



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РЕСПУБЛИКИ КОМИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»

«УЧЕБНО-ПРОГРАММНЫЕ ИЗДАНИЯ»

НАИМЕНОВАНИЕ УЧЕБНОГО ЦИКЛА
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЦИКЛ

ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОП.08.8 НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА
С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ**

Для студентов, обучающихся по специальности
49.02.01 Физическая культура
(углубленная подготовка)

Сыктывкар, 2019

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта по
специальности среднего профессионального образования

код

наименование специальности

49.02.01

Физическая культура

(программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)

[наименование специальности, уровень подготовки в соответствии с ФГОС]

Разработчики

| | Фамилия, имя, отчество | Ученая степень (звание) [квалификационная категория] | Должность |
|---|-------------------------------|---|-------------------------------------|
| 1 | Чистякова Мария Егоровна | высшая | преподаватель специальных дисциплин |
| 2 | Орлова Екатерина Алексеевна | без категории | преподаватель специальных дисциплин |

[вставить фамилии и квалификационные категории разработчиков]

[число]

[месяц]

[дата представления на экспертизу]

[год]

Рекомендована

Предметно-цикловой комиссией
преподавателей физической культуры и спортивных дисциплин
Протокол № 7 от «17» мая 2019 г.

Председатель ПЦК

Н.Н. Вахнина

Рекомендована

научно-методическим советом ГПОУ
«Сыктывкарский гуманитарно-педагогический колледж имени И.А. Куратова»
Протокол № 5 от «04» июня 2019 г.

Председатель совета

М.П. Герасимова

Содержание программы учебной дисциплины

| | | |
|-----------|--|-----------|
| 1. | Паспорт рабочей программы учебной дисциплины | 4 |
| 2. | Структура и содержание учебной дисциплины | 7 |
| 3. | Условия реализации учебной дисциплины | 13 |
| 4. | Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | 16 |

1. ПАСПОРТ рабочей программы учебной дисциплины

ОП.08.8 Новые виды спорта с методикой преподавания

[наименование дисциплины в соответствии с ФГОС]

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью ППССЗ в соответствии с ФГОС СПО

по специальности

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

укрупненной группы специальностей

49.00.00

Физическая культура и спорт

[выбрать нужные группы специальностей, остальное убрать]

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована

только в рамках реализации специальности

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

в дополнительном профессиональном образовании при реализации программ повышения квалификации и переподготовки

[указать направленность программ повышения квалификации и переподготовки]

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

в рамках специальности СПО

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

Профессиональный цикл

в вариативную часть циклов ППССЗ

[наименование цикла в соответствии с ФГОС]

Изучение дисциплины предшествует освоению профессиональных модулей

[наименование профессионального модуля в соответствии с ФГОС]

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

1. планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
2. выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
3. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
4. применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
5. обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов спортивной деятельности;

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

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

В результате изучения по общепрофессиональной дисциплине

Новые виды спорта с методикой преподавания

обучающийся должен освоить общие (ОК) и профессиональные (ПК) компетенции.

| Код | Наименование результата обучения |
|--------------------------|---|
| Общие компетенции | |
| ОК 1. | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. |
| ОК 2. | Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. |
| ОК 3. | Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. |
| ОК 4. | Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| ОК 5. | Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. |
| ОК 6. | Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. |
| ОК 7. | Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. |
| ОК 8. | Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. |
| ОК 9. | Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. |
| ОК 10. | Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья |

| | |
|-------------------------------------|--|
| | детей. |
| ОК 11. | Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих. |
| ОК 12. | Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности |
| Профессиональные компетенции | |
| ПК 1.1. | Определять цели и задачи, планировать учебные занятия. |
| ПК 1.2. | Проводить учебные занятия по физической культуре |
| ПК 1.3. | Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения |
| ПК 1.4. | Анализировать учебные занятия |
| ПК 1.5. | Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре |
| ПК 2.1. | Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия |
| ПК 2.2. | Проводить внеурочные мероприятия и занятия. |
| ПК 2.3. | Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности. |
| ПК 2.4. | Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. |
| ПК 2.5. | Анализировать внеурочные мероприятия и занятия. |
| ПК 2.6. | Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности. |
| ПК 3.1. | Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. |
| ПК 3.2. | Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов |
| ПК 3.3. | Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений |
| ПК 3.4. | Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания |

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

всего часов в том числе

максимальной учебной нагрузки обучающегося часов, в том числе

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося часов,

самостоятельной работы обучающегося часов;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| № | Вид учебной работы | Объем часов |
|--------------|---|-------------------|
| 1 | Максимальная учебная нагрузка (всего) | 104 |
| 2 | Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 65 |
| в том числе: | | |
| 2.1 | лекции | 10 |
| 2.2 | семинарские и практические работы | 55 |
| 3 | Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 39 |
| в том числе: | | |
| | | |
| | Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета, 8 семестр | <i>Диф. зачет</i> |
| | Итого | 104 |

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины

Новые виды спорта с методикой преподавания

Наименование дисциплины

| Номер разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрены)</i> | Объем часов | Уровень усвоения | Формируемые компетенции (ОК, ПК) |
|--|--|-------------|------------------|---|
| Раздел 1. | Основы теории и методики преподавания оздоровительной аэробики, шейпинга, стретчинга и калланетики | | | ОП 1-12 ПК 1.1.-1.5, 2.1-2.6, 3.1.-3.4. |
| Тема 1.1 История развития новых видов физкультурно-спортивных занятий | Содержание учебного материала | 1 | | |
| | 1 Возникновение и развитие новых видов физкультурно-спортивных занятий в России и за рубежом. | | 1 | |
| | 2 Специфика занятий новыми видами спорта | | 1 | |
| | 3 Техника безопасности на занятиях | | 1 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | 2 | | |
| | Телосложение человека, конституциональные типы, пропорции. Особенности рельефа тела у женщин и мужчин, возрастные особенности телосложения. | | | |
| Тема 1.2 Содержание и структура занятий | Содержание учебного материала | 1 | | |
| | 1 Базовые элементы аэробики (шаги и их разновидности, бег на месте и с перемещениями, поднимание бедер в разных направлениях, махи ногами, выпады, подскоки, «скип» - скрестные движения); движение в партере (лежа, сидя, в смешанном упоре) | | 1 | |
| | 2 Шейпинг. Параметры шейпинг-модели. Оценка исходных данных (компьютерная диагностика). Питание. Упражнения на различные группы мышц в партере на формирование внешних форм тела человека. Калланетика, стретчинг. Упражнения с акцентом на растягивание мышц. | | 1 | |
| | 3 Структура занятий: подготовительная, основная и заключительная части занятий. Продолжительность частей. | | 1 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | 1 | | |
| | Мышечный аппарат человека. Мышцы: строение и функции. Особенности работы мышц. | | | |
| Тема 1.3 Методика составления комплексов упражнений | Содержание учебного материала | 2 | | |
| | 1 Подбор упражнений для разных частей урока (подготовительной, основной, заключительной) и методика их обучения. | | 1 | |

| | | | | | |
|--|---|---|----------|----------|---|
| | 2 | Подбор упражнений на различные мышечные группы. | | 1 | |
| | 3 | Подбор мелодии, определение ее места в структуре комплекса. | | 1 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| | Основные мышечные группы человека: мышцы плечевого пояса и рук, туловища, тазового пояса, ног. | | | | |
| Раздел 2. | Техника выполнения упражнений и методика их обучения | | | | ОП 1-12 ПК 1.1.-1.5, 2.1-2.6, 3.1.- 3.4. |
| Тема 2.1 Аэробика | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Изучение базовых элементов: Приставные шаги, работа рук, направление, передвижение. | | 2 | |
| | 2 | Темп передвижения. Выполнение упражнений на месте на шагах, на подскоках, в прыжках, в беге. Возможные чередования. | | 2 | |
| | 3 | Подбор и обучение упражнениям для подготовительной части урока, основной части урока и заключительной части урока. Определение воздействия на организм нагрузок различной интенсивности - подсчет пульса (пульсометрия) | | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 3 | | |
| | Составление комплекса упражнений для занятий по аэробике | | | | |
| Тема 2.2 Применение элементов аэробики на уроках физической культуры | Содержание учебного материала | | 6 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Подготовительная часть занятия: 7-8 упражнений общеразвивающего характера по анатомическому признаку | | 3 | |
| | 2 | Основная часть занятия: 2-3 блока упражнений с нарастающей интенсивностью. Комплекс общеразвивающих упражнений с локальным воздействием на основные мышечные группы | | 3 | |
| | 3 | Заключительная часть занятия: упражнения на растяжку и восстановление дыхания | | 3 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| | 1. Составление комплекса упражнений для проведения подготовительной части занятия по шейпингу 2. Подбор музыкально сопровождения | | | | |
| Тема 2.3 Шейпинг | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Техника выполнения и методика обучения упражнениям для подготовительной части урока. Техника выполнения и методика обучения упражнениям для основной части урока | | 2 | |
| | 2 | Техника выполнения и методика | | 2 | |

| | | | | | |
|--|---|--|---|---|--|
| | | обучения упражнениям для заключительной части урока (хорошая растяжка и упражнения на расслабление). | | | |
| | 3 | Составление комплекса упражнений на определенные группы мышц и его проведение | | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| | 1. Составление комплекса упражнений для проведения основной и заключительной частей занятия по шейпингу 2. Подбор музыкально сопровождения | | | | |
| Тема 2.4 Применение элементов шейпинга на уроках физической культуры | Содержание учебного материала | | 6 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Подготовительная часть занятия: 7-8 упражнений общеразвивающего характера по анатомическому признаку | | 3 | |
| | 2 | Основная часть занятия: упражнения для мышц ног, ягодичных мышц, для мышц брюшного пресса, мышц спины, рук и плечевого пояса | | 3 | |
| | 3 | Заключительная часть занятия: упражнения на растяжку и восстановление дыхания | | 3 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| Составление комплекса упражнений для занятий калланетикой | | | | | |
| Тема 2.5 Стретчинг и калланетика | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Ознакомление и обучение технике растягивания. | | 2 | |
| | 2 | Подбор упражнений для занятий калланетикой и стретчингом | | 3 | |
| | 3 | Методика проведения занятий с учетом возраста занимающихся | | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| Подбор упражнений для стретчинга | | | | | |
| Тема 2.6 Применение элементов стретчинга и калланетики на уроках физической культуры | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Структура и содержание занятий | | 2 | |
| | 2 | Техника выполнения упражнений | | 2 | |
| | 3 | Особенности проведения занятий | | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| Составление комплекса упражнений для занятий по системе Пилатеса | | | | | |
| Тема 2.7 Система Пилатеса, фитнес занятия | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Структура и содержание занятий | | 3 | |
| | 2 | Тренажеры для занятий по фитнесу | | 3 | |
| | 3 | Техника выполнения упражнений | | 3 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 1 | | |
| Подбор музыкального сопровождения | | | | | |
| Тема 2.4 Применение элементов системы Пилатеса и фитнес занятий на уроках | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | Практические занятия | | | | |
| | 1 | Способы организации и проведения занятий | | 2 | |
| | 2 | Техника выполнения упражнений | | 2 | |

| | | | | | |
|--|---|--|-----------|----------|---|
| физической культуры | 3 | Методика проведения занятий в тренажерном зале | | 2 | |
| | | Самостоятельная работа обучающихся | 2 | | |
| | | Составление комплекса упражнений для занятий по фитнесу | | | |
| Раздел 3. | Основы теории и методики преподавания единоборств | | | | ОП 1-12 ПК 1.1.-1.5, 2.1-2.6, 3.1.-3.4. |
| Тема 3.1 Основы теоретических знаний | Содержание учебного материала | | 2 | 1 | |
| | 1 | История возникновения и развития дзюдо | | | |
| | 2 | Характеристика дзюдо | | | |
| | 3 | Техника безопасности на занятиях дзюдо | | | |
| Тема 3.2 Организационные формы тренировки | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | 1 | Соревнования и организационные формы тренировки | | 1 | |
| | | Самостоятельная работа обучающихся | 2 | | |
| Тема 3.3 Основные принципы классификаций | Содержание учебного материала | | 2 | | |
| | 1 | Правила соревнований | | 2 | |
| | 2 | Жестикуляция, терминология | | 2 | |
| | 3 | Места проведения соревнований и занятий. | | 2 | |
| | | Самостоятельная работа обучающихся | 6 | | |
| | | Подбор упражнений для подготовительной части занятий | | | |
| Раздел 4. | Техника выполнения упражнений и методика их обучения | | | | ОП 1-12 ПК 1.1.-1.5, 2.1-2.6, 3.1.-3.4. |
| Тема 4.1 Элементы гимнастики и акробатики | Практическое занятие | | 4 | | |
| | 1 | Элементы гимнастики и акробатики | | 2 | |
| | 2 | Элементы самостраховки | | 3 | |
| | | Самостоятельная работа обучающихся | 4 | | |
| | | Самостраховка и страховка при падениях | | | |
| Тема 4.2 Общеразвивающие упражнения и специальная физическая подготовка | Практические занятия | | 16 | | |
| | 1 | Стойки, перемещения, броски | | 2 | |
| | 2 | Захваты, срывы захватов, уходы от захватов | | 2 | |
| | 3 | Элементы борьбы в партере, подсечки, зацепы, подножки | | 2 | |
| | 4 | Элементы техники борьбы лежа, в стойке, комбинационная борьба | | 3 | |
| | 5 | Болевые приемы, удушение, уходы от удушения | | 2 | |
| | | Самостоятельная работа обучающихся | 4 | | |
| | | Виды захватов, срывы захватов. Защитные действия. Бросок через спину в стойке Комбинационная борьба | | | |
| Тема 4.3 Элементы самообороны | Практическое занятие | | 10 | | |
| | 1 | Элементы защиты и самообороны | | 3 | |
| | 2 | Перемещения, стойки, блоки, удары | | 3 | |
| | 3 | Элементы самообороны против атаки холодным оружием | | 2 | |

| | | | | | |
|---|------------------------------------|-----------------------------------|------------|----------|--|
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | |
| | Конвоирование, сопровождение | | | | |
| Тема 4.4 Выявление уровня освоения контрольных нормативов по разделам программы | Практическое занятие | | 1 | | |
| | 1. | Выполнение контрольных нормативов | | 3 | |
| | 2. | Дифференцированный зачет | | 1 | |
| Итого : | | | 104 | | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация профессионального модуля предполагает наличие

| | | |
|-------|-------------------|--|
| 4.1.1 | учебного кабинета | Зал спортивный малый. Зал ритмики и фитнеса |
| 4.1.2 | лаборатории | информатики и информационно-коммуникационных технологий; |
| 4.1.3 | зала | библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет. |

3.2 Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|-----|---|------------|
| 1 | Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) | |
| 1.1 | Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования | Д |
| 1.2 | Учебник по физической культуре | Ф |
| | Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Новые виды спорта с методикой преподавания» | К |
| | Методические издания по физической культуре для учителей | Д |
| 2 | Печатные пособия | |
| 2.1 | Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры спорта и Олимпийского движения | Д |
| 3 | Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде) | |
| 3.1 | Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Новые виды спорта» | К |
| 3.2 | Аудиозаписи | К |
| 4. | Учебно-практическое оборудование | |
| | Стенка гимнастическая | Ф |
| | Скамейка гимнастическая жесткая | П |
| | Коврик гимнастический | Ф |
| | Маты гимнастические | Ф |
| | Скакалка гимнастическая | К |
| | Палка гимнастическая | К |
| | Обруч гимнастический | К |
| | Средства до врачебной помощи | |
| | Аптечка медицинская | К |

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

П – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

Технические средства обучения

[заполняется при наличии в кабинете в соответствии со спецификацией]

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|---|--|------------|
| | Технические средства обучения (средства ИКТ) | |
| | Телевизор с универсальной подставкой | |
| | Видеомагнитофон (видеоплейер) | |
| | Аудио-центр | |

3.3. ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

В целях реализации компетентностного подхода в образовательном процессе используются следующие активные и интерактивные формы проведения занятий: компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, анализ конкретных ситуаций, кейс метод, психологические и иные тренинги, круглый стол (групповые дискуссии и дебаты), проблемное обучение, мозговой штурм или брейнсторминг, интеллект-карты, интернет-экскурсии (интерактивная экскурсия), экскурсионный практикум, мастер-класс, знаково-контекстное обучение, проектное обучение, олимпиада, лабораторные опыты, конференция, дистанционное обучение, работа в малых группах, социальные проекты (внеаудиторные формы - соревнования, фильмы, спектакли, выставки и др.), интерактивные лекции (применением видео- и аудиоматериалов) и др.

3.4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

| № | Выходные данные печатного издания | Год издания | Гриф |
|----|--|-------------|--------|
| 1. | Гринева Т.А. Аэробика. 2015 | 2015 | гриф |
| 2. | Лукияненко, В.П. Физическая культура: основы знаний [Текст]: учеб. пособие/В.П. Лукияненко. -3-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт | 2007 | Допущ. |
| 3. | Зиамбетов В.Ю. Самооборона, её правовые основы и методика её применения. 2015 | 2015 | гриф |
| 4. | Бишаева, А.А.Физическая культура: учебник/А.А. Бишаева. – 4-е изд., стереотип. – М.: Академия | 2012 | Реком. |
| 5. | Аэробика [Текст]: учеб. пособие для студентов вузов/Под ред. Е.Б. Мякинченко, М.П. Шестакова. – М.: Дивизион | 2006 | Реком. |
| 6. | Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для СПО/И.С. Барчуков. – М.: Киорус | 2011 | Реком. |

Дополнительные источники:

| № | Выходные данные печатного издания | Год издания | Гриф |
|----|---|-------------|--------|
| 1. | Калланетика за 10 минут в день [Текст]/Л. Бурбо. – 2-е изд. – Ростов-н/Д.: Феникс | 2006 | Реком. |

| | | | |
|----|---|------|--------|
| 2. | Вейдер, С. Пилатес в 10 простых уроках [Текст]/С. Вайдер. – Ростов-н/Д.: Феникс | 2006 | Реком. |
| 3. | Михайлова Э.И. Аэробика в школе. | 2014 | Реком. |
| 4. | Гарник В.С. Самбо. | 2013 | Реком. |
| 5. | Салугин Ф.В. Подготовка спортсменов высокой квалификации кикбоксинге. | 2016 | Реком. |
| 6. | Еремина Л.В. Пауэрлифтинг. | 2014 | Реком. |
| 7. | Сидоров Д.Г. Стретчинг. | 2015 | Реком. |
| 8. | Крупник Е.А. Игровые комплексы в оптимизации мастерства борцов. | 2014 | Реком. |

Ресурсы Интернет

Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека

<http://window.edu.ru/window/library>

Электронная библиотека учебно-методической литературы для общего и профессионального образования.

<http://spo.1september.ru/>

Газета "Спорт в школе"

http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib/

Сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

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

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Банк средств для оценки результатов обучения

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

Оценочные средства составляются преподавателем самостоятельно при ежегодном обновлении банка средств. Количество вариантов зависит от числа обучающихся.

| Код компетенции | Наименование результата обучения | Основные показатели оценки результата | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|-----------------|---|---|---|
| | Освоенные умения | | |
| | планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; | уметь планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; | оценка выполнения практического задания |
| | выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; | уметь выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; | оценка на практическом занятии |
| | использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | уметь использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | оценка выполнения практического задания |
| | применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; | уметь применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; | контрольные нормативы |
| | обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов спортивной деятельности; | уметь обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов спортивной деятельности; | оценка на практическом занятии |
| | подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования | уметь подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; | оценка выполнения практического задания |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | и инвентаря; | | |
| | использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; | уметь использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; | оценка на практическом занятии |
| | Усвоенные знания | | |
| | историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | знать историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | контрольная работа, устный опрос |
| | терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | знать терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | устный опрос |
| | технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | Знать технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | тест |
| | содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе; | знать содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе; | контрольная работа, практические занятия |
| | методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | знать методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | контрольная работа, практические занятия |
| | особенности и методику развития физических качеств в | знать особенности развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно- | устный опрос, практические занятия |

| | | | |
|--|---|---|----------------------|
| | базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности; | спортивной деятельности; | |
| | основы судейства по изученным базовым видам спорта; | знать основы судейства по изученным базовым видам спорта; | устный опрос |
| | разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; | знать разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; | устный опрос |
| | технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю | знать технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю | практические занятия |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | Общие компетенции | | |
| | ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. | - демонстрация интереса к будущей профессии, участие в профессиональных конкурсах, наличие дипломов, грамот, сертификатов и т.д. - наличие положительных отзывов по итогам производственной практики | Интерпретация результатов наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы. |
| | ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. | - обоснование выбора и применение методов и способов решения профессиональных задач; - эффективное и качественное выполнение профессиональных задач. | Выполнение текстовых заданий второго уровня, выполнение творческих работ. |
| | ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. | - решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области преподавания; - выявление проблемы, определение возможных причин, проблем. | Выполнение текстовых заданий второго уровня, выполнение творческих работ. |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - эффективный поиск необходимой информации; - использование различных источников, включая электронные; - оценивание необходимости той или иной информации для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. | <p>Собеседование.</p> |
| | <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - проектирование уроков физической культуры с применением современных технических средств обучения в процессе преподавания. | <p>Устный счет. Собеседование.</p> |
| | <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - применение разнообразных методов, форм и приемов взаимодействия с членами педагогического коллектива, представителями администрации; - владение профессиональной лексикой; - соблюдение субординационных отношений; - продуктивное взаимодействие с членами группы, решающей общую задачу; - построение продуктивного процесса общения, толерантное восприятие позиции субъекта взаимодействия; - использование делового стиля общения; - соотносит свои устремления с интересами других людей и социальных групп; - привлекает других субъектов образовательного процесса к решению поставленных задач. | <p>Экспертная оценка при защите творческих проектов.</p> |
| | <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их</p> | <ul style="list-style-type: none"> - организация деятельности учащихся с учетом их интересов и возможностей. | <p>Экспертная оценка совместных проектов.</p> |

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|---|
| | работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. | | |
| | ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. | - рациональность организации самостоятельной работы в соответствии с задачами профессионального и личностного развития; - своевременность сдачи заданий, отчетов | Собеседование. |
| | ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. | - проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности; - демонстрация умения проектирования целей в соответствии нормативных документов и программы развития образовательного учреждения; - поиск и реализация в образовательном процессе новых форм и способов организации учебной деятельности учащихся. | Тестирование. |
| | ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. | - демонстрация соблюдения техники безопасности. | Собеседование. Защита плана работы учителя. |
| | ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих. | - демонстрация знаний о педагогической профессии; - планирование деятельности в соответствии с нормативными документами. | Защита портфолио. |
| | ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. | - проявление интереса и мотивации к изучению базовых и новых видов спортивной деятельности; - демонстрация знаний в области базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - демонстрация практического владения базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. | Теоретические и практические зачеты. Участие в спортивной деятельности соревнований. |
| Профессиональные компетенции | | | |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия. | <ul style="list-style-type: none"> - точность и обоснованность в определении целей и задач уроков различных типов и видов; - оптимальность планирования уроков с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей школьников. | <p>Текущий контроль</p> <p>Разработка конспектов уроков.</p> |
| | ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре | <ul style="list-style-type: none"> - качество проведения урока; - методическая грамотность; - рациональность использования времени; - аргументированность выбора форм, методов и средств обучения на уроке; - демонстрация приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; - соответствие требованиям техники безопасности на занятиях; - качество работы с одаренными детьми в соответствии с их индивидуальными особенностями; - демонстрация проведения коррекционно-развивающей работы с обучающимися, имеющими трудности в обучении; - соблюдение педагогически целесообразных отношений с обучающимися. | <p>Дневники по учебной и производственной практике.</p> <p>Наблюдение и экспертная оценка проведенного урока с точки зрения полученных результатов.</p> |
| | ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения | <ul style="list-style-type: none"> - аргументированность выбора методов диагностики и оценки учебных достижений школьников с учетом особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся, выставления отметки; - создание педагогической характеристики обучающегося. | <p>Экспертная оценка проведенного урока с точки зрения целесообразности применения разных форм, видов и методов контроля; отобранных контрольно-измерительных материалов.</p> |
| | ПК 1.4. Анализировать учебные занятия | <ul style="list-style-type: none"> - полнота анализа уроков; - грамотность самоанализа уроков; - определение направления коррекции и формулирование предложений по | <p>Анализ и оценка качества проведения пробных уроков и занятий.</p> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | совершенствованию процесса обучения. | |
| | ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре | - соответствие оформления учебной документации требованиям. | Проведение практического занятия по оформлению учебной документации. |
| | ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия | Соответствие цели, задач и плана типу внеурочного мероприятия и занятия | -экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; - устный экзамен |
| | ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия. | Проведение внеклассного мероприятия и занятия в соответствии с требованиями к структуре занятия | --экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; - устный экзамен; - экспертное наблюдение в ходе учебной практики |
| | ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности. | Обоснованность и рациональность выбора способов и приемов мотивации в соответствии с возрастом и особенностями обучающихся, родителей и видом физкультурно-спортивной деятельности | - дифференцированный зачет; -экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; |
| | ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. | Дидактическая целесообразность методов и приемов педагогического контроля | - экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики |
| | ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия. | Соблюдение требований к проведению анализа (самоанализа) внеклассного занятия Совпадение результатов самоанализа и экспертного анализа внеклассного занятия | - экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики; -экспертная оценка защиты лабораторной работы |
| | ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной | Соответствие оформления документации установленным требованиям | - тестирование; - экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | деятельности. | | - экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики; |
| | ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. | - соответствие содержания учебно-методических материалов возрасту, индивидуально-психологическим особенностям учащихся, условиям обучения - аргументированность выбора учебно-методического комплекта; - разработка методического обеспечения для осуществления профессиональной деятельности; - соответствие разработанных учебно-методических материалов ФГОС. | Текущий контроль Защита выбранной методики диагностирования с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса и отдельных обучающихся Оценка презентаций созданных рабочих программ, учебно-тематических планов по предметам начальной школы с учетом выбранного УМК Экспертная оценка выбранного УМК Рубежный контроль Экспертная оценка разработанных учебно-методических материалов |
| | ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов | - планирование обобщения педагогического опыта в соответствии с алгоритмом. - качество оценки готовности педагога к инновационной деятельности - полнота анализа портфолио педагогической деятельности в соответствии с требованиями и критериями оценки - обоснованность выбора педагогической и методической литературы; - обоснованность выбора способа решения педагогических проблем методического характера; - сравнение эффективности применяемых методов обучения, с целью выбора наиболее эффективных образовательных технологий с учетом вида образовательного учреждения и особенностей возраста обучающихся; - качество использования инструментов самоанализа и | Текущий контроль Оценка аннотации студента к созданной им базе данных Оценка проведенного по алгоритму анализа педагогической деятельности Экспертная оценка представленного самоанализа педагогической деятельности (после проведения внеурочного занятия, пробного урока и т.д.) |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>анализа педагогической деятельности, оценивания образовательных технологий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - логичность составленной программы профессионального совершенствования. | |
| | <p>ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений</p> | <ul style="list-style-type: none"> - соответствие содержания выступления (доклада) структуре и требованиям, предъявляемым к ее компонентам. - логичность выступлений с аргументированностью выбора формы; - демонстрация правильности оформления педагогических разработок; - соответствие педагогических разработок методическим требованиям; - качество презентации результатов педагогической деятельности; - полнота оформления портфолио педагогических достижений. | <p>Текущий контроль Проверка отчетов, рефератов, выступлений на соответствие требованиями СИБИБД (Системы стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу)</p> <p>Оценка презентаций педагогических разработок</p> |
| | <p>ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания</p> | <ul style="list-style-type: none"> - планирование исследовательской деятельности в соответствие с этапами научного исследования; - разработка тематики исследовательской и проектной деятельности с учетом основных тенденций развития начального общего образования, интересов, возрастных и индивидуально-психологических особенностей учителя и учащихся; - демонстрация владения технологией разработки и методикой проведения уроков-проектов; - качество оформления результатов педагогического исследования; <p>1 результативность участия в исследовательской и проектной деятельности.</p> | <p>Текущий контроль Консультационная проверка промежуточных результатов исследования</p> <p>Рубежный контроль Экспертная оценка Портфолио студента (раздел «Сертификаты и свидетельства»)</p> |