

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Училище олимпийского резерва №2 (техникум)»

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР

 И.И. Панкова

«31» августа 2023 год

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом от 01.09.2023 № 668/У

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебной дисциплины**

## **ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности**

**для специальности  
49.02.01 Физическая культура**

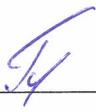
Санкт-Петербург  
2023 г.

Рабочая программа разработана на основе примерной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура

**Организация-разработчик:** СПб ГБПОУ «УОР № 2(техникум)»

**Разработчик:** М.И. Шепелева, преподаватель, к.п.н., доцент  
(ФИО, должность)

Рассмотрено на заседании Цикловой комиссии от 29 августа 2023 г., протокол №1

Председатель ЦК  Ю.П. Гладкова  
(ФИО)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.	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; использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;	технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки; методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>418</b>
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	<b>280</b>
теоретическое обучение	100
практические занятия	280
<i>Самостоятельная работа</i>	20
<b>Промежуточная аттестация:</b> <i>зачёт, экзамен, дифференцированный зачёт, экзамен</i>	18
<b>Из них:</b>	
РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА	153
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 1</b>	
в том числе:	
теоретическое обучение	32
практические занятия	104
<i>Самостоятельная работа</i>	8
РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	143
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 2</b>	
в том числе:	
теоретическое обучение	32
практические занятия	104
<i>Самостоятельная работа</i>	7
РАЗДЕЛ 3. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	122
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 3</b>	
в том числе:	
теоретическое обучение	36
практические занятия	72
<i>Самостоятельная работа</i>	5

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Гимнастика</b>		<b>153/104</b>	
<b>Тема 1.1 Введение в предмет</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Место и роль учебной дисциплины «Гимнастика» в системе профессиональной подготовки учителя физической культуры. История и этапы развития гимнастики. Цели, задачи и структура учебной дисциплины. Связь учебной дисциплины «Гимнастика» с другими дисциплинами предметной подготовки.	2	
<b>Тема 1.2. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Методический разбор причин травматизма в гимнастике. Профилактика травм на занятиях и в различных видах упражнений. Организация врачебного контроля и самоконтроля. Ознакомление с «Инструкцией по мерам безопасности на занятиях гимнастикой».	2	
<b>Тема 1.3 Виды гимнастики и ее методические особенности</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Гимнастика в системе физического воспитания. Задачи и методические особенности гимнастики. Классификация видов гимнастики, новые направления, гимнастическое многоборье. Гимнастика как учебно-научная дисциплина.	2	
<b>Тема 1.4. Гимнастическая терминология</b>	<b>Содержание</b>	<b>8/6</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;
	Характеристика терминологии, определение, требования к терминологии. Правила сокращения и уточнения записи и названия упражнений. Правила записи упражнений. Формы записи упражнений.	2	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>6</b>	

	<b>Практическое занятие 1.</b> Запись комплексов гимнастических упражнений.	6	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 1.5.</b> <b>Урок гимнастики в школе</b>	<b>Содержание</b>	<b>14/12</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Виды уроков. Подготовительная, основная, заключительная части урока. Организация учебного труда занимающихся (фронтальный, групповой, поточный, индивидуальный, круговой способы). Плотность урока (общая и моторная). Подготовка учителя. Подготовка учеников. Подготовка мест занятий, оборудования и инвентаря. Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп. Меры безопасности занятий.	2	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>12</b>	
	<b>Практическое занятие 2.</b> Составление конспекта частей урока гимнастики.	6	
	<b>Практическое занятие 3.</b> Методика проведения частей урока гимнастики по заданиям.	6	
<b>Тема 1.6.</b> <b>Места занятий гимнастикой и их оборудование</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Гимнастические залы. Гимнастические площадки. Правила эксплуатации залов и гимнастического оборудования, устанавливаемого в залах. Рациональное размещение снарядов во время занятий; подготовка и уборка снарядов.	2	
<b>Тема 1.7.</b> <b>Основные средства и методы гимнастики</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Характеристика основных средств и методов гимнастики. Применения их в структуре занятий.	2	
<b>Тема 1.8.</b> <b>Общеразвивающие упражнения</b>	<b>Содержание</b>	<b>20/18</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	Определение и назначение общеразвивающих упражнений (ОРУ). Классификация упражнений. Правила подбора упражнений. Основа комплекса ОРУ. Содержание и дозировка ОРУ. Графическое изображение	2	

	и организационно-методические указания к упражнениям. Правила записи комплекса ОРУ.		ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>18</b>	
	<b>Практическое занятие 4.</b> Общеразвивающие упражнения (ОРУ) без предметов. Методика проведения ОРУ раздельным способом, используя прием показа, рассказа, показа с одновременным рассказом, по разделением; ОРУ в движении проходным, поточным, комплексным способом, в кругу, в парах с сопротивлением, с элементами ритмической гимнастики.	6	
	<b>Практическое занятие 5.</b> Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с инвентарем. Методика проведения ОРУ с гимнастическими палками, мячами, обручами, скакалками.	6	
	<i>Зачёт</i>	2	
	<b>Практическое занятие 6.</b> Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с оборудованием. Методика проведения ОРУ с гимнастической стенкой, с гимнастической скамьей.	4	
<b>Тема 1.9. Строевые упражнения</b>	<b>Содержание</b>	<b>18/16</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	Определение и назначение строевых упражнений (СУ). Виды строевых упражнений.	2	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>16</b>	ПК 2.1;
	<b>Практическое занятие 7.</b> Методика проведения строевых команд в учебной группе. Строевые приёмы и построения. Перестроения, размыкания и смыкания. Передвижения и фигурная маршировка. Совершенствовать профессиональные навыки в проведении строевых упражнений.	6	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>Практическое занятие.</b> Построения: в колонну, шеренгу. Перестроение из одной шеренги, колонны в две, три, четыре различными способами: по расчёту, уступом, поворотом налево (направо) при передвижениях, дроблением и сведением.	6	
	<b>Практическое занятие.</b> Фигурная маршировка: противоход, диагональ, змейка, круг, ЗИГ-ЗАГ, петля, лабиринт. Размыкания: от середины и в одну сторону приставными, скрестными, переменными шагами, прыжками, дугами вперед и назад. Смыкание: к середине и в одну сторону приставными шагами.	4	
<b>Тема 1.10. Прикладные упражнения</b>	<b>Содержание</b>	<b>26/24</b>	ОК 01; ОК 02;
	Определение и назначение прикладных упражнений (ПУ). Виды строевых упражнений. Подбор упражнений и особенности методики проведения	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08;

	<p>занятий в различных видах спорта. Упражнения на внимание. Типы задания, выполняемого в движении, шагом и бегом, с включением элементов строевых упражнений в сочетании с прыжками, поворотами, хлопками и т. д., типа внезапности по звуковому и зрительному сигналам. С включением двух, трех сигналов и т. д.</p>		<p>ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;  <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;  <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;</p>
	<p><b>В том числе практических и лабораторных занятий</b></p>	<p><b>24</b></p>	<p><b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.</p>
	<p><b>Практическое занятие.</b> Ходьба и бег. Ходьба: обычным и строевым шагом, приставными шагами, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, выпадами, в полуприседе, в приседе, с хлопками, с различными положениями прямых и согнутых рук, высоко поднимая бедро согнутой ноги, спиной вперед, наружных и внутренних сводах стопы, скрестными шагами вперед и в сторону, с поворотами, с закрытыми глазами. Бег: обычным, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, с подниманием прямых ног вперед, назад, в сторону, скрестным шагом вперед и в сторону, спиной вперед, с подниманием прямых ног вперед и назад, сгибая ноги назад, широкими прыжками с ноги на ногу. Бег: с ускорением (по сигналу), с поворотами кругом и на 360, в различных направлениях. Бег: с перепрыгиванием через препятствия, сочетание различных способов бега, с наступанием одной ногой на скамейку, по скамейке.</p>	<p>4</p>	
	<p><b>Практическое занятие.</b> Прыжки простые. Оборудование мест и особенности занятий с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. Прыжки в длину: с места и с разбега, толчком одной и обеих ног. Прыжки в глубину: из различных стоек, упоров и смешанных упоров из стойки на двух ногах и махом вперед (одной) и различными положениями рук с поворотами и без них, из виса махом вперед и назад с поворотами и без них. Используя снаряды: гимнастическую скамейку, стенку, бревно, козла, коня и другие приспособления Прыжки с пружинного мостика: с различным положением рук и ног (согнув ноги, согнув ноги назад, ноги врозь, прогибаясь, сгибаясь-разгибаясь и т. д.) с поворотами и простейшими акробатическими упражнениями. Прыжки в высоту: на месте, с разбега, толчком одной и обеими ногами от пола, через веревочку или планку, согнув ноги, согнувшись, способом перешагивания 4 2 18 гимнастический прыжок в «окно». Прыжки через короткую и длинную скакалку: пробегание, вбегание, перепрыгивание, прыжки группой с поочередными и одновременным вбеганием и выбеганием, через две скакалки, вращающие навстречу друг другу.</p>	<p>4</p>	
	<p><b>Практическое занятие.</b> Лазанье. Техника и методика обучения лазанию. Оборудование мест и особенности организации занятий с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. Лазание по</p>	<p>4</p>	

	гимнастической стенке: в простых и смешанных висах и упорах в вертикальном, горизонтальном и косом (наклонном) направлениях. Выполняемые индивидуально и вдвоем. Лазанье по гимнастической скамейке: установленной в горизонтальном и наклонном положении, в простом и смешанном висах. В упоре стоя на коленях, в упоре присев, в упоре лежа на согнутых руках. Лазание по канату: в два приема, в три приема. Лазанье по гимнастической лестнице, перелазание, пролазание.		
	<b>Практическое занятие.</b> Упражнения в метании и ловле. Техника и методика проведения упражнений в учебной группе. Особенности организации занятий с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. Метание малых и больших мячей на заданное расстояние и на дальность. Метание большого мяча обеими руками: снизу, из-за головы, от груди. Метание в цель правой и левой рукой. Метание по движущимся и внезапно появляющимся целям. Метание и ловля малого и большого мяча правой и левой рукой; ловля мяча, брошенного партнёром.	4	
	<b>Практическое занятие.</b> Равновесие. Оборудование мест занятий и особенности организации с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. Упражнения в равновесии на полу и возвышенной опоре, на месте и в движении, ходьба различными способами (вперед, назад, в сторону, с различными движениями руками и туловищем, выпадами и т. д.), опускание в упор присев, на колено.	4	
	<b>Практическое занятие.</b> Переползание. Оборудование мест занятий и особенности организации занятий с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. Переползание на боку, полчетвереньках, по-пластунски, на четвереньках, переползание с партнером и грузом.	4	
<b>Тема 1.11.</b> <b>Акробатические упражнения</b>	<b>Содержание</b>	<b>14/14</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>14</b>	
	<b>Практическое занятие.</b> Группировки: сидя, лежа, в приседе. Перекаты: назад, вперед, в сторону (прогнувшись в группировке) из стойки на одном колене и двух коленях, в сцеплении за руки и за ноги вдвоем. Кувырки: вперед и назад из различных исходных положений в различные конечные положения, в сцеплении под руки в парах и в шеренгах, длинный кувырок, кувырок, назад согнувшись, кувырок вперед на одну, вперед из стойки на руках, вперед с захватом рук за ноги партнера, назад через стойку на руках.	4	
	<b>Практическое занятие.</b> Стойки: на лопатках с различным положением рук, на голове и руках, из различных исходных положений, силой согнувшись на голове и руках, на одной. Мост: из положения, лежа на спине. Шпагаты, складки, уголки.	4	

	Прыжки: «звездочка», прогнувшись, перекидной.		
	<b>Практическое занятие.</b> Составление и выполнение акробатической комбинации.	6	
<b>Тема 1.12.</b> <b>Основы техники упражнений на снарядах</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Техника выполнения. Устройство и установка снаряда. Выполнение упражнений школьной программы. Организация учащихся, приемы страховки и помощи при изучении школьной программы: опорные прыжки, (для мужских и женских групп), брусья, (для мужских и женских групп), перекладина, конь (мужчины), бревно (женщины).	2	
<b>Тема 1.13.</b> <b>Вольные упражнения</b>	<b>Содержание</b>	<b>8/6</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Правила составления индивидуальных и групповых вольных упражнений под музыкальное сопровождение. Характеристика вольных упражнений с учетом их назначения (контрольные, учебные, для соревнований, для выступлений).	2	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>6</b>	
	<b>Практическое занятие.</b> Вольное упражнение – составление и разучивание вольного упражнения на 32 счета.	6	
<b>Тема 1.14.</b> <b>Методика обучения гимнастическим упражнениям</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Основы обучения и тренировки. Изучение техники и методики преподавания гимнастических упражнений. Этапы обучения гимнастическим упражнениям. Принципы дидактики, методы и приемы обучения. Страховка, само страховка, помощь и проводка. Типичные ошибки и методика их исправления. Спортивная тренировка и повышение уровня подготовленности.	2	
<b>Тема 1.15.</b> <b>Методика развития физических качеств посредством гимнастики</b>	<b>Содержание</b>	<b>6/4</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	Методика развития двигательных способностей посредством гимнастики. Особенности физической подготовки средствами гимнастики.	2	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие.</b> Развитие физических качеств средствами гимнастики.	4	
<b>Тема 1.16.</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02;

<b>Система соревнований гимнастики</b>	Виды соревнований. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Распределение гимнастики в программе соревнований по дням. Последовательность их проведения в течение дня. Судейская коллегия. Организация работы и формирование судейских бригад. Документация соревнований.	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 1.17. Методика проведения занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами</b>	<b>Содержание</b>	<b>6/4</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	Особенности методик и организации и проведения занятий гимнастикой в разных учреждениях с разным контингентом занимающихся (дошкольники, студенты, люд и среднего, зрелого и пожилого возраста).	2	ПК 2.1;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	<b>Практическое занятие.</b> Составление и проведение комплексов ОРУ для различного контингента занимающихся.	4	<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Самостоятельная работа:</b>		<b>8</b>	
<b>Тема 1.</b> История развития гимнастики.		1	
<b>Тема 2.</b> Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастик.		1	
<b>Тема 3.</b> Терминология. Различные способы записи упражнений.		1	
<b>Тема 4.</b> Основы техники движения.		1	
<b>Тема 5.</b> ОРУ как средства оздоровления и развития двигательных качеств.		1	
<b>Тема 6.</b> Страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма.		1	
<b>Тема 7.</b> Организация и проведение массовых мероприятий средствами гимнастики.		1	
<b>Тема 8.</b> Снаряды, инвентарь, оборудование, используемые на занятиях по гимнастике.		1	
<b>Промежуточная аттестация: экзамен</b>		<b>9</b>	

<b>Раздел 2. Спортивные игры</b>		<b>143/104</b>	
<b>Тема 1. Возникновение, развитие и современное состояние спортивной игры</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	История, возникновение и развитие спортивной игры. Современные тенденции. Педагогическая, психологическая, физиологическая, биомеханическая характеристика спортивной игры. Роль спортивных игр в. Основы профессионально-личностном развитии	2	
	<b>Содержание</b>	<b>4/-</b>	ОК 01; ОК 02;

<b>Тема 2. Классификация и терминология в спортивных играх</b>	Классификация техники и тактики спортивной игры. Основные понятия в спортивных играх. Отличие подвижных игр от спортивных игр. Правила вида спорта.	4	OK 04; OK 06, OK 08;
<b>Тема 3. Техника спортивной игры и методика обучения</b>	<b>Содержание</b>	4/-	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	<b>Техника игры и методика обучения.</b> Понятие техника игры, технический прием. Фазовая структура технических приемов игры в нападении и защите в спортивной игре. Методика обучения техническим приемам игры. Средства и методы обучения техническим приемам игры. <b>Тактика игры и методика обучения.</b> Понятие тактика игры, тактические действия. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Методика обучения тактическим взаимодействиям.	4	
<b>Тема 4. Организация и проведение спортивных игр в образовательных учреждениях</b>	<b>Содержание</b>	4/-	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	Организация и методика проведения спортивных игр с различными возрастными группами. Особенности использования спортивных игр в учебном и учебно-тренировочном процессе. Организация и проведение спортивных игр на занятиях в образовательных учреждениях различного уровня.	4	
<b>Тема 5. Обеспечение техники безопасности при занятиях спортивными играми</b>	<b>Содержание</b>	2/-	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	Правила техники безопасности при занятиях спортивными играми. Приемы общения с коллективом и индивидуумом в условиях игрового спортивного зала.	2	
<b>Тема 6. История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры</b>	<b>Содержание</b>	2/-	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры. Выступление сборной по баскетболу на Олимпийских играх.	2	
	<b>Содержание</b>	24/24	OK 01; OK 02;

Тема 7. Техника игры и методика обучения в баскетболе	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>24</b>	OK 04; OK 06, OK 08;
	Технические действия игры в нападении в баскетболе: ведение мяча, ловля мяча, передачи мяча, бросок мяча в корзину. Стойки, передвижения, остановки, повороты баскетболиста. Выполнение комбинированного упражнения. Технические приемы игры в защите. Методика обучения.	24	
Тема 8. Тактика игры и методика обучения в баскетболе	<b>Содержание</b>	<b>10/10</b>	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>10</b>	
	Технико-тактические действия игры в нападении: Взаимодействия игроков в нападении Нападение с центровым игроком Групповые тактические действия в нападении: Взаимодействия «тройка». Командные тактические действия в нападении: Быстрый прорыв. Позиционное нападение. Методика обучения.	8	
	<b>1-текущий контроль</b> «Выполнение технических приемов игры баскетбол»	<b>2</b>	
Тема 9. История возникновения и развития волейбола, общая характеристика и правила игры	<b>Содержание</b>	<b>6/-</b>	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	История возникновения и развития волейбола. Общая характеристика игры волейбол. Правила игры волейбол. Выступление сборной по волейболу на Олимпийских играх.	6	
Тема 10. Техника игры и методика обучения в волейболе	<b>Содержание</b>	<b>28/28</b>	OK 01; OK 02; OK 04; OK 06, OK 08;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>28</b>	
	Технические приемы игры в нападении. Передача двумя руками сверху, нижняя прямая подача. Передача двумя руками снизу. Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Выполнение технико-тактических действий в волейболе. Методика обучения.	24	
	<b>2-текущий контроль</b> «Выполнение технических приемов игры волейбол»	4	

Тема 11. История, возникновение и развитие бадминтона. Характеристика вида спорта	Содержание	2/-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	Современные тенденции. Педагогическая, психологическая, физиологическая, биомеханическая характеристика бадминтона. Роль бадминтона в профессионально-личностном развитии.	2	
Тема 12. Классификация техники и тактики бадминтона. Основные понятия в бадминтоне	Содержание	6/-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	Классификация техники и тактики бадминтона. Основные понятия в бадминтоне. Терминология в бадминтоне. Правила вида спорта. Правила техники безопасности при занятиях бадминтоном.	6	
Тема 13. Техника игры и методика обучения	Содержание	24/24	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	В том числе практических и лабораторных занятий	24	
	Техника хвата ракетки. Техника передвижений: стойки (при подаче, при приеме подачи, игровые). Подачи открытой стороной ракетки: короткая и высоко-далекая. Техника передвижений. Подачи закрытой стороной ракетки: короткая, плоская. Высоко-далекие удары: открытой и закрытой стороной ракетки. Атакующие удары: плоский, смещ, «стрелой». Удары при игре у сетки: откидка, подставка. Техника защиты: прием смеша. Учебные игры и практика судейства. Этапы обучения двигательному действию.	24	
Тема 14. Организация и методика проведения бадминтона с различными возрастными группами. Особенности использования бадминтона в учебном и учебно-	Содержание	8/8	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	В том числе практических и лабораторных занятий	8	
	Организация и методика проведения бадминтона с различными возрастными группами. Особенности использования бадминтона в учебном и учебно-	8	

тренировочном процессе. Организация и проведение бадминтона на занятиях в ОУ различного уровня			
Тема 15. Организация и проведение соревнований по бадминтону. Организация соревнований на первенство учебной группы	Содержание	10/10	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	Практические занятия:	10	
	Виды соревнований по бадминтону. Способы розыгрыша соревнований. Организация соревнований по бадминтону среди учебных групп УОРа.	8	
	Контрольная работа <i>Дифференцированный зачёт</i>	2	
<b>Самостоятельная работа при изучении раздела. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы</b>		7	
Проведение части урока физической культуры в роли преподавателя в учебной подгруппе. Проведение урока по баскетболу		1	
Использование спортивных и подвижных игр в рекреационной деятельности.		1	
Обеспечение техники безопасности при занятиях баскетболом, волейболом, бадминтоном.		1	
Организация и проведение соревнований по спортивным играм		1	
Написание конспекта и проведение фрагмента урока по обучению техническому приему спортивной игры (по заданию).		1	
Организация и методика проведения бадминтона с различными возрастными группами.		1	
Правила техники безопасности при занятиях бадминтоном.		1	

<b>Раздел 3 Легкая атлетика</b>		<b>122/72</b>	
<b>Тема 3.1.</b>	<b>Содержание</b>	<b>4/-</b>	ОК 01; ОК 02;

<b>Легкая атлетика как учебная дисциплина и вид спорта</b>	Легкая атлетика как спортивно-педагогическая дисциплина и вид спорта. Историческая справка о возникновении и развитии легкой атлетики. Классификация легкоатлетических упражнений. Изменения правил соревнований, оборудования, инвентаря, снарядов. Основные понятия и терминология.	4	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 3.2. Техника спортивной ходьбы</b>	<b>Содержание</b>	<b>6/4</b>	ОК 01; ОК 02;
	Техника спортивной ходьбы: положение туловища и головы, движения рук, таза, ног, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
<b>Тема 3.3. Методика обучения спортивной ходьбе</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	ПК 2.1;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	<b>Практическое занятие.</b> Основы техники спортивной ходьбы. Фазы спортивной ходьбы. Периоды и фазы движений в цикле. Отталкивание – основная фаза в ходьбе.	4	<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 3.4. Техника бега на короткие дистанции</b>	<b>Содержание</b>	<b>4/2</b>	ОК 01; ОК 02;
	Техника бега на короткие дистанции (100,200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту)	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
<b>Тема 3.5.</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	ПК 2.1;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;

<b>Методика обучения бегу на короткие дистанции</b>	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м). Подбор подготовительных и подводящих упражнений для обучения.	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 3.6. Техника бега на средние и длинные дистанции</b>	<b>Содержание</b>	4/2	ОК 01; ОК 02;
	Анализ техники. Основные фазы в беге на средние и длинные дистанции и: высокий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, бег по повороту, финиширование.	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	2	ПК 2.1;
<b>Тема 3.7. Методика обучения бега на средние и длинные дистанции</b>	<b>Практическое занятие.</b> Освоение техники: последовательность решения задач и основные средства обучения. Дыхание при беге на средние и длинные дистанции. Типичные ошибки, их исправление, правила соревнований. Демонстрация техники на оценку.	2	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	<b>Содержание</b>	2/2	ОК 01; ОК 02;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08;
<b>Тема 3.8. Техника эстафетного бега</b>	Анализ техники. Виды эстафетного бега. Способы передачи эстафетной палочки. Положение бегуна на старте и в зоне разгона. Распределение участников по этапам.	2	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методики обучения бегу на средние и длинные дистанции. Подбор подготовительных и подводящих упражнений для обучения.	2	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	4	<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>Содержание</b>	2/2	ОК 01; ОК 02;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	2	

Тема 3.9. Методика обучения эстафетному бегу	Практическое занятие. Освоение методики обучения эстафетного бега. Подбор подготовительных и подводящих упражнений для обучения. Обучение передачи эстафетной палочки.	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 3.10. Техника и методика обучения барьерному бегу	<b>Содержание</b> Анализ техники. Дистанции барьерного бега. Особенности техники преодоления барьера (атака, переход через барьер, сход с барьера). Ритм бега между барьерами. Особенности техники старта. Методика обучения технике: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки, их исправление, правила соревнований. Демонстрация техники на оценку.	2/-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 3.11. Техника метания	<b>Содержание</b> Основы техники метаний. Метание как способ перемещения снаряда в пространстве. Виды легкоатлетических метаний. Особенности техники метаний (броском, толчком, с поворотом.) Фазы метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда. <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b> <b>Практическое занятие.</b> Метание теннисного мяча (гранаты). Анализ техники. Способы держания снаряда. Характеристика фаз: разбега, обгона снаряда, финального усилия и сохранения равновесия. Методика обучения технике: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки, их исправление, правила соревнований. Демонстрация техники.	4/2  2  2  2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 3.12. Методика обучения метанию	<b>Содержание</b> <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b> <b>Практическое занятие.</b> Освоение методики обучения метанию теннисного мяча (гранаты). Подбор подготовительных и подводящих упражнений для обучения. <b>Практическое занятие.</b> Имитация техники метания копья, молота, толкания ядра.	6/6 6 4 2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 3.13.	<b>Содержание</b>	14/12	ОК 01; ОК 02;

<b>Техника горизонтальных прыжков</b>	Основы техники горизонтальных прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжка. Факторы, влияющие на высоту и дальность полета. Характеристика различных способов прыжков в длину.	2	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>12</b>	ПК 2.1;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение техники прыжка с места: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки. Демонстрация техники.	4	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение техники прыжка в длину с разбега: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки. Демонстрация техники.	4	<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5.;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение технике тройного прыжка в длину с разбега: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки. Демонстрация техники.	4	<b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 3.14. Методика обучения горизонтальным прыжкам</b>	<b>Содержание</b>	<b>4/4</b>	ОК 01; ОК 02;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методик обучения горизонтальных прыжков. Подбор подготовительных и специальных упражнений для обучения. Исправление ошибок.	4	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
<b>Тема 3.15. Техника вертикальных прыжков с разбега</b>	<b>Содержание</b>	<b>8/6</b>	ПК 2.1;
	Основы техники прыжков. Виды легкоатлетических вертикальных прыжков с разбега. Фазы прыжка. Факторы, влияющие на высоту и дальность полета. Характеристика различных способов прыжков в высоту.	2	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>6</b>	<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5.;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки. Демонстрация техники.	4	<b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «Фосбери-флоп»: последовательность решения задач и основные средства обучения. Типичные ошибки. Демонстрация техники.	2	
<b>Тема 3.16. Методика обучения горизонтальным прыжкам с разбега</b>	<b>Содержание</b>	<b>8/8</b>	ОК 01; ОК 02;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>8</b>	ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методик обучения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Подбор подготовительных и специальных упражнений для обучения. Исправление ошибок.	4	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
			ПК 2.1;

	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методик обучения прыжка в высоту с разбега способом «фосбери-флоп». Подбор подготовительных и специальных упражнений для обучения. Исправление ошибок.	4	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 3.17.</b> <b>Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС</b>	<b>Содержание</b>	<b>8/4</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	Двигательные способности, определяющие эффективность выполнения легкоатлетических упражнений.	2	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;
	Методика развития двигательных способностей посредством легкой атлетики.	2	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	<b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методики развития двигательных способностей посредством легкой атлетики.	4	<b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Тема 3.18.</b> <b>Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики</b>	<b>Содержание</b>	<b>16/6</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	1. Методика проведения занятий по лёгкой атлетике с учетом возрастных особенностей занимающихся. Дозирование нагрузки.	4	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;
	2. Методика занятий бегом оздоровительной направленности	2	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	3. Применение средств лёгкой атлетики в занятиях по другим видам спорта	2	<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	4. Техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой	2	<b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>6</b>	
	<b>Практическое занятие.</b> Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике	2	
	<b>Практическое занятие.</b> Написание конспектов частей урока по легкой атлетике. Проведение частей урока по легкой атлетике.	4	
<b>Тема 3.19.</b> <b>Система соревнований и судейства в легкой атлетике</b>	<b>Содержание</b>	<b>8/4</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	Виды соревнований. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Распределение видов легкой атлетики в программе соревнований по дням. Последовательность их проведения в течение дня. Судейская коллегия. Организация работы и формирование судейских бригад по бегу, прыжкам и метаниям. Документация соревнований.	4	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	<b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	<b>Практическое занятие.</b> Применение правил судейства в разных видах легкой атлетики	4	<b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.
<b>Самостоятельная работа при изучении раздела.</b> <b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы.</b>		<b>5</b>	
<b>Тема 1.</b> История развития легкой атлетики.		1	
<b>Тема 2.</b> Амуниция, инвентарь и оборудование, используемые в беговых видах легкой атлетики.		2	
<b>Тема 3.</b> Амуниция, инвентарь и оборудование, используемые в прыжковых видах легкой атлетики.			

<b>Тема 4.</b> Амуниция, инвентарь и оборудование, используемые в метании и толкании снарядов.		
<b>Тема 5.</b> Оздоровительное значение занятий легкой атлетикой.	1	
<b>Тема 6.</b> Изменения в правилах соревнований по спортивной ходьбе, бегу, прыжкам, метаниям.	1	
<b>Промежуточная аттестация:</b> <i>экзамен</i>	<b>9</b>	
<b>Всего</b>	<b>418/280</b>	

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

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

Учебная аудитория, оборудованная для проведения лекционных и семинарских занятий.

Технические средства обучения: компьютеры, оснащенные программными пакетами Microsoft Excel, Microsoft Word, Microsoft PowerPoint, мультимедийный проектор.

Спортивный зал, оборудованные открытые спортивные площадки.

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

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Германов, Г.Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика : учеб. пособие для сред. проф. образования / Г.Н.Германов, В.Г.Никитушкин, Е.Г.Цуканова. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 461 с. – (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06784-3. – Текст : непосредственный.
2. Гимнастика : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.Л.Журавин, О.В.Загрядская, Н.В.Казакевич [и др.]; под ред. М.Л.Журавина, Н.К.Меньшикова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. – 448 с. – ISBN 5-7695-0796-9. – Текст : непосредственный.
3. Жилкин, А.И. Легкая атлетика : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. – 4-е изд., стереотип. – Москва : Издательский центр «Академия», 2007. – 464 с. – ISBN 978-5-7695-4512-2. – Текст : непосредственный.
4. Киселев, П.А. Картоoteca подвижных игр и игровых заданий учителя физической культуры. От игры к спорту / П.А.Киселев, С.Б.Киселева. – Волгоград : Учитель, 2019. – 279 с. – ISBN 978-5-7057-5252-2. – Текст : непосредственный.
5. Подвижные игры. Практический материал : учеб. пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры / Л.В.Былеева, И.М.Коротков, Р.В.Климкова, Е.В.Кузьмичева. – Москва : ТВТ Дивизион, 2014. – 282 с., ил. – ISBN 978-5-98724-010-6. – Текст : непосредственный.
6. Спортивные игры : Техника, тактика, методика обучения: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин, А.В.Лексаков; под ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – 2-е изд., стереотип. – Москва : Изд. центр «Академия», 2004. – 520 с. – ISBN 5-7695-1749-2. – Текст : непосредственный.
7. Спортивные игры : учебное пособие / М.М.Бобров, Н.Г.Лутченко, И.В.Соколова [и др.]: - Санкт-Петербург : СПбГУП, 2011. – 236 с. – (Библиотека гуманитарного университета; Вып. 46). – ISBN 978-5-7621-0602-3. – Текст : непосредственный.
8. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика : учеб. для студ. учреждений высш. образования / Е.С.Крючек, Р.Н.Терехина, И.А.Степанова [и др.]: под ред. Е.С.Крючек, Р.Н.Терехиной. – Москва : Изд. центр «Академия», 2019. – 320 с. – (Бакалавриат). – ISBN 978-5-4468-3886-8. – Текст : непосредственный.
9. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – Москва : Издательский центр «Академия», 2014. – 480 с. – (Бакалавриат). – ISBN 978-5-4468-0491-7. – Текст : непосредственный.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего

- профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15283-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520100> (дата обращения: 13.09.2023).
2. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 176 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16391-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530930> (дата обращения: 13.09.2023).
  3. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516346> (дата обращения: 13.09.2023).
  4. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Сизоненко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 115 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15551-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520229> (дата обращения: 13.09.2023).
  5. Спортивные игры : правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517443> (дата обращения: 13.09.2023).

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

<b>Результаты обучения</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Методы оценки</b>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<p>- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>- использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями;</p> <p>- описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> <p>промежуточной аттестации</p>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<p>выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике;</p> <p>- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p>
<p>использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>тестирование;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p>
<p>применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений</p>	<p>- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом</p>	<p>промежуточной аттестации</p>

<p>использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации</p>	<p>трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам</li> </ul>	
<p>проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия;</li> <li>- применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>	