b>Всего по ПМ и производственной практике</b></p>	<p><b>2226</b></p>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

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

Реализация профессионального модуля предполагает наличие учебного кабинетов: методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности; универсальный спортивный зал; зал ритмики; открытый стадион широкого профиля.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности требуют:

Раздаточные материалы по темам;

Проектор;

Компьютер;

учебники по предмету и отдельным его разделам;

Оборудование учебного кабинета лечебной физической культуры и массажа требует:

Массажные столы;

Массажные валики, подушечки;

Простыни, полотенца, средства для скольжения рук;

Гимнастические палки, гимнастические коврики, медицинболы, кистевой эспандер, эспандер для верхнего плечевого пояса, гантели

0,5-1 кг;

Наглядные пособия «мышечная система человека», «опорнодвигательный аппарат человека»;

Аппарат для измерения артериального давления, секундомер, сантиметровая лента, динамометр кистевой, угломер;

Мультимедиа обеспечение.

Реализация профессионального модуля предполагает обязательную производственную практику, которую рекомендуется проводить рассредоточено.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения Основные источники:**

1. Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник/ Евсеева О.Э., Евсеев С.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 384 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55569.html>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ В.А. Ляпин [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014.— 229 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64948.html>.— ЭБС «IPRbooks».
3. Корягина Ю.В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Корягина Ю.В., Салова Ю.П., Замчий Т.П.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014.— 152 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64976.html>.— ЭБС «IPRbooks»

#### **Дополнительные источники:**

1. Багнетова Е.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие. Направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)/ Багнетова Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2017.— 269 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/87008.html>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Дополнительные источники:
3. Интернет-ресурсы:
  1. <http://www.infosport.ru/press/tpfk>
  2. [http://www.sportmax.ru/trainers\\_kettler.shtml](http://www.sportmax.ru/trainers_kettler.shtml)
  3. <http://sportmanagement.ru>
  4. <http://www.Sport.rbc.ru>
  5. <http://www.goskomsport.ru>
  6. <http://www.infosport.ru>

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

Обязательным условием допуска к производственной практике (по профилю специальности) в рамках профессионального модуля 02 «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных» групп населения является освоение учебной практики для получения первичных профессиональных навыков в рамках профессионального модуля

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ

### ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения (ВПД)

**Контроль и оценка** результатов освоения профессионального модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения текущего опроса, тестирования, а также экспертной оценки выполнения студентами самостоятельной работы в виде подготовки рефератов, презентаций и работы с учебной литературой, а так же выполнения студентами индивидуальных заданий, проектов, исследований.

По итогам освоения профессионального модуля – квалификационный экзамен.

Результаты (освоенные ПК)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурноспортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Умеет определять цели и задачи; Умеет составлять конспекты уроков ФК и спортивных тренировок с различными возрастными группами населения	Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля. Комплексный экзамен по профессиональному модулю. Защита курсового проекта
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурноспортивной деятельности	Знает и имеет представление значимости и ценности физической культуры в жизни человека (в быту, в рекреации); Умеет формулировать стимулы для занятий населения различных возрастных групп	Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ

		<p>по темам МДК.</p> <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p> <p>Комплексный экзамен по профессиональному модулю. Защита курсового проекта.</p>
<p>ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурноспортивные мероприятия и занятия.</p>	<p>Умеет использовать базовые формы организации, регламентировать нагрузку и отдых в заданиях с учетом возрастных особенностей занимающихся</p>	<p>Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий;</p> <p>- контрольных работ по темам МДК.</p> <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p> <p>Комплексный экзамен по профессиональному модулю. Защита курсового проекта.</p>
<p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурноспортивных мероприятий и занятий</p>	<p>Выполняет педагогический контроль в проведении физкультурно-спортивных мероприятиях</p>	<p>Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий;</p> <p>- контрольных работ по темам МДК.</p> <p>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</p> <p>Комплексный экзамен по профессиональному модулю. Защита курсового проекта.</p>

<p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом</p>	<p>Умеет организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом</p>	<p>Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля. Комплексный экзамен по профессиональному модулю. Защита курсового проекта.</p>
<p>ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметнофинансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом</p>	<p>Умеет 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</p>	<p>Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий; - контрольных работ по темам МДК. Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля. Комплексный экзамен по профессиональному модулю. Защита курсового проекта.</p>

<p><b>Результаты (освоенные ОК)</b></p>	<p><b>Основные показатели оценки результата</b></p>	<p><b>Формы и методы контроля и оценки</b></p>
<p>ОК 01. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p>	<p>Демонстрация интереса к будущей профессии</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>

<p>ОК 02. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p>	<p>Выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач в области организации физкультурно-спортивной деятельности Оценка эффективности и качества.</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 03. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p>	<p>Оценивание риска; Принятие решения в нестандартных ситуациях</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 04. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p>	<p>Поиск, анализ и оценка информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 05. Использовать информационнокоммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p>	<p>Разработка планируемой документации; Создание баз данных результатов и их учет.</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 06. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</p>	<p>Взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>



<p>ОК 07. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебнотренировочного процесса и организации физкультурноспортивных мероприятий и занятий.</p>	<p>Самоанализ и коррекция результатов собственной работы</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 08. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p>	<p>Организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 09. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p>	<p>Эффективный поиск необходимой информации; Использование различных источников, включая электронные</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>
<p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>Использование техники безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при организации занятий базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности</p>	<p>Интерпретация результатов наблюдений деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</p>

## 5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Адаптация рабочей программы дисциплины ПМ 01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01. Физическая культура в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

*Оборудование спортивного зала и для обучающихся с различными видами ограничения здоровья*

Оснащение кабинета основ латинского языка с медицинской терминологии должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинеты должны быть оснащены оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеоувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ не визуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижными регулируемые партами с источником питания.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

### *Информационное и методическое обеспечение обучающихся*

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п.3.2 рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (не менее одного вида):

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутистического спектра, нарушение психического развития):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

#### *Формы и методы контроля и оценки результатов обучения*

Указанные в п. 4 программы формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся. Целью текущего контроля является своевременное выявление затруднений и отставания обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.