Министерство спорта РФ
Екатеринбургский филиал ФГБОУ ВПО
«Уральский государственный университет физической культуры»
«Колледж физической культуры»

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ. 01 Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья
МДК 01.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья

для специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Очная форма обучения
Курс –2-4
Семестр – 3-8
Объем в часах всего – 2128
в т.ч.: лекции – 322
практические занятия –1098
лабораторные занятия –
самостоятельная работа – 708
Экзамен – 8 семестр
Зачет – 4, 5 семестр
Диф.зачет – 3,4, 6, 8 семестр
Курсовая работа – __ семестр

2018г.

Программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.02 «Адаптивная физическая культура».

Разработчики:

Кафедра ТиМ ФК преподаватели О.В. Молокова, И.В. Тарасевич

Рабочая учебная программа рассмотрена на заседании кафедры Теории и методики физической культуры Екатеринбургского филиала УралГУФК

(протокол заседания кафедры от 12.03.2018_ № _7_)

Зав. кафедрой ТиМФК _____ /И.Ю. Сазонов/

наименование кафедры подпись ФИО

Рабочая учебная программа утверждена на заседании Методического совета Екатеринбургского филиала УралГУФК

(протокол от 22.03.2018_ № _7_)

Председатель Методического совета _____/М.И. Салимов/

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	8
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	10
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	69
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)	88

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Организация физкультурно - спортивной деятельности различных возрастных групп населения

1.1. Область применения программы

Программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **49.02.02 Адаптивная физическая культура** в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): «Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья» и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

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 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

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

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

иметь практический опыт:

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

уметь:

- использовать различные методы и формы организации физкультурно - спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо - функциональных и индивидуально - психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- комплектовать состав групп, секций, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно - спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно - спортивной деятельности (не менее 12 видов);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно - спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа.

знать:

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

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно - спортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно - спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов физкультурно - спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно - спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно - спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно - спортивной деятельности;
- виды физкультурно - спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно - спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно - спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно - спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению; - значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно - сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно - двигательного аппарата,
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа.

иметь опыт: целями, задачами в планировании физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

навыками применения и использования средств и методов физической культуры для профессионального роста; - средствами и приемами формирования осознанного отношения к будущей профессиональной деятельности.

Комплексными методиками, включающими массаж, физиотерапевтические, процедуры и механические аппараты.

Методами, средствами обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 2. Навыками рационального использования учебно-лабораторного оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря.

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы профессионального модуля:

всего – 1178 часов, в том числе:
максимальной учебной нагрузки обучающегося –1178 часов, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося –786 часа;

самостоятельной работы обучающегося – 392 часов;

учебной и производственной практики – 108 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья», в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
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 7	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 1.1	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 1.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 1.6	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культуры и спортом.

3.2. Содержание обучения по профессиональному модулю (ПМ)

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
ПМ. 01 Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья				
МДК 01.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.			1178 Теория 98 Практика 688 Самостоятельная 392	
Подвижные игры			**5 сем:** **Теор 12** **Практ 52** **Сам 24**	
Тема 1. Введение. Основы теории игры.	**Содержание**		4	
	1.	Основные понятия о подвижных играх.		
	2.	Социальная сущность игры. Возникновение игры.		
	3.	Игра как средство физического воспитания. Развитие подвижных игр в России.		
	4.	Педагогическое значение подвижных игр: гигиеническое и оздоровительное, образовательное и воспитательное.		
	5.	Классификация подвижных игр.		
	6.	Оборудование мест занятий подвижными играми. Особенности проведения занятий в различных условиях (в помещении, на открытых площадках, в разное время года с учетом погодных условий).		
	7.	Инвентарь для проведения подвижных игр.		
	8.	Причины возникновения травм при занятиях подвижными играми.		

		Профилактика травматизма.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		22	
	1.	Проведение студентами инструктажа по технике безопасности на занятиях подвижными играми.		
	2.	Выбор и подготовка мест для проведения подвижных игр.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 2. Педагогическая характеристика подвижных игр и требования к их организации и проведению.	**Содержание**		4	
	1.	Характеристика игровой деятельности. Характеристика подвижных игр для детей младшего школьного возраста. Характеристика подвижных игр для подростков. Характеристика подвижных игр для юношей и девушек.		
	2.	Методика применения подвижных игр. Основные задачи руководителя игры. Подготовка к проведению игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Подведение итогов игры.		
	3.	Требования к рассказу и порядок объяснения игры.		
	4.	Педагогический контроль за деятельностью и состоянием занимающихся в процессе подвижной игры.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		10	
	1.	Выбор игр в соответствии с задачами урока. Подготовка играющего коллектива. Способы разделения игроков на команды. Способы выбора водящего.		
	2.	Оформление карточек-схем подвижных игр.		
	3.	Анализ подвижной игры на основе классификации.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 3. Методика проведения подвижных игр с занимающимися различных возрастных групп.	**Содержание**		4	
	1.	Методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры.		
	2.	Методика проведения подвижных игр во внеурочное время. Особенности проведения игр на переменах, в группах продленного дня, на физкультурно-спортивном празднике.		
	3.	Подвижные игры во внешкольной работе с детьми. Особенности проведения игр в оздоровительном лагере. Игры на площадке. Игры на местности.		

	4.	Соревнования по подвижным играм.		
	5.	Подвижные игры в занятиях спортом. Развитие физических качеств посредством подвижных игр.		
	6.	Использование подвижных игр для развития психических процессов, активизации внимания и регулирования эмоционального состояния.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		20	
	1.	Разбор примерных планов-конспектов уроков физической культуры для разных классов с использованием подвижных игр.		
	2.	Педагогическое наблюдение за игрой, группой, отдельными участниками. Ознакомление со схемой (протоколом) педагогического наблюдения.		
	3.	Разбор примерного положения о соревнованиях по подвижным играм («Веселые старты»).		
	4.	Заполнение протокола проведения соревнований по подвижной игре, итоговой таблицы соревнований «Веселые старты».		
	5.	Подготовка и проведение подвижной игры (по заданию), обсуждение проведения игры в диалоге с сокурсниками и преподавателем.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа 1. Написание реферата по теме: • «Отечественные ученые и педагоги об игре». • **«**Русские народные игры в физическом воспитании школьников**»**. 2. Творческая работа. Нестандартный инвентарь и оборудование для проведения подвижных игр (изготовление макетов). 3. Особенности содержания подвижных игр на перемене. 4. Составить программу подвижных перемен на неделю. 5. Разработка и оформление карточек (картотеки) подвижных игр.				
Туризм			**5 сем:** **Теор 18** **Практ 54** **Сам 18**	
Тема 1 Введение.	**Содержание**		1	
	1.1	История развития туризма. Место туризма в системе физического воспитания. Виды туризма.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия не предусмотрены			
	Контрольные работы не предусмотрены			

Тема 2 Топографическая подготовка.	**Содержание**		6	
	1.	Рельеф и способы его изображения. Условные топографические знаки (УТЗ). Топографическая карта.		
	2.	Компас и работа с ним.		
	3.	Измерение расстояния по карте и на местности.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		6	
	1.	Топографическая карта. Условные топографические знаки (УТЗ).		
	2.	Работа с компасом.		
	3.	Измерение расстояния на местности.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 3 Спортивное ориентирование как вид физкультурно-спортивной деятельности.	**Содержание**		6	
	1.	История возникновения и развития спортивного ориентирования. Виды ориентирования. Классификация.		
	2.	Стороны подготовки спортсмена - ориентировщика: физическая, техническая, тактическая, топографическая, психологическая.		
	3.	Организация и проведение соревнований по ориентированию.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Основы спортивного ориентирования.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 4 Планирование и организация туристского похода.	**Содержание**		6	
	1.	Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода.		
	2.	Определение района похода. Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута. Составление календарного плана похода. Составление сметы похода.		
	3.	Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение. Организация питания.		
	4.	Организация бивачных работ.		
	5.	Туристские узлы. Виды узлов. Классификация узлов. Способы завязывания.		
	6.	Обеспечение безопасности. Факторы риска. Инструкция ПТБ.		
	7.	Правила оказания первой медицинской помощи. Психологическая помощь.		
	8.	Медицинское обеспечение в туристском походе. Составление групповой и медицинской аптечки.		

	9.	Проведение похода выходного дня.		
	10.	Документация похода. Подведение итогов похода.		
	11.	Нормативно-правовое обеспечение туристской деятельности.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		26	
	1.	Составление сметы похода.		
	2.	Туристские узлы.		
	3.	Правила оказания первой медицинской помощи.		
	4.	Организация питания.		
	5.	Проведения похода выходного дня.		
	6.	Организация подъемов и спусков.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 5 Планирование, содержание, организация и проведение массовых туристских мероприятий.	**Содержание**		4	
	1.	Характеристика массовых туристских мероприятий.		
	2.	Методика организации и проведения массовых туристских мероприятий.		
	3.	Массовые туристские соревнования школьников. Организация и проведение.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		10	
	1.	Составление положения соревнований.		
	2.	Организация переправ и способы их преодоления.		
	3.	Организация и проведение соревнований.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 6 Особенности подготовки и оздоровительная тренировка различных возрастных групп занимающихся туризмом.	**Содержание**		3	
	1.	Цели и задачи оздоровительной тренировки в туризме.		
	2.	Методика отбора для занятий туризмом.		
	3.	Основы обучения туризму.		
	4.	Организация и проведение туристских прогулок, слетов		
	5.	Особенности методики подготовки туристов-школьников.		
	6.	Особенности подготовки взрослых туристов.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия.		24	
	1.	Комплектование состава группы для участия в походе.		
	2.	Разбор авторских программ занятий туризмом в турклубах и секциях.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа **1**.Возникновение и развитие туризма в России.			18	

2. Условные топографические знаки, обозначающие рельеф, растительность, искусственные сооружения, гидрографию. 3. Составление плана подготовки туристского похода. 4. Распределение обязанностей среди участников похода. 5. Составление сметы похода. 6. Составление перечня индивидуального и группового снаряжения. 7. Расчет питания на туристский поход. 8. Составление отчета о походе. 9. Туристские узлы. 10. Составить план подготовки соревнований по туризму. 11. Составить положение о соревновании по туризму. 12. Составить перечень этапов, которые можно включить в соревнования по туризму в школе, колледже.				
Легкая атлетика			**Сем 4** **Теор 10** **Практ 54** **Сам 24**	
Тема 1. Введение. История развития легкой атлетики.	**Содержание**		0,5	
	1.	Легкая атлетика как вид спорта. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.		
	2.	Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания России. Легкая атлетика в Единой спортивной классификации.		
	3.	Становление легкой атлетики как вида спорта. Легкая атлетика в России. Современное состояние легкой атлетики. Развитие легкой атлетики на Среднем Урале.		
	4.	Эволюция легкоатлетического инвентаря и оборудования.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия не предусмотрены			
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 2. Инвентарь и оборудование мест для занятий легкой атлетикой Профилактика травматизма	**Содержание**		3	
	1.	Оборудование мест для учебных и тренировочных занятий по бегу, прыжкам и метаниям. Стадион, легкоатлетический манеж, простейшие спортсооружения для занятий легкоатлетическими видами.		
	2.	Инвентарь, его подготовка, хранение и переноска. Нестандартный инвентарь и оборудование для массового обучения, тренировок и проведения соревнований.		
	5.	Причины возникновения травм при занятиях легкой атлетикой.		

		Профилактика травматизма		
	6.	Требования к местам занятий, к организации и проведению занятий.		
	7.	Специфические правила проведения занятий отдельным видам легкой атлетики.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Проведение студентами инструктажа по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой.		
	2.	Выбор и подготовка мест для выполнения легкоатлетических упражнений.		
	3.	Организация деятельности занимающихся на уроке легкой атлетики.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 3. Общеразвивающие и специальные упражнения.	**Содержание**		0,5	
	1.	Значение общеразвивающих и специальных упражнений при занятиях легкой атлетикой.		
	2.	Место общеразвивающих и специальных упражнений в уроке легкой атлетики.		
	3.	Развивающие и подводящие упражнения.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		6 из них 4 часа проводится в форме физической подготовки	
	1.	Изучение и совершенствование общеразвивающих и специальных упражнений.		
	2.	Подбор упражнений и составление комплекса общеразвивающих и специальных упражнений в зависимости от задач занятия для различных видов легкой атлетики.		
	3.	Подбор и использование студентом специальных упражнений при реализации конкретной задачи урока или занятия легкой атлетикой.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 4. Техника спортивной ходьбы. Методика обучения технике спортивной ходьбы. .	**Содержание**		0,5	
	1.	Отличие спортивной ходьбы от обычной ходьбы. Особенности техники.		
	2.	Ходьба по равнинной и пересеченной местности.		
	3.	Методика обучения основам техники спортивной ходьбы. Последовательность решения задач, основные средства и методы обучения.		
	4.	Типичные ошибки занимающихся при изучении техники спортивной ходьбы и рекомендации по их исправлению.		

	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Изучение и совершенствование техники спортивной ходьбы.		
	2.	Анализ техники спортивной ходьбы на основе кинограмм, видеозаписи.		
	3.	Определение ошибок при выполнении спортивной ходьбы студентами в парах и малых группах, выбор средств и методов для их предупреждения и устранения.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 5. Техника бега на средние дистанции. Техника кроссового бега. Методика обучения технике.	**Содержание**		0,5	
	1.	Виды бега на средние дистанции. Особенности техники бега на средние дистанции.		
	2.	Особенности техники бега по пересеченной местности.		
	3.	Методика обучения технике бега на средние дистанции и кроссового бега. Последовательность решения задач, основные средства и методы обучения. Дыхание при беге на средние дистанции и по пересеченной местности.		
	4.	Типичные ошибки, их исправление		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		3 из них 2 часа проводится в форме физической подготовки	
	1.	Изучение и совершенствование техники бега на средние дистанции и кроссового бега.		
	2.	Анализ техники бега на средние дистанции и кроссового бега.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 6. Техника бега на короткие дистанции. Методика обучения технике.	**Содержание**		1	
	1.	Виды бега на короткие дистанции. Особенности техники бега на короткие дистанции.		
	2.	Методика обучения технике бега на короткие дистанции. Последовательность решения задач при обучении , основные средства и методы обучения.		
	3.	Типичные ошибки, и их исправление.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		5	
	1.	Изучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции.		
	2.	Анализ техники бега на короткие дистанции на основе кинограмм, видеозаписи.		
	3.	Определение ошибок при выполнении бега на короткие дистанции		

		студентами в парах и малых группах, выбор средств и методов для их предупреждения и устранения.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 7. Техника эстафетного бега. Методика обучения технике эстафетного бега.	**Содержание**		1	
	1.	Виды эстафетного бега.		
	2.	Способы передачи эстафетной палочки. Положение бегуна на старте и в зоне разгона.		
	3.	Определение контрольной отметки в зависимости от скорости бегуна.		
	4.	Методика обучения технике эстафетного бега . Последовательность решения задач при обучении, основные средства и методы обучения.		
	5.	Типичные ошибки, и их исправление.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Изучение и совершенствование техники эстафетного бега.		
	2.	Определение ошибок при выполнении эстафетного бега студентами в парах и малых группах, выбор средств и методов для их предупреждения и устранения.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 8. Техника барьерного бега. Методика обучения технике	**Содержание**		1	
	1.	Дистанции барьерного бега.		
	2.	Особенности преодоления барьера (атака, переход через барьер, сход с барьера). Ритм бега между барьерами. Особенности техники старта.		
	3.	Методика обучения технике барьерного бега. Последовательность решения задач при обучении и основные средства обучения. Основные средства и методы обучения.		
	4.	Типичные ошибки, и их исправление.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		5	
	1.	Изучение и совершенствование техники барьерного бега.		
	2.	Анализ техники барьерного бега на основе кинограмм, видеозаписи.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 9.	**Содержание**		1	

Техника прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери - флоп». Методика обучения технике.	1.	Методика обучения техника прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери - флоп». Последовательность решения задач при обучении, основные средства и методы обучения.		
	2.	Типичные ошибки, и их исправление.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		6	
	1.	Изучение и совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери - флоп».		
	2.	Анализ техники спортивной ходьбы, бега, прыжков, метаний на основе кинограмм, видеозаписи.		
	3.	Определение ошибок при выполнении прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери - флоп» студентами в парах и малых группах, выбор средств и методов для их предупреждения и устранения.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 10. Прыжки в длину способом «согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы».	**Содержание**		1	
	1.	Фазы прыжка в длину. Длина разбега, ритм последних шагов. Отталкивание. Техника движения в полете. Приземление.		
	2.	Методика обучения технике. Последовательность решения задач при обучении и основные средства обучения.		
	3.	Типичные ошибки, и их исправление.		
	4.	Особенности техники тройного прыжка.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		5	
	1.	Изучение и совершенствование техники прыжка в длину способом «согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы».		
	2.	Анализ техники прыжков на основе кинограмм, видеозаписи.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 11. Техника метания малого мяча, гранаты и толкания ядра. Методика обучения технике.	**Содержание**		1	
	1.	Способы держания снаряда. Характеристика фаз: разбег, обгона снаряда, финального усилия и сохранения равновесия.		

	3.	Методика обучения технике метания малого мяча, гранаты и толкания ядра. Последовательность решения задач при обучении и основные средства и методы обучения.		
	5.	Типичные ошибки, и их исправление.		
	6.	Профилактика травматизма.		
	7.	Особенности правил соревнований.		
	8.	Особенности техники метания копья, диска.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		8	
	1.	Изучение и совершенствование техники метания малого мяча, гранаты и толкания ядра.		
	2.	Анализ техники спортивной ходьбы, бега, прыжков, метаний на основе киноrамм, видеозаписи.		
	3.	Определение ошибок при выполнении метания малого мяча, гранаты и толкания ядра студентами в парах и малых группах, выбор средств и методов для их предупреждения и устранения.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема12. Основы оздоровительной тренировки с помощью средств легкой атлетикой.	**Содержание**		1	
	1.	Цель и задачи оздоровительной тренировки. Принципы оздоровительной тренировки.		
	3.	Оздоровительная ходьба, оздоровительный бег как средства укрепления здоровья и повышения функциональных возможностей.		
	4.	Методика занятий оздоровительным бегом и ходьбой. Содержание занятий на подготовительном этапе. Содержание занятий на этапе повышения уровня функциональной и физической подготовленности.		
	5.	Методы самоконтроля за степенью нагрузки.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Разработка плана занятий оздоровительным бегом на неделю, месяц для различных возрастных групп.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 13. Организация и проведение соревнований.	**Содержание**		0,5	
	1.	Виды соревнований. Документация по организации и проведению соревнований (календарь соревнований, положение о соревнованиях и др.)		

	2.	Система оценки результатов и зачета в легкой атлетике.		
	6.	Судейская коллегия, её обязанности.		
	7.	Особенности правил соревнований по спортивной ходьбе, бегу, прыжкам, метаниям.		
	8.	Организация информации.		
	9.	Особенности организации массовых соревнований вне стадиона.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Семинар по подготовке судей по легкой атлетике.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 14. Организация и методика проведения занятий легкой атлетикой в образовательных учреждениях и КФК.	**Содержание**		0,5	
	1.	Роль легкой атлетики в физическом воспитании детей, подростков. Виды легкой атлетики в программах общеобразовательных школ, ССУЗ, ВУЗ и КФК, формы организации занятий.		
	2.	Особенности методики проведения занятий (урока) легкой атлетикой.		
	3.	Внеклассная и внешкольная работа.		
	4.	Значение и виды планирования. Основные документы планирования Планирование физкультурно - оздоровительных мероприятий и занятий по легкой атлетике в общеобразовательной школе, физкультурно – оздоровительных (учреждениях), группах.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Разбор, анализ содержания учебного материала по легкой атлетике (программы физического воспитания школьников).		
	2.	Разработка плана-конспекта урока легкой атлетики для реализации. образовательных, оздоровительных и воспитательных задач физического воспитания.		
	3.	Проведение урока легкой атлетики (его части) студентом с подгруппой занимающихся. Педагогическое наблюдение и анализ проведенного урока легкой атлетики (или его части).		
	4.	Составить план физкультурно – спортивных мероприятий на год для школьников, студентов, лиц зрелого и пожилого возраста.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа Выполнение заданий «Практикума по легкой атлетике» (И.В.Лазарев, В.С. Кузнецов, 1999): 1. Легкоатлетические упражнения для учащихся 1-4, 5-8, 9-11 классов.			24	

2. Структура занятия по легкой атлетике. 3. Составление комплексов упражнений специальной разминки при занятиях различными видами легкой атлетики. 4. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств занимающихся легкой атлетикой. 5. Задания с элементами исследования по теме «Основы техники ходьбы и бега». 6. Заполнение таблицы «Типичные ошибки при обучении технике бега (прыжков, метаний)».				
Гимнастика			**3,4 сем: Теор 20 Практ 104 Сам 48**	
Тема 1. Гимнастика в системе физического воспитания.	**Содержание**		0,5	
	1.	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.		
	2.	Предмет и задачи гимнастики.		
	3.	Основные средства гимнастики.		
	4.	Классификация видов гимнастики.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия не предусмотрены			
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 2. Гимнастическая терминология.	**Содержание**		0,5	
	1.	Значение терминологии.		
	2.	Требования, предъявляемые к терминологии.		
	3.	Правила сокращения и формы записи упражнений.		
	4.	Термины акробатических упражнений и упражнений на снарядах.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Овладение терминами занимающимися на практических занятиях в мужском и женском многоборье.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 3 Меры предупреждения травматизма.	**Содержание**		1	
	1.	Предупреждение травматизма и меры безопасности на занятиях гимнастикой.		3
	2.	Причины травматизма.		2
	3.	Меры предупреждения травм.		3
	4.	Правила эксплуатации залов и оборудования.		2
	5.	Приёмы помощи и страховки, самостраховка при выполнении гимнастических упражнений		3
	6.	Врачебный контроль и самоконтроль.		3

	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Оказание помощи и страховки на каждом практическом занятии.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 4 Строевые упражнения.	**Содержание**		1	
	1.	Основные понятия строя: строй, шеренга, колонна, дистанция, интервал, фланг, фронт, тыл, правофланговый, левофланговый, направляющий, замыкающий.		3
	2.	Классификация строевых упражнений: строевые приёмы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.		3
	3.	Условные границы и точки зала.		2
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Методика проведения. Строевые приёмы. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Отставить!», «Разойдись!», «Вольно!», расчёт группы по Порядку, по 2,3,4 и т. д.. Рапорт дежурного. Повороты на месте и в движении.		
	2.	Построения и перестроения. Построение в одну шеренгу, в колонну по одному. Перестроение из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два и обратно, из колонны по одному поворотом в движении и обратно, из одной шеренги уступами и обратно.		
	3.	Передвижения. Обычный и строевой шаг, остановка строя. Передвижения в обход, по диагонали, противоходом.		
	4.	Размыкания и смыкания. По распоряжению, приставными шагами.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 5 Общеразвивающие упражнения.	**Содержание**		1	
	1.	Общеразвивающие упражнения в движении: ходьба, бег, прыжки с различными положениями и движениями рук, ног и туловища, нетрадиционные способы передвижения.		3
	2.	Методика проведения проходным способом.		3
	3.	Правила записи в таблице.		3
	4.	Общеразвивающие упражнения на месте: стойки, положения рук, выпады, наклоны, приседы, седы, положения лёжа, положения ног, упоры.		3
	5.	Правила записи ОРУ на месте без предмета, с предметами, в парах, на гимнастической скамейке.		3
	6.	Методика проведения ОРУ раздельным способом.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			

	Практические занятия		20 из них 8 часов проводится в форме физической подготовки	
	1.	Запись статических положений по показу.		
	2.	Практика в проведении комплексов ОРУ в движении проходным способом с музыкальным сопровождением: в ходьбе, в беге, в прыжках, нетрадиционные способы передвижения.		
	3.	Практика в проведении комплексов ОРУ на месте раздельным способом: без предметов, с предметами, в парах, на гимнастической скамейке.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 6 Прикладные упражнения.	**Содержание**		1	
	1.	Характеристика и классификация прикладных упражнений.		2
	2.	Основы техники и методика обучения передвижениям, упражнениям в равновесии, лазанию, перелазанью, ползанью, перелезанию.		3
	3.	Значение полосы препятствий в подготовительной части урока.		2
	4.	Требования к её составлению и проведению.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		6	
	1.	Методика проведения полосы препятствий в подготовительной части урока.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 7 Упражнения на гимнастических снарядах.	**Содержание**		1	
	1.	Основы техники гимнастических упражнений на снарядах.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		10	
	1.	Упражнения на мужских снарядах: кольца (висы и упоры, размахивания, подъёмы, спады, опускания, выкруты, соскоки); брусья (стойки, кувырки, перемахи, соскоки); перекладина (хваты, висы, размахивания, подъёмы, обороты, перемахи, спады, соскоки).		
	2.	Упражнения на женских снарядах: брусья разной высоты (висы, упоры, седы, перемахи, размахивания, подъёмы, спады, опускания, обороты, соскоки); бревно (вскоки, упоры, равновесия, повороты, седы, приседы, прыжки, перекаты, танцевальные шаги, соскоки).		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 8 Акробатические упражнения.	**Содержание**		2	
	1.	Основы техники акробатических упражнений.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	

	1.	Обучение акробатическим упражнениям: Группировка, перекаты, кувырки, стойки, мост, равновесия, полушпагат, переворот в сторону с применением помощи и страховки.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 9 Прыжки.	**Содержание**		2	
	1.	Простые и опорные прыжки. Основные фазы опорного прыжка.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Юноши: через козла опорные прыжки согнув ноги и ноги врозь.		
	2.	Девушки: через козла опорные прыжки согнув ноги, ноги врозь с применением помощи и страховки.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 10 Музыкальное сопровождение.	**Содержание**		2	
	1.	Значение музыкального сопровождения на уроках гимнастики. Основы музыкальной грамоты. Ритм, темп, фразировка, такт, подсчёт, команды.		2
	2.	Особенности музыкального сопровождения при выполнении различных видов упражнений .		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Музыкально-ритмические упражнения.		
		Основные танцевальные шаги: приставной, шаг галопа, переменный, шаг польки.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 11.Формы организации занятий гимнастикой**.**	**Содержание**		2	
	1.	Характеристика основных форм занятий гимнастикой (урочные, неурочные и малые неурочные).		2
	2.	Урок как основная форма организации учебного процесса. Структура урока. Характерные особенности и задачи урока гимнастики.		3
	3.	Методика проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока: задачи, средства; общие требования к проведению; общие методические положения к проведению: определение целей обучения, выбор средств, дозировка упр., плотность урока. Подготовка педагога к проведению урока.		3
	4.	Методика составления конспекта.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		10	
	1.	Разработка конспекта урока гимнастики по заданию.		

	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 12. Организация и проведение занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами.	**Содержание**		2	
	1.	Виды занятий гимнастикой, характеристика средств и методика занятий с дошкольниками.		3
	2.	Виды занятий гимнастикой, характеристика средств и методика проведения занятий в школе, учреждениях общего и профессионального образования.		3
	3.	Основы техники гимнастических упражнений: в висах и упорах, акробатических, в равновесии и прыжках. Методика обучения гимнастическим упражнениям.		3
	4.	Виды занятий гимнастикой, характеристика средств и методика проведения занятий для оздоровительной, рекреационной деятельности взрослого населения. Распределение занимающихся на три медицинские группы на основании фактических данных медицинского обследования.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		30	
	1.	Инструктаж по технике безопасности		
	2.	Обучение различным формам организации занимающихся, навыкам проведения урока, страховке и помощи (проводка, поддержка, подталкивание, фиксация, подкрутка). Строевые упражнения: перестроение дроблением и сведением, разведением и слиянием: строевой шаг, переход с движения на месте к передвижению вперед, повороты в движении.		
	3.	Изучение и совершенствование техники гимнастических упражнений. Упражнения в висах и упорах на гимнастической стенке, низкой перекладине, кольцах и брусьях. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке и низком бревне. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойка на лопатках, стойка на голове, мост, полушпагат, равновесие. Прыжки: простые и опорные (согнув ноги, ноги врозь).		
	4.	Овладение методикой обучения гимнастическим упражнениям в младшем, среднем, старшем школьном возрасте школьной программы.		
	5.	Выбор и подготовка мест для занятий гимнастикой.		
	6.	Организация деятельности занимающихся на занятиях гимнастикой.		
	7.	Проведение урока (фрагмента урока) школьной программы в младшем, среднем, старшем школьном возрасте, учитывая		

		возрастные особенности учащихся.		
	8.	Педагогическое наблюдение и анализ фрагмента урока, обсуждение в диалоге с сокурсниками.		
	9.	Определение плотности урока.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 13. Виды оздоровительной гимнастики.	**Содержание**		2	
	1.	Основные группы видов массовой оздоровительной гимнастики: традиционно-базовые, комплексного воздействия, функционально ориентированные, малые формы и частные методики.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Проведение комплекса утренней гимнастики для разных возрастных групп (по заданию). Педагогическое наблюдение, самоанализ и анализ проведения фрагмента занятия, обсуждение в диалоге с сокурсниками.		
	2.	Проведение комплекса вводной гимнастики для разных возрастных групп (по заданию). Педагогическое наблюдение, самоанализ и анализ проведения фрагмента занятия, обсуждение в диалоге с сокурсниками.		
	3.	Проведение физкультпаузы для разных возрастных групп (по заданию).		
	4.	Проведение комплекса ритмической гимнастики для учащихся младшего, среднего и старшего школьного возраста. Педагогическое наблюдение, самоанализ и анализ проведения фрагмента занятия, обсуждение в диалоге с сокурсниками.		
	5.	Проведение комплекса атлетической гимнастики. Педагогическое наблюдение, самоанализ и анализ проведения фрагмента занятия, обсуждение в диалоге с сокурсниками.		
	6.	Проведение комплекса женской гимнастики. Педагогическое наблюдение, самоанализ и анализ проведения фрагмента занятия, обсуждение в диалоге с сокурсниками.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 14. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.	**Содержание**		2	
	1.	Особенности проведения массовых соревнований по гимнастике. Виды и характеристика соревнований. Подготовка и проведение соревнований. Судейство соревнований.		3
	2.	Особенности спортивно-массовых гимнастических праздников. Значение гимнастических выступлений и праздников, задачи и		3

		функции. Формы спортивных праздников и выступлений. Средства спортивно-массовых гимнастических праздников. Краткая характеристика этапов подготовки и проведения гимнастических выступлений и праздников.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Составление плана-сценария мероприятия.	48	
	2.	Проведение физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия для различных возрастных групп. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
	3.	Практика в судействе при выполнении студентами акробатических комбинаций школьной программы. Заполнение протокола наблюдения.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа 1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, ее структура и содержание раздела «Гимнастика с элементами акробатики». 2. Атлетическая гимнастика как традиционно-базовый вид оздоровительной гимнастики. 3. Ритмическая гимнастика как традиционно-базовый вид оздоровительной гимнастики. 4. История возникновения и развития шейпинга в нашей стране. 5. Оздоровительный фитнесс как средство дифференцированного воздействия на занимающихся. 6. Восточные системы оздоровительной гимнастики. 7. Коррекционная гимнастика как один из видов специально подобранных гимнастических упражнений для людей разных возрастных групп с целью профилактики и устранения имеющихся нарушений в деятельности функциональной систем организма. 8. Гимнастическая аэробика как специфический вид аэробных упражнений с использованием средств гимнастики, выполняемых в специфических условиях. 9. Значение малых форм и частных методик оздоровительной гимнастики (стретчинг, калланетик, восстановительная статическая гимнастика и гимнастика для глаз). 10. Правила соревнований по акробатике, спортивной и художественной гимнастике. 11. Спортивные праздники и мероприятия в школе.				
Плавание			**6 сем:** **Теор 10** **Практ 54** **Сам 18**	
Тема 1 Введение. История, основные направления	**Содержание**		2	
	1	История развития плавания.		1
	2	Основные направления развития плавания:		1

развития плавания. .		- массовое обучение плаванию как жизненно необходимому навыку; - спортивное плавание и водные виды спорта; - профессионально-прикладное плавание; -оздоровительно-реабилитационное плавание; - фитнес (оздоровительное плавание) и кондиционное плавание; - зрелищно-театрализованные мероприятия и праздники на воде.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия не предусмотрены			
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 2 Организация и проведение занятий по плаванию.	**Содержание**		2	
	1	Выбор и подготовка мест для купания и проведения занятий. Правила поведения на воде и требования безопасности.		3
	2	Бассейны, их оборудование и эксплуатация.		2
	3	Организация занятий по плаванию. Урок плавания.		3
	4	Подготовка преподавателя к занятиям. Конспект урока. Методика построения урока. Оборудование и инвентарь для проведения занятий.		3
	5	Методика применения подготовительных упражнений на освоение с водой.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		2	
	1.	Инструктаж по технике безопасности		
	2.	Разбор конспекта урока по плаванию .Составление плана-конспекта урока по плаванию по индивидуальным заданиям.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 3 Основы техники спортивного плавания.	**Содержание**		1	
	1	Биомеханические основы техники плавания. Общие требования к рациональной технике плавания		2
	2	Техника плавания способом кроль на груди. Техника плавания способом кроль на спине.		3
	3	Техника плавания способом брасс. Техника плавания способом баттерфляй. Техника выполнения стартов. Техника выполнения поворотов.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		22 из них 4 часа проводится в форме физической подготовки	
	1.	Подготовительные упражнения на освоение с водой		
	2.	Изучение техники способов плавания :		

	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 4 Методика обучения технике спортивных способов плавания.	**Содержание**		1	
	1	Методическая последовательность изучения техники спортивных способов плавания.		3
	2	Методика обучения способу кроль на груди.		3
	3	Методика обучения способу кроль на спине.		3
	4	Методика обучения способу брасс.		3
	5	Методика обучения техника выполнения стартов и поворотов.		3
	6	Совершенствование техники спортивных способов плавания.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		10	
	Овладение методикой обучения спортивным способам плавания**.**			
	1.	Способ кроль на груди: - общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения; - упражнения для изучения движений ногами; - упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания: - упражнения для изучения движений руками; - упражнения для изучения согласования движений руками и дыхания; - упражнения для изучения общего согласования движений.		
	2.	Способ кроль на спине: - общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения; - упражнения для изучения движений ногами; - упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания; - упражнения для изучения движений руками; - упражнения для изучения согласования движений руками и дыхания; - упражнения для изучения общего согласования движений.		
	4.	Техника выполнения стартов: - упражнения для изучения стартового прыжка; - упражнения для изучения старта из воды.		
	5.	Техника выполнения поворотов: - упражнения для изучения открытого плоского поворота в кроле на груди и в кроле на спине; - упражнения для изучения поворота «маятником» в брассе; - упражнения для изучения поворота кувырком вперед в кроле на груди и на спине.		

	6.	Совершенствование техники спортивных способов плавания: - упражнения для совершенствования техники кроль на груди; - упражнения для совершенствования техники кроль на спине; - упражнения для совершенствования техники брасс.		
	7.	Проведение обучения отдельным упражнениям техники плавания. Проведение частей урока по обучению плаванию.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 5 Основы прикладного плавания. Техника и методика обучения прикладному плаванию.	**Содержание**		1	
	1	Основы прикладного плавания. Плавание в экстремальных условиях. Спасение тонущих. Преодоление водных преград.		2
	2	Техника прикладного плавания. Общая характеристика способа брасс на спине, способа на боку. Техника ныряния.		2
	3	Приемы освобождения от захватов тонущего. Приемы транспортировки тонущего.		3
	4	Методика обучения прикладному плаванию.		
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		8	
	1.	Плавание способом брасс на спине, способом на боку.		
	2.	Ныряние.		
	3.	Транспортировка тонущего, освобождение от захватов.		
	4.	Игры с элементами прикладного плавания.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 6 Организация и проведение соревнований.	**Содержание**		1	
	1	Подготовка к соревнованиям по плаванию.		3
	2	Основная документация соревнований по плаванию.		3
	3	Судейство соревнований по плаванию.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		4	
	1.	Составление положения о соревновании по плаванию		
	2.	Подготовка основных документов соревнований: именная заявка, техническая заявка, карточка участника.		
	3.	Судейство соревнований. Анализ работы судейской коллегии.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Тема 7 Плавание в системе физического воспитания.	**Содержание**		2	
	1	Методика проведения физкультурно-спортивных занятий и мероприятий по плаванию с различными возрастными группами.		3
	2	Планирование физкультурно-спортивных мероприятий и занятий по плаванию с различными возрастными группами.		3

	3	Педагогический контроль в процессе физкультурно-спортивных занятий по плаванию. Комплектование состава группы, секции.		3
	4	Основы оздоровительной тренировки.		3
	Лабораторные работы не предусмотрены			
	Практические занятия		8	
	1.	Составление плана, проведение и анализ физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами.		
	2.	Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
	Контрольные работы не предусмотрены			
Самостоятельная работа 1. Становление плавания в России. 2. Выступление российских пловцов на Олимпийских играх. 3. Обязанности администрации образовательного учреждения в организации процесса обучения плаванию. 4. Методы организации занимающихся, используемые на уроке плавания. 5. Правила соревнований по плаванию. 6. Организация и проведение водных праздников (на примере праздника Нептуна). 7. Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения на суше.			18	
Лыжный спорт			**Семестр 3,4** **Теор 10** **Практ 70** **Сам 26**	
Тема 1.1. Организация оздоровительной тренировки в лыжном спорте.	**Содержание**		4	
	1	История развития лыжного спорта в мире, в России. Классификация. Терминология.		
	2	Анализ техники классических и коньковых ходов.		
	3	Методика построения занятий по лыжной подготовке с учетом возрастных особенностей занимающихся, для лиц с ограниченными возможностями.		
	4	Формы, средства, методы организации и проведения занятий по лыжной подготовке с лицами, имеющими отклонение в здоровье.		
	Практические занятия		32 из них 6 часа проводится в форме физической подготовки	

Тема 2.1. Методика обучения в лыжном спорте двигательным действиям базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	1	Планирование занятий по лыжной подготовке с учетом возрастно-половых, морфо - функциональных и индивидуально-психологических особенностей		
	2	Комплектование состава групп и сохранение состава занимающихся.	4	
	3	Контроль в процессе проведения занятий плаванием с различными возрастными группами населения, имеющими отклонения в состоянии здоровья.		
	4	Средства восстановления в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности.		
	Содержание			
	1	Методика обучения классическим ходам детей с различными отклонениями здоровья.		
	2	Методика обучения способам преодоления подъемов, спусков, неровностей.		
	Практические занятия		16	
	1	Игры и эстафеты на занятиях лыжным спортом.		
	2	Методика начального обучения технике лыжных ходов с лицами, имеющими ограниченные возможности.		
Тема 3.1. Правила соревнований по лыжным гонкам. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	**Содержание**		2	
	1	Правила соревнований по лыжным гонкам.		
	2	Организация соревнований по лыжным гонкам для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.		
	3	Планирование соревнований. Положение о соревнованиях. Виды заявок. Жеребьёвка.		
	Практические занятия		22	
	1	Правила соревнований по лыжным гонкам. Подбор оборудования и инвентаря для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.		
	2	Разработка комплексов на основе медицинских заключений, работа под руководством врача, проведение индивидуальных и		

		групповых занятий. Правила соревнований в спринтах, эстафетах.	36		
	3	Организация и проведение соревнований для лиц имеющих отклонения в здоровье.			
Самостоятельная работа 1. Конспектирование учебной и дополнительной литературы. 2. Написание докладов и рефератов. 3. Подготовка презентаций. 4. Сбор информации по заданной тематике. 5. Поиск и решение проблемных ситуаций. 6. Составление и запись комплексов упражнений и тренировочных заданий. 7. Разработка конспектов (или фрагментов), планов учебно-тренировочных занятий и учебно-тренировочного процесса. 8. Организация и проведение мини-исследования. 9. Написание отчетов по результатам проведения педагогического контроля. Самостоятельные тренировочные занятия.					
Фитнес			**Семестр 7,8** **Теор 18** **Практ 110** **Сам 38**		
Тема 1.1 Введение в предмет	**Содержание**		**4**		
	1	Основные понятия и определения дисциплины «Фитнес». Аэробика как вид фитнеса. История возникновения и развития оздоровительной аэробики.			
	2	Основные направления оздоровительной аэробики. Цели и задачи.			
	3	Показания и противопоказания к различным видам аэробика.			
	4	Роль инструктора в пропаганде здорового образа жизни и создании здорового общества.			
Тема 1.2. Классическая (оздоровительная) аэробика	**Практические занятия**		**16**		
	1	Особенности проведения занятий по аэробики. Способы дозирование нагрузки. Команды инструктора. Безопасность тренировки. Составные части занятия. Основные аэробные			

		шаги.			
	2	Методика проведения занятий оздоровительной аэробикой. Отработка техники выполнения аэробных шагов.			
	3	Методика составления и разбора аэробных связок. Метод сокращения. Отработка техники выполнения аэробных шагов.			
	4	Линейный метод составления и разучивания комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.			
	5	Танцевальная аэробика (классическая аэробика в стиле latina, джаз-модерна. Методика проведения занятия.			
Тема 1.4. Фитбол-аэробика	**Практические занятия**		**4**		
	1	Организация и проведение занятий по Фитбол-аэробикаи. Техника безопасности. Показания и противопоказания к занятию Фитбол-аэробикой.			
	2	Методика проведения занятий фитбол-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных упражнений.			
Тема 1.5. Функциональный тренинг	**Содержание**		**4**		
	1	Понятие функционального тренинга. Особенности тренировки. Принципы функциональной тренировки. Составление прогрессий. Мышечные цепи (поезда).			
	Практические занятия				
	1	Основные упражнения, техника выполнения.			
	2	Принцип составления занятия. Совершенствование техники выполнения упражнений.			
Тема 1.6. Pilates	**Содержание**		**4**		
	1	Система упражнений Pilates. История развития. Показания и противопоказания к системе упражнений Pilates. Особенности методики, основные принципы.			
	Практические занятия		18		
	1	Организация и проведение занятий по системе Pilates. Основные упражнения, техника выполнения. Программы для начинающих и подготовленных занимающихся.			

	2	Pilates на мяче. Основные упражнения, совершенствование техники выполнения.			
	3	Pilates для беременных.			
Тема 1.7. Хатха-йога	**Содержание**		**4**		
	1	Основные понятия и определения Хатха-йоги. История развития. Влияние йоги на организм занимающихся. Значение Асанов. Место йоги в спортивной тренировки.			
	Практические занятия		**16**		
	3	Методика проведения занятия по Хатха-йоге. Изучение техники выполнения Асанов.			
	4	Совершенствование техники выполнения Асанов.			
	5	Составление программы для занятия Хатха-йогой. Совершенствование техники выполнения Асанов.			
Тема 1.8. Тренажёрный зал	**Содержание**		**4**		
	1	Силовая тренировка. Спортивные тренажёры.			
	2	Организация тренировочного процесса, при занятиях в тренажёрном зале			
	3	Построение тренировочных программ			
	4	Освоение и нарабатывание технической базы дисциплины			
Самостоятельная работа					
1. Виды фитнеса, Основные понятия в фитнесе. 2. Составить связку из базовых шагов 1 уровня. 3. Составить комплекс силовых упражнений 4. Влияние занятий фитнесом на организм занимающихся, Принципы оздоровительной тренировки. 5. Ритмическая гимнастика для детей. 6. Структура занятий базовой классической аэробики. 7. Назвать основные шаги базовой классической аэробики. 8. Методы развития силы. Метод "Пирамиды".			**38**		

9. Гибкость, методы развития. 10. Танцевальная аэробика. 11. Основные понятия кинезиологии. 12. Комплексные (базовые) и изолированные упражнения. 13. Биомеханика в фитнесе. 14. Причины травм на занятиях фитнесом. 15. Структура степ - аэробики. 16. Правильная техника выполнения упражнений в степ – аэробике. 17. Базовые шаги степ – аэробики. 18. Презентация степ - аэробики. 19. Презентация танцевальной аэробики			

Комплекс ГТО			**Сем 3,5** **Практ 32** **Сам 32**	
	Практические занятия		16	
	1	Предпосылки возникновения комплекса ГТО		
	2	Рождение комплекса ГТО «под крылом» ОСОАВИАХИМа		
	3	Первый комплекс ГТО и дальнейшее его развитие		
	Практические занятия		16	
	1	Обучение детей с нарушением зрения основным движениям по мини-футболу.		
	2	Обучение основам ЮНИФАЙД-футбола.		
		Самостоятельная работа Краткие исторические сведения о дартс. Классификация техники игры. Инвентарь и оборудование. Педагогическая характеристика дартс. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Проведение соревнований по ЮНИФАЙД-футболу. Соревнования по футболу среди лиц с нарушением ОДА. Проведение соревнований по мини-футболу для инвалидов по зрению.		
ФИТНЕС			**Сем 7** **Практ 24** **Сам 24**	
Тема 1.2. Классическая (оздоровительная) аэробика	**Практические занятия**		4	
	1	Особенности проведения занятий по аэробики. Способы дозирование нагрузки. Команды инструктора. Безопасность тренировки. Составные части занятия. Основные аэробные шаги.		
	2	Методика проведения занятий оздоровительной аэробикой. Отработка техники выполнения аэробных шагов.		
	3	Методика составления и разбора аэробных связок. Метод сокращения. Отработка техники выполнения аэробных шагов.		
	4	Линейный метод составления и разучивания комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.		
	5	Танцевальная аэробика (классическая аэробика в стиле latina, джаз-модерна. Методика проведения занятия.		
Тема 1.3. Step-аэробика	**Практические занятия**		4	
	1	Организация и проведение занятий по Step-аэробики. Техника безопасности. Основные элементы Step-аэробики.		
	2	Методика проведения занятий Step-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций.Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.		

	3	Step-interval, как одно из направлений занятий с использованием step–платформы. (Step-interval- тренировка разного уровня интенсивности включающая чередование элементов step-аэробики и силового тренинга)		
Тема 1.4. Фитбол-аэробика	**Практические занятия**		4	
	1	Организация и проведение занятий по Фитбол-аэробикаи. Техника безопасности. Показания и противопоказания к занятию Фитбол-аэробикой.		
	2	Методика проведения занятий фитбол-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных упражнений.		
Тема 1.5. Функциональный тренинг				
	Практические занятия		4	
	1	Основные упражнения, техника выполнения.		
	2	Принцип составления занятия. Совершенствование техники выполнения упражнений.		
	Практические занятия		4	
	1	Организация и проведение занятий по системе Pilates. Основные упражнения, техника выполнения. Программы для начинающих и подготовленных занимающихся.		
	2	Pilates на мяче. Основные упражнения, совершенствование техники выполнения.		
	3	Pilates для беременных.		
	Практические занятия		4	
	1	Методика проведения занятия по Хатха-йоге. Изучение техники выполнения Асанов.		
	2	Совершенствование техники выполнения Асанов.		
	3	Составление программы для занятия Хатха-йогой. Совершенствование техники выполнения Асанов.		
Тема 1.8. Тренажёрный зал	**СРС**		24	
	1	Силовая тренировка. Спортивные тренажёры.		
	2	Организация тренировочного процесса, при занятиях в тренажёрном зале		
	3	Построение тренировочных программ		
	4	Освоение и нарабатывание технической базы дисциплины		

Общефизическая подготовка		
Тема 1 Спортивные игры. Баскетбол	**Практические занятия**	
	1	Техника передвижения в защитной стойке, техника остановки

Сем 3,5 Практ 32 Сам 32	2	Техника ведения мяча на месте и в движении, техника поворота
	3	Техника передачи мяча в движении
	4	Подготовительные упражнения для совершенствования передачи мяча, двумя руками от груди, одной рукой от плеча.
	5	Бросок двумя руками от груди, одной рукой от плеча.
	6	Бросок одной рукой снизу, двумя руками снизу.
	7	Ловля мяча двумя руками сбоку на уровне груди, низко и высоко летящего на месте и в движении. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким, со зрительным контролем, и без зрительного контроля. передача двумя руками от груди , одной рукой от плеча ,от головы, над плечом, из-за спины.
	8	Тактика нападения - индивидуальные действия: действия игрока без мяча и с мячом
	9	Тактика нападения - групповые действия: взаимодействия двух игроков и трех
	10	Тактика защиты - индивидуальные действия: действия против игрока без мяча и с мячом.
	11	Тактика защиты - групповые действия: взаимодействия двух игроков и трех игроков.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 2 Спортивные игры. Футбол Сем 4 Практ 5	**Практические занятия**	
	1	Техника ведения мяча: контактное и бесконтактное ведение.
	2	Техника остановок мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, бедром, головой.
	3	Техника ударов по мячу: внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, серединой подъема, носком, головой.
	4	Изучение и совершенствование техники игры в нападении: ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты и финты. Удары по мячу ногой и головой различными способами по неподвижному, катящему мячу. Ведение мяча и обводка. Остановки мяча. Финты: туловищем, ногой, головой.
	5	Изучение и совершенствование техники игры в защите: передвижения приставным шагом (в стороны, вперед, назад), бег спиной вперед. Повороты. Финты. Применение технических приемов с целью защиты ворот. Отбор мяча и выбивание. Техника игры вратаря: стойка, перемещения, ловля мяча руками, переводы мяча. Выбивание и выбрасывание мяча.
	6	Тактика нападения: индивидуальные действия: действие игрока с мячом и без мяча.
	7	Тактика нападения: групповые действия: взаимодействие двух, трех и более игроков.
	8	Тактика защиты индивидуальные действия: выбор места действия защитника против игрока с мячом и без мяча.
	9	Тактика защиты - индивидуальные действия: действия против игрока с мячом и без мяча.
	10	Тактика защиты: групповые действия: взаимодействие двух, трех и более игроков.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 3	**Практические занятия**	

Гимнастика **Сем 5:** Практ 5	1	Танцевальные упражнения в парах. Музыкально-ритмические упражнения с предметами. Упражнения со скакалкой: вертикальные и горизонтальные вращения, передачи, «замотки». Прыжки, вращая скакалку вперёд и назад. Прыжки с двойным вращением и прыжки-руки скрестно. Упражнения с мячом: передачи, перекаты, выкруты, отбивы, броски. Упражнения с обручем: хваты, плоскости, переворачивания, перекаты, броски. Элементы русского танца: переменный, припадание, «ковырялочка», притопы, хлопки.
	2	Упражнения на мужских снарядах: кольца (висы и упоры, размахивания, подъёмы, спады, опускания, выкруты, соскоки); брусья (стойки, кувырки, перемахи, соскоки); перекладина (хваты, висы, размахивания, подъёмы, обороты, перемахи, спады, соскоки).
	3	Упражнения на женских снарядах: брусья разной высоты (висы, упоры, седы, перемахи, размахивания, подъёмы, спады, опускания, обороты, соскоки); бревно (вскоки, упоры, равновесия, повороты, седы, приседы, прыжки, перекаты, танцевальные шаги, соскоки).
	4	Акробатические упражнения: Группировка, перекаты, кувырки, стойки, мост, равновесия, полушпагат, переворот в сторону с применением помощи и страховки.
	5	Юноши: через козла опорные прыжки согнув ноги и ноги врозь.
	6	Девушки: через козла опорные прыжки согнув ноги, ноги врозь с применением помощи и страховки.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 4. Лыжный спорт Сем 6 Практ 5	**Практические занятия**	
	1	Упражнения, направленные на овладение устойчивостью (равновесием) при скольжении на лыжах: спуски со склонов в высокой, средней, низкой стойках; спуски с переходом из одной стойки в другую и обратно; спуски в различных стойках с изменением ширины постановки лыж; спуски в средней стойке, с поочередной загрузкой то одной, то другой лыжи; то же, отрывая при этом носок, одной, другой лыжи; то же с переступанием в сторону на параллельный след; спуски наискось; спуски с переходом на коньковый ход на равнинном участке; спуски наискось с поворотом переступанием в сторону склона; спуски с поворотом переступанием в одну, другую стороны после скатывания; игровые и соревновательные задания при скатывании со склонов.
	2	Упражнения, направленные на овладение рациональным отталкиванием палками; передвижение одновременным бесшажным ходом под небольшой уклон и по равнине, чередуя отталкивания двумя палками и одной (правой, левой).
	3	Упражнения, направленные на овладение рациональным отталкиванием лыжами: стоя с опорой на палки – свободные маховые движения почти прямой ногой; передвижение без палок и с палками, взятыми за середину, скользящим шагом со свободными акцентированными движениями ногами и руками
	4	Упражнения, направленные на овладение координацией движений в лыжных ходах; передвижение ступающим шагом с палками, передвижение попеременным двухшажным ходом с маховым выносом ноги вперед и последующей «мягкой» загрузкой ее; то же, увеличивая силу «отталкивания» ногами и четкой постановкой палок на снег; передвижение попеременным двухшажным ходом, акцентируя отдельные элементы и фазы скользящего шага.
	5	Совершенствование лыжной техники

		Лыжные ходы: одновременный бесшажный, попеременный двухшажный, одновременный одношажный (скоростной, основной варианты), одновременный двухшажный ход.
	6	Подъемы «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», попеременным двухшажным ходом – скользящим, беговым и ступающим шагом.
	7	Спуски: в высокой, средней и низкой стойках; спуски наискось. Преодоление неровностей: бугра, впадины, выката, встречного склона.
	8	Торможение лыжами: «плугом», упором, соскальзыванием. Торможение падением.
	9	Повороты в движении: переступанием, «плугом», упором.
	10	Изучение техники попеременного четырехшажного хода и переходов с хода на ход (без шага, с прокатом), поворота в движении из упора на параллельных лыжах. Ознакомление с техникой полуконькового хода, одновременного одношажного и двухшажным коньковых ходо
	11	Игровые и соревновательные задания при изучении и совершенствовании способов передвижения на лыжах.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 5. **Легкая атлетика** Сем 7 Практ 5	**Практические занятия**	
	1	Развитие быстроты: бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, ускорения высокого старта (стартовый разгон). 5—6 серий по 9 м, подвижные игры для развития быстроты: «Бег за мячом», «Зайцы и кролики», «Бег преследованием», «Встречный бег», «Скоростная эстафета», прыжковый бег,
	2	Развития общей выносливости: освоение равномерного темпа бега, бег в равномерном темпе под музыкальное сопровождение,
	3	Развитие скоростной выносливости: эстафеты с использованием гимнастической скамейки, эстафетный бег по кругу,
	4	Развитие скоростно-силовых качеств: прыжки через скакалку в максимальном темпе в течение 1 мин., прыжки с продвижением вперед с ноги на ногу, начиная толчком двумя, многократные выпрыгивания вверх из глубокого приседа, упора присев, подскоки на одной, поочередно на левой и правой ноге, другая на опоре (гимнастическая скамейка), прыжки через натянутые поперек зала резинки(высота 30 см): стоя сбоку от резинки с двух ног две продвижением вперед; продвижение вперед — резинка между ног; над резинкой соединить колени и ступни ног, приземляясь— ноги врозь, прыжки в высоту через резинку, натянутую на высоте 40-—60 см, способом «перешагивание» правой левой стороны от нее, с продвижением вперед, поочередно отталкиваясь то правой, то левой ногой.
	5	Техника спортивной ходьбы: Зависимость скорости передвижения от длины и частоты шагов. Движение таза в вертикальной, сагиттальной осях. Цикл ходьбы: период одиночной опоры, период двойной опоры. Положение туловища, работа рук.
	6	Техника бега на средние дистанции. Фазы отталкивания опоры и полета. Положение туловища, работа рук. Высокий старт и стартовый разгон. Бег по повороту. Финиширование.
	7	Техника бега на короткие дистанции. Зависимость скорости бега от длины и частоты шагов. Стартовый

		разгон и его особенности. Бег на дистанции и динамика скорости. Положение туловища. Работа рук. Прямолинейность бега. Основные фазы бегового шага, финиширование. Техника бега по повороту. Техника старта на повороте.
	8	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери - флоп». Фазы прыжка в высоту. Разновидности разбега. Особенности последних шагов разбега. Характеристика фазы отталкивания. Движение в фазе полета и приземления.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 6. Спортивные игры. Волейбол Сем 8 Практ 2	**Практические занятия**	
	1	Техника стоек, перемещений в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места, толчком одной с разбега, с места). Техника стоек, перемещений в защите. Ходьба (бег) обычным шагом, скрестным шагом, приставным шагом . Выпады: вперед, в сторону. Остановки: скачком, шагом.
	2	Техника передачи двумя сверху над собой, назад (короткие, средние, длинные). - подводящие упражнения: с набивными мячами, с баскетбольными мячами; - специальные упражнения в парах на месте; - специальные упражнения в парах с перемещением; - специальные упражнения в тройках; - специальные упражнения у сетки.
	3	Техника нижней прямой, нижней боковой, верхней прямой, верхней боковой подачи. Подводящие и специальные упражнения для обучения нижней прямой, нижней боковой, верхней прямой, верхней боковой подаче.
	4	- упражнения для обучения напрыгиванию; - упражнение с теннисным мячом; - упражнения для обучения замаху и удару по мячу; - специальные упражнения у стены в опорном положении; - специальные упражнения у стены в прыжке (в парах); - специальные упражнения в парах через сетку.
	5	- упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков; - имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения); - специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре); - упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные).
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Контрольные работы не предусмотрены	
Самостоятельная работа 1. Кросс		

2. Пробежки 3. Сгибание-разгибание рук в упоре 4. Поднимание туловища в положении лежа на спине

ДАРТС			**Сем 6** **Практ 36** **Сам 36**	
Раздел 3 Техника и тактика игры в дартс	**Практические занятия**		36	
	1	Основные понятия и терминология дартс.		
	2	Основы методики обучения дартс.		
	3	Проведение соревнований среди инвалидов различных нозологических групп по дартс		
		Самостоятельная работа Краткие исторические сведения о дартс. Классификация техники игры. Инвентарь и оборудование. Педагогическая характеристика дартс. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. Проведение соревнований по дартс. Соревнования по дартсу среди лиц с нарушением ОДА. Проведение соревнований по дартс для инвалидов по зрению.	36	
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА			**Сем 8** **Практ 26** **Сам 26**	
Тема 1.2. Классическая (оздоровительная) аэробика	**Практические занятия**		4	
	1	Особенности проведения занятий по аэробики. Способы дозирование нагрузки. Команды инструктора. Безопасность тренировки. Составные части занятия. Основные аэробные шаги.		
	2	Методика проведения занятий оздоровительной аэробикой. Отработка техники выполнения аэробных шагов.		
	3	Методика составления и разбора аэробных связок. Метод сокращения. Отработка техники выполнения аэробных шагов.		

	4	Линейный метод составления и разучивания комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.		
	5	Танцевальная аэробика (классическая аэробика в стиле latina, джаз-модерна. Методика проведения занятия.		
Тема 1.3. Step-аэробика	**Практические занятия**		4	
	1	Организация и проведение занятий по Step-аэробики. Техника безопасности. Основные элементы Step-аэробики.		
	2	Методика проведения занятий Step-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций.Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.		
	3	Step-interval, как одно из направлений занятий с использованием step–платформы. (Step-interval- тренировка разного уровня интенсивности включающая чередование элементов step-аэробики и силового тренинга)		
Тема 1.4. Фитбол-аэробика	**Практические занятия**		2	
	1	Организация и проведение занятий по Фитбол-аэробикаи. Техника безопасности. Показания и противопоказания к занятию Фитбол-аэробикой.		
	2	Методика проведения занятий фитбол-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных упражнений.		
	Практические занятия		4	
	1	Основные упражнения, техника выполнения.		
	2	Принцип составления занятия. Совершенствование техники выполнения упражнений.		
	Практические занятия		4	
	1	Организация и проведение занятий по системе Pilates. Основные упражнения, техника выполнения. Программы для начинающих и подготовленных занимающихся.		
	2	Pilates на мяче. Основные упражнения, совершенствование техники выполнения.		
	3	Pilates для беременных.		
	Практические занятия			
	1	Методика проведения занятия по Хатха-йоге. Изучение техники выполнения Асанов.	6	
	2	Совершенствование техники выполнения Асанов.		
	3	Составление программы для занятия Хатха-йогой. Совершенствование техники выполнения Асанов.		
	СРС		26	
	1	Силовая тренировка. Спортивные тренажёры.		

	2	Организация тренировочного процесса, при занятиях в тренажёрном зале		
	3	Построение тренировочных программ		
	4	Освоение и нарабатывание технической базы дисциплины		
ГРЕБНОЙ СПОРТ			**Сем 8** **Практ 26** **Сам 26**	
Раздел 3 Техника и тактика игры в дартс	**Практические занятия**		36	
	1	Обучение техники правильного цикла гребка. Техническая работа по элементам «руки», «руки-корпус», «руки-корпус-1/4 подкат», «руки-корпус-1/2подкат. Совершенствование полного и правильного цикла гребка.		
	2	Высокий и низкий темп при равномерной гребле. На совершенствования техники гребли на гребных тренажерах эргометрах: гребля на эргометрах в переменной темпе.		
	3	Стартовый разгон, гребля на результат 2000 метров., короткие максимальные отрезки по 200 метров.		
	4	На развитие выносливости: длительная гребля на эргометрах с паузой в исходном положении, усилие гребка максимальное		
	5	На развитие скоростных способностей:, старты из положения подкат(колени согнуты руки прямые спина в наклоне) ., гребля с ускорением во время длительной работы, с изменением темпа.		
	6	На развитие координационных способностей: гребля с изменением темпа, гребля при низком темпе, гребля гребком(с паузой в И.П.), гребля с высоким темпом короткие отрезки.		
		Самостоятельная работа 1.Использование средств ОФП для развития и совершенствования основных двигательных способностей. 2. Самоконтроль при занятиях академической гребле. 3. Реферат «История возникновения Гребного спорта» 4. Реферат «Гребной спорт в России» 5. Доклад «Перечень мировых рекордов по Гребному спорту» 6. Изучение литературы по технике гребли. 7. Организация и проведение спортивных соревнований в гребном спорте.	26	
БАДМИНТОН			**Сем 7** **Практ 24**	

			Сам 24	
Тема 1.1. Техника и тактика игры в бадминтон.	**Практические занятия**		24	
	1	Техника игры, ее характеристика.		
	2	Обучение технике стоек и перемещений игрока		
	3	Обучение базовой технике		
	4	Техника подачи		
	5	Техника быстроатакующего стиля		
	6	Тактика игры в бадминтон		
	СРС		24	
	1	Техника нападения, техника защиты. Классификация технических приемов. Особенности современной техники бадминтона.		
	2	Техника стоек, перемещений в нападении. Техника стоек, перемещений в защите.		
	3	Атакующие удары справа, слева, снизу, сверху. Прием подачи. Передвижение.		
	4	Техника высокой подачи. Техника плоской подачи. Техника ударов. - высоко-далекий удар справа - сбоку; - высоко-далекий удар слева - сбоку; - техника косых ударов; - техника укороченных ударов. - удар над головой или «смеш».		
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА			**Сем 4** **Практ 40** **Сам 40**	
	Практические занятия		40 из них 6 часов проводится в форме физической подготовки	

	1	Развитие быстроты: бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, ускорения высокого старта (стартовый разгон). 5—6 серий по 9 м, подвижные игры для развития быстроты: «Бег за мячом», «Зайцы и кролики», «Бег преследованием», «Встречный бег», «Скоростная эстафета», прыжковый бег, Развития общей выносливости: освоение равномерного темпа бега, бег в равномерном темпе под музыкальное сопровождение, Развитие скоростной выносливости: эстафеты с использованием гимнастической скамейки, эстафетный бег по кругу, Развитие скоростно-силовых качеств: прыжки через скакалку в максимальном темпе в течение 1 мин., прыжки с продвижением вперед с ноги на ногу, начиная толчком двумя, многократные выпрыгивания вверх из глубокого приседа, упора присев, подскоки на одной, поочередно на левой и правой ноге, другая на опоре (гимнастическая скамейка), прыжки через натянутые поперек зала резинки(высота 30 см): стоя сбоку от резинки с двух ног две продвижением вперед; продвижение вперед — резинка между ног; над резинкой соединить колени и ступни ног, приземляясь— ноги врозь, прыжки в высоту через резинку, натянутую на высоте 40-—60 см, способом «перешагивание» правой левой стороны от нее, с продвижением вперед, поочередно отталкиваясь то правой, то левой ногой. Техника спортивной ходьбы: Зависимость скорости передвижения от длины и частоты шагов. Движение таза в вертикальной, сагиттальной осях. Цикл ходьбы: период одиночной опоры, период двойной опоры. Положение туловища, работа рук. Техника бега на средние дистанции. Фазы отталкивания опоры и полета. Положение туловища, работа рук. Высокий старт и стартовый разгон. Бег по повороту. Финиширование. Техника бега на короткие дистанции. Зависимость скорости бега от длины и частоты шагов. Стартовый разгон и его особенности. Бег на дистанции и динамика скорости. Положение туловища. Работа рук. Прямолинейность бега. Основные фазы бегового шага, финиширование. Техника бега по повороту. Техника старта на повороте. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание», «фосбери - флоп». Фазы		

		прыжка в высоту. Разновидности разбега. Особенности последних шагов разбега. Характеристика фазы отталкивания. Движение в фазе полета и приземления.		
		Самостоятельная работа Анализ и решение проблемных ситуаций. Оценка подготовленности мест занятий и их травмобезопасности. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, оборудования. Правила эксплуатации. Составление тренировочных заданий. Правила их записи в плане-конспекте. Фазовый анализ техники видов легкой атлетики Использование ТСО и ИКТ в технической подготовке спортсменов. Изучение и совершенствование техники в барьерном беге Изучение и совершенствование техники в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги» Изучение и совершенствование техники в прыжках в высоту с разбега способом «перекидной» Изучение и совершенствование техники метания гранаты Разбор и обсуждение индивидуальных ошибок, допускаемых занимающимися, в процессе обучения технике видов легкой атлетики Подготовка и проведение фрагмента УТЗ с задачей: обучение отдельному способу двигательного действия (по заданию преподавателя). Самоанализ и анализ проведенного УТЗ. Разбор и запись комплексов упражнений для развития физических качеств с учетом вида спорта и подготовленности спортсменов.	40	
СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА			**Сем 4 Практ 40 Сам 40**	
Раздел 1. БАЗОВЫЙ	**Практические занятия**		20	
	1	Определение понятия скандинавской ходьбы. История возникновения. Эволюция скандинавской ходьбы. Преимущества скандинавской ходьбы. Ходьба для здоровья. Ходьба при различных заболеваниях. Показания и противопоказания. Вес тела. Дозировка. Основы правильного дыхания.		
Раздел 2. ОСНОВНОЙ	**Практические занятия**		20	
	1	Экипировка. Подбор инвентаря.. Выбор маршрута. Одежда и обувь. Питание.		

		Техника скандинавской ходьбы. Методика обучения. Основные ошибки. Величина нагрузки. Интенсивность. Дополнительное оборудование при занятиях скандинавской ходьбой. Шагомеры. Пульсометр. Амортизаторы. Отягощения. Программы тренировок. Питание. Скандинавская ходьба в санаториях.		
	СРС		40	
	1	Преимущества скандинавской ходьбы. Ходьба для здоровья. Ходьба при различных заболеваниях. Методика обучения скандинавской ходьбе. Техника скандинавской ходьбы. Основные ошибки в технике		

МДК. 01.01.7 Фитнес			**Сем 7 Теор 12 Практ 12**	
Тема 1.1 Введение в предмет	**Содержание**		2	
	1	Основные понятия и определения дисциплины «Фитнес». Аэробика как вид фитнеса. История возникновения и развития оздоровительной аэробики.		
	2	Основные направления оздоровительной аэробики. Цели и задачи.		
	3	Показания и противопоказания к различным видам аэробика.		
	4	Роль инструктора в пропаганде здорового образа жизни и создании здорового общества.		
Тема 1.2. Классическая (оздоровительная)	**Практические занятия**		2	
	1	Особенности проведения занятий по аэробики. Способы дозирование нагрузки. Команды инструктора. Безопасность тренировки. Составные части занятия. Основные аэробные шаги.		

аэробика	2	Методика проведения занятий оздоровительной аэробикой. Отработка техники выполнения аэробных шагов.		
	3	Методика составления и разбора аэробных связок. Метод сокращения. Отработка техники выполнения аэробных шагов.		
	4	Линейный метод составления и разучивания комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.		
	5	Танцевальная аэробика (классическая аэробика в стиле latina, джаз-модерна . Методика проведения занятия.		
Тема 1.3. Step-аэробика	**Практические занятия**		2	
	1	Организация и проведение занятий по Step-аэробики. Техника безопасности. Основные элементы Step-аэробики.		
	2	Методика проведения занятий Step-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций.Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных шагов.		
	3	Step-interval, как одно из направлений занятий с использованием step–платформы. (Step-interval- тренировка разного уровня интенсивности включающая чередование элементов step-аэробики и силового тренинга)		
Тема 1.4. Фитбол-аэробика	**Практические занятия**		2	
	1	Организация и проведение занятий по Фитбол-аэробикаи. Техника безопасности. Показания и противопоказания к занятию Фитбол-аэробикой.		
	2	Методика проведения занятий фитбол-аэробикой. Составление и разучивание комбинаций. Отработка и совершенствование техники выполнения аэробных упражнений.		
Тема 1.5. Функциональный тренинг	**Содержание**		2	
	1	Понятие функционального тренинга. Особенности тренировки. Принципы функциональной тренировки. Составление прогрессий. Мышечные цепи (поезда).		
	Практические занятия		2	
	1	Основные упражнения, техника выполнения.		
	2	Принцип составления занятия. Совершенствование техники выполнения упражнений.		
Тема 1.6. Pilates	**Содержание**		4	
	1	Система упражнений Pilates. История развития. Показания и противопоказания к системе упражнений Pilates. Особенности методики, основные принципы.		
	Практические занятия		2	
	1	Организация и проведение занятий по системе Pilates. Основные упражнения, техника выполнения. Программы для начинающих и подготовленных		

		занимающихся.		
	2	Pilates на мяче. Основные упражнения, совершенствование техники выполнения.		
	3	Pilates для беременных.		
Тема 1.7. Хатха-йога	**Содержание**		4	
	1	Основные понятия и определения Хатха-йоги. История развития. Влияние йоги на организм занимающихся. Значение Асанов. Место йоги в спортивной тренировки.		
	Практические занятия		2	
	1	Методика проведения занятия по Хатха-йоге. Изучение техники выполнения Асанов.		
	2	Совершенствование техники выполнения Асанов.		
	3	Составление программы для занятия Хатха-йогой. Совершенствование техники выполнения Асанов.		
МДК. 01.01.7 Кроссфит			**24**	
		Модуль №1 Вводное занятие. Основы тренировочного процесса в кроссфите		
Тема 1.1. Инструктаж по ТБ. Виды и особенности тренировок Меры безопасности	**Практические/семинарские / лабораторные занятия** **Содержание:** Организм человека, как единая биологическая система. Виды и способы передвижений. СБУ. Развитие координационных способностей. ОРУ. Бег с ускорением, изменением направления, с сопротивлением. Комплекс кардио-лесенка. Крест. Упражнения на развитие гибкости. Табата (20-10) Комплекс кардио-лесенка. Упражнения на координацию движений **Форма контроля: практическая демонстрация полученных умений**		4	
Тема 1.2. Освоение двигательных навыков. Аэробная тренировка	**Практические/семинарские занятия** Биомеханика движений. Виды и способы передвижений. СБУ. Развитие координационных способностей. ОРУ. Бег с ускорением, изменением направления, с сопротивлением. СБУ в упряжке. Прыжковый комплекс. Скакалка. упр-Крест. **Форма контроля**: **практическая демонстрация полученных умений**		4	
Раздел 2	**Освоение двигательных навыков. Аэробная тренировка**			

Тема 2.1. Изучение общих правил, правил ведения счета тренировочных игр.	**Практические/семинарские занятия** Воздействие средств физической культуры и спорта, природных, социальных и экологических факторов на организм. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека. Высокий и низкий старт. Спринтерский бег. Техника бега. **Формы отчетности: практическая демонстрация полученных умений**	4	
Раздел 3	**Освоение двигательных навыков. Кардио-тренировка.**		
Тема 3.1. Функциональный комплекс упражнений	**Практические/семинарские занятия** СБУ. ОРУ. Скоростно-силовые упражнения. Подвижные игры. Прыжковый комплекс табата. ОРУ. Стретчинг СБУ. Интервальный бег. Спринт в упряжке. Гимнастика. Значение гигиенических требований и норм для организма. **Формы отчетности: практическая демонстрация полученных умений**	4	
	МОДУЛЬ №2 Базовые упражнения с собственным весом		
Раздел 4	**Функциональный тренинг. Развитие выносливости. Классификация мышц по расположению**		
Тема 4.1. Калистеника Скоростно-силовая тренировка	**Практические/семинарские занятия** Скоростно-силовые упражнения. Бег в упряжке. Стретчинг Отжимания, приседания, подтягивания, поднимание туловища, бёрпи. ОРУ. Техника и особенности выполнения упражнений. Отжимания, приседания, подтягивания, поднимание туловища, бёрпи. ОРУ. СБУ. Прыжковый комплекс. Выпады и прыжки в упряжке. Гимнастика. **Формы отчетности: практическая демонстрация полученных умений**	4	
Раздел 5	**Скоростно-силовая тренировка с легко атлетическим уклоном**		
Тема 5.1. Физические качества. Выносливость	**Практические/семинарские занятия** Упражнения на турнике, брусьях и в петлях TRX Силовой комплекс. Стретчинг. Спринт. Бег в упряжке. Комплекс кардио-лесенка. Упражнения на развитие гибкости. Спринт. Бег в упряжке. Комплекс кардио-лесенка. Упражнения на развитие гибкости. **Форма контроля**: **практическая демонстрация полученных умений**	4	
	Самостоятельная работа студентов **Понятие гиподинамии, гипердинамии.** **Цель**: Развитие выносливости.	**24**	

	Учебное задание: Кроссфит комплекс. Упражнения на развитие координации. Круговая тренировка с весом собственного тела. Прыжковый комплекс со скакалой. ОРУ. Упражнения на гимнастических снарядах. Комплекс «Лесенка» на перекладине и в петлях TRX. Стойки, кувырки. **Форма контроля:** практическая демонстрация полученных умений		

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Дисциплина «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья»: реализация рабочей программы дисциплины требует наличия кабинета избранного вида адаптивного спорта, универсального спортивного зала, зала ритмики и фитнеса, спортивного зала, тренажерного зала, места для стрельбы: Электронный стрелковый тир, оснащенного оборудованием и техническими средствами обучения: рабочее место преподавателя, посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся), мебель для хранения, учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты), компьютер (ноутбук), видеопроекционное оборудование.

Программное обеспечение.

- Операционная система ROSA Linux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессор Calc
- Программа подготовки презентаций Impress
- Интернет обозреватель Mozilla Firefox
- Интернет обозреватель Chrome
- Система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз».

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи). Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся по дисциплине создан фонд оценочных средств (ФОС), адаптированный для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности компетенций. Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИ

Применение ДОТ допускается при наличии объективных уважительных причин (форсмажорные обстоятельства), препятствующих обучающимися и педагогическим работникам лично присутствовать в Институте. Преподаватель обеспечивает освоение обучающимися учебной дисциплины в дистанционном режиме в полном объеме: организует взаимодействие со студентами в ЭИОС с использованием прикладных

инструментов для проведения online-занятий (Zoom, Skype и др.), а также электронной почты, социальных сетей и мессенджеров; проводят консультации со студентами согласно графику, размещенному на сайте; осуществляют текущий и промежуточный контроль результатов обучения. Возможны следующие формы проведения занятий: проведения online-занятий с использованием прикладных инструментов (Zoom, Skype и др.); запись и размещение видеоматериалов или ссылок на них в системе «Автор-вуз»; размещение в системе «Автор-вуз» текстов лекций или презентаций лекций; размещение практических заданий в системе «Автор-вуз» с последующей их проверкой. Проведение занятий с использованием ДОТ предполагает размещение в ЭИОС учебно-методического комплекса.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Электронный каталогом Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc);

http://rucont.ru/

Туризм

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2. Григорьев, О. А. Организация физкультурно- оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере :учебное пособие для среднего профессионального образования / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13337-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457514 (дата обращения: 12.02.2020).

3. Константинов, Ю. С. Подготовка педагога дополнительного образования в избранной области деятельности: детско - юношеский туризм : учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 401 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 09376-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/442399 (дата обращения: 10.02.2020).

4. Завьялова, Т. П. Теоретические и методические основы организации различных видов деятельности детей. Туризм в детском саду : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 228 с.— (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05362-3.— Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/438939 (дата обращения: 10.02.2020).

5. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437146 (дата обращения: 10.02.2020).

6. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2.— Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/433532 (дата обращения: 10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Электронные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)
2. http://www.tmmoscow.ru/ (официальный сайт, посвященный спортивному туризму всех видов в Москве и России)
3. http://www.turist-club.ru/ (сайт Свердловской областной общественной организации "Федерация спортивного туризма - Туристско-спортивный союз»)

Спортивные игры

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-еизд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. —322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13046-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/448840 (дата обращения: 10.02.2020).

3.Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно- спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/448847 (дата обращения: 12.02.2020).

4.Завьялова, Т. П. Организация физкультурно- оздоровительной работы в дошкольном учреждении: занятия по футболу : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева, Д. Ю. Колчанов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 172 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13288-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457403 (дата обращения: 12.02.2020).

5. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437146 (дата обращения: 10.02.2020).

6. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/433532 (дата обращения:

10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)

3.http://www.eurosport.com (сайт международного телекоммуникационного канала «Евроспорт»)

4. http://russiabasket.ru/ (сайт Российской Федерации баскетбола)

5. http://fbso66.ru/ (Сайт Федерации баскетбола Свердловской области)

Лыжный спорт

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2.Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019 ; Екатеринбург : Изд-во Урал.ун-та. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1902-2 (Изд-во Урал.ун-та). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/429447 (дата обращения: 10.02.2020).

3. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437146 (дата обращения: 10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)

2.http://www.olimpik.ru (сайт Олимпийского комитета России)

3.http://www.eurosport.com (сайт международного телекоммуникационного канала «Евроспорт»)

4. http://www.flgr.ru/ (Федерация лыжных гонок России)

5. http://www.rsaski.ru/ (Ассоциация лыжных видов спорта России)

6. http://www.fgssr.ru/ (Федерация горнолыжного спорта и сноуборда России)

Лёгкая атлетика

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/438782 (дата обращения: 10.02.2020).

3.Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 300 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13356-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457599 (дата обращения: 20.02.2020).

4.Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 205 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10885-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/432201 (дата обращения: 10.02.2020).

5. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437146 (дата обращения: 10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)

2.http://www.eurosport.com (сайт международного теле-коммуникационного канала «Евроспорт»)

4. http://www.rusathletics.com/ (сайт Федерации лёгкой атлетики России)

5. http://uralathletics.ru/ (Федерация лёгкой атлетики Свердловской области)

Единоборства

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

3. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437146 (дата обращения: 10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. https://unionmma.ru/ (Союз смешанных единоборств в России)

Гимнастика и фитнес

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

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, 2019. — 173 с.— (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437753 (дата обращения: 10.02.2020).

3.Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст : электронный

// ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/438685 (дата обращения: 10.02.2020).

4.Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. С. Лисицкая. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 242 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07785-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/438633 (дата обращения: 10.02.2020).

5. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

6. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437146 (дата обращения: 10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)

2.http://www.eurosport.com (сайт международного телекоммуникационного канала «Евроспорт»)

3. https://frgso.com/ (Федерация художественной гимнастики Свердловской области)

4. http://vfrg.ru/about/ (Федерация спортивной гимнастики России)

Подвижные игры.

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения: 12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)

2.http://www.eurosport.com (сайт международного телекоммуникационного канала «Евроспорт»)

3.http://www.sport.ru/ (спортивный портал)

Плавание

Основные источники:

1.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин.— Москва : Альянс, 2019.— 480 с. — ISBN 978-5-00106-241-7.—Текст: Непосредственный

2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

3. Теория и методика обучения предмету "физическая культура": водные виды спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11455-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/447360 (дата обращения: 10.02.2020).

4. Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/442166 (дата обращения: 10.02.2020).

Дополнительные источники:

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13379-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio- online.ru/bcode/458712 (дата обращения: 25.02.2020).

2. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования/ Н. В. Балышева, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, А. Н. Усатов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 13332-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/457504 (дата обращения:

12.02.2020).

Информационные ресурсы:

1. http://www.infosport.ru/minspjrt (страница государственного комитета РФ по ФКиС)

2.http://www.eurosport.com (сайт международного телекоммуникационного канала «Евроспорт»)

3.http://www.sport.ru/ (спортивный портал)

1.3. Общие требования к организации образовательного процесса

Учебные занятия МДК.01.01 «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья» проводятся в соответствии с их особенностями: в спортивных залах, на лыжной базе, в легкоатлетическом манеже, бассейне. При проведении практических занятий группа делится на подгруппы.

Производственная практика обучающихся планируется в соответствии с Положением о производственной (по профилю специальности) практике. Производственная практика проводится концентрированно в 6 семестре в 2 этапа. Производственная практика проводится в организациях, направление деятельности которых соответствует профилю подготовки обучающихся (Iэтап - МОУ СОШ, II этап – в детско-оздоровительных лагерях, организованных при МОУ СОШ или загородных лагерях).

Формы проведения консультаций: групповые, индивидуальные, письменные, устные.

1.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарным курсам: наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю преподаваемого модуля «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» и специальности физическая культура.

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство производственной (по профилю специальности) практикой: специалисты, имеющие высшее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого междисциплинарного курса (модуля).

Обязательным для преподавателей является опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы.

Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности

ТУРИЗМ

Виды деятельности	Тема	баллы	
		min	max
Модуль 1. ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И ОРИЕНТИРОВАНИЕ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,77 балла	**3**	**5,4**
Работа на практическом занятии	Топографическая карта	**0,9**	**1,5**
	Работа с компасом	**0,9**	**1,5**
	Измерение расстояния на местности	**0,9**	**1,5**
	Основы спортивного ориентирования	**1,2**	**2**
Самостоятельная работа			
	Составить рассказ с помощью УТЗ	**2,8**	**5**
Подготовка доклада	История развития туризма в России. История развития ориентирования.	**2,8**	**5**
Модуль 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПОХОДОВ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,77 балла	**8**	**10,8**
Работа на практическом занятии	Составление сметы похода	**1,2**	**2**
	Правила оказания ПМП	**1,7**	**3**
	Организация питания	**1,7**	**3**
	Проложение маршрута похода	**1,2**	**2**
	Проведение ПВД	**2,7**	**5**
Самостоятельная работа			
Подготовка документов похода	Подготовка маршрутной книжки Подготовка отчета о походе	**2,9** **2,9**	**5** **5**
Модуль 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МАССОВЫХ ТУРИСТСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,77 балла	**2,7**	**3,8**
Работа на практическом занятии	Составление положения соревнований	**1,2**	**2**
	Организация и проведение школьных слетов	**1,7**	**2,5**
	Организация и проведение спортивных соревнований	**1,7**	**2,5**
	Организация технических этапов и их преодоление	**1,2**	**2**
	Веревочный курс	**1,2**	**2**
	Туристские узлы	**1,2**	**2**
Самостоятельная работа			
Подготовка документов соревнований	Разработка положения о соревнованиях	**2,7**	**5**
	Оформление приказа	**2,7**	**5**
Модуль 4. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НА ЗАНЯТИЯХ ТУРИЗМОМ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,77 балла	**0,9**	**1,5**
Работа на практическом занятии	Комплектование состава группы для участия в походе	**0,9**	**1,5**
	Разбор авторских программ занятий туризмом в турклубах и секциях	**1,7**	**2,5**

Самостоятельная работа			
Подготовка докладов	Особенности проведения занятий со школьниками	**2,7**	**5**
	Особенности проведения занятий с людьми старшего возраста	**2,7**	**5**
		60	**100**

ГИМНАСТИКА

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	баллы	
			min	max
Модуль 1.			**22,0**	**42,0**
Контроль				
Посещение занятий		Посещение одного занятия – 0,47 балла	<8	**8**
Контроль видов деятельности	Написать работу по гимнастической строевой терминологии, перестроения на месте.	Работа состоит из 2 заданий: №1 – написать определение строевых терминов – 4,0 №2 –написать команды и действия для перестроений на месте– 3,7	**3,7**	**7,0**
	Выполнить практически перестроения в движении	Работа состоит из 3 заданий: №1 – поворот «налево!» в движении – 0,76 №2 – поворот «направо!» в движении – 0,76 №3 – поворот «кругом!» в движении – 0,76	**1,2**	**2,3**
	Провести ОРУ в движении и на месте	Работа состоит из 2 заданий: № 1 – под музыку выполнить комплекс ОРУ в движении с ОМУ – 2,8 (за неточное выполнение упражнений минус 0,5; за непопадание в музыку минус 0,5) № 2 – под музыку выполнить комплекс ОРУ на месте раздельным и поточным способами с ОМУ – 3,0 (за неточное выполнение упражнений минус 0,8; за непопадание в музыку минус 0,5; выполнение только одним способом – 1,5)	**1,8**	**3,5**
Самостоятельная работа	Написать лекции по темам	Лекции по темам: № 1 – Основные средства гимнастики – 0,8 № 2 – Построения, перестроения, сдача рапорта – 0,8 № 3 - Классификация ОРУ – 0,7 Оценивается емкое содержание	1,2	2,3

		с раскрыванием всех основных моментов.		
	Написать доклад	Написать и рассказать перед аудиторией одну из тем по гимнастике. Оценивается качество работы, подготовленность, наличие мультимедиа, владение гимнастической терминологией- 7	3,7	7
	Провести подготовительную часть урока по гимнастике	Наличие конспекта подготовительной части урока и его проведение под музыкальное сопровождение - 7 (если нет конспекта минус 1; за неточное выполнение упражнений и подачу неверных команд минус 2).	3,7	7
Модуль №2.			**22**	**42**
Посещение занятий		Посещение одного занятия – 0,47 балла	<8	8
Контроль видов деятельности	Проведение ОРУ в движении	Состоит из 3 заданий: №1 выполнение под музыку ОРУ в движении в ходьбе (5 упражнений) – 2,3 №2 выполнение под музыку ОРУ в движении в беге (5 упражнений) – 2,3 №3 выполнение под музыку ОРУ в движении в прыжках (5 упражнений) – 2,3 Баллы снижаются за неточное выполнение упражнений, за непопадание в музыку, за неправильную подачу команд – 3,3	3,7	7
	Проведение ОРУ на месте раздельным способом (12 упражнений)	Оценивается подготовка упражнений, их правильный показ, попадание в музыкальную фразу и остановка упражнения, а также в процессе выполнения упражнения дать ОМУ (- 3,3)	3,7	7
	Проведение ОРУ на месте поточным способом (12 упражнений)	Оценивается подготовка упражнений, их правильный показ, попадание в музыкальную фразу, а также в процессе выполнения упражнения дать ОМУ (- 3,3)	3,7	7
Самостоятельная работа	Проведение основной части урока по гимнастике	Наличие конспекта основной части урока - 7 (если нет конспекта минус 1; за неточное	3,7	7

		выполнение упражнений и подачу неверных команд минус 2).		
	Написать доклад по темам	Написать и рассказать перед аудиторией одну из тем по гимнастике. Оценивается качество работы, подготовленность, наличие мультимедиа, владение гимнастической терминологией- 7	3,7	7
	Написать реферат по темам	Оценивается оформление работы с титульным листом, введением, главами, заключением, наличие мультимедиа - 7	3,7	7
Модуль №3			**21**	**34**
Посещение занятий		Каждое занятие оценивается в 0,48 балла.	<6,24	6,24
Контроль видов деятельности	Написать работу по задачам урока по гимнастике	Состоит из трех заданий: №1 – написать оздоровительные задачи на уроке – 1,9 №2 – написать образовательные задачи на уроке – 1,9 №3 – написать воспитательные задачи на уроке – 1,9	3,5	5,7
	Написать работу по методике проведения урока гимнастики в школе	Состоит из 3 заданий: №1 – написать методику проведения урока гимнастики в младшем школьном возрасте – 1,9 №2 – написать методику проведения урока гимнастики в среднем школьном возрасте – 1,9 №3 – написать методику проведения урока гимнастики в старшем школьном возрасте – 1,9	3,5	5,7
	Написать работу по технике гимнастических упражнений	Написать технику исполнения гимнастического элемента – 1,9; его методику изучения – 1,9; и используемые средства – 1,9	3,5	5,7
Самостоятельная работа	Написать лекции по темам	Лекции по темам: №1 - Выполнение и разбор двигательных действий на снарядах на примере упражнений учебного материала школьной программы по гимнастике	0,7	1,1

		категории «Б». – 0,8 №2 - Методический разбор техники выполнения силовых упражнений и маховых упражнений – 0,9 №3 - Организация урока и способы управления занимающимися – 1,0 И другие…		
	Написать конспект по гимнастике	Написать конспект по всем правилам его оформления для любого возраста школьников – 5,7 (мелкие недочеты – 0,5; средние ошибки – 1,0; нет «шапки» или другие важные моменты – 1,5)	3,5	5,7
	Составить комбинацию на гимнастических снарядах	Оформить с использованием гимнастической терминологии, с расстановкой баллов, с выведением общей трудности выполнения упражнений – 5,7 (мелкие недочеты – 0,5; средние ошибки – 1,0; другие важные моменты – 1,5)	3,5	5,7
Модуль №4			**21**	**34**
Посещение занятий		Каждое занятие оценивается в 0,48 балла.	<5,76	5,76
Контроль видов деятельности	Написать работу по терминологии гимнастических упражнений	Написать определения гимнастических упражнений – 5,7. Оценивается точность и емкость определений – минус 2	3,5	5,7
	Провести основную часть урока по гимнастике	Оценивается умение объяснить технику гимнастического элемента, описать методику обучения и применить ее, а также владение средствами по изучению данного гимнастического упражнения – 5,7. Если нет конспекта основной части урока – минус 1,0; недочеты в объяснении, методике – 0,6-1,5	3,5	5,7
	Провести урок по гимнастике	Написать конспект, провести подготовительную, основную и заключительную части урока – 5,7. Недочеты в проведении урока – 1,5-2,5	3,5	5,7
Самостоятельная работа	Написать лекции по темам	Лекции по темам: №1 - Структура урока по гимнастике – 0,8	0,7	1,1

		№2 - Методика проведения урока гимнастики в школе 1-2 класс. – 0,9 №3 - Методика проведения урока гимнастики в школе 3-4 класс – 1,0 И другие…		
	Написать конспект по гимнастике	Написать конспект по всем правилам его оформления для любого возраста школьников – 5,7 (мелкие недочеты – 0,5; средние ошибки – 1,0; нет «шапки» или другие важные моменты – 1,5)	3,5	5,7
	Написать реферат по теме «Гимнастика в школе»	Оценивается оформление работы с титульным листом, введением, главами, заключением, наличие мультимедиа - 5,7	3,5	5,7

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

№п/п	Виды учебной работы	I модуль		II модуль		Итого	
		Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов	Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов	Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение учебных занятий	6	10	6	10	12	20
2	Выполнение практических работ по проведению подвижных игр	6	10	6	10	12	20
3	Тестирование	6	10	6	10	12	20
4	Составление карточек подвижных игр по темам лекций	6	10	6	10	12	20
5	Написание и защита реферата	6	10	6	10	12	20
	Итого	30	50	30	50	60	100

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	баллы	
			min	max
Модуль №1				
1. Посещение занятий		За посещение 1 занятия -0,9 балл	6	6
2. Контроль			11	21
Контрольная работа	Средства, методы, принципы и формы построения занятий физической	Правильно оформленная контрольная работа предоставляется в тетради для самостоятельных работ.	1,75	2,85

	культурой.			
	Управление тренировочной и соревновательной деятельностью		1,75	2,85
Тестирование	Педагогические способности тренера	50-70 % правильных ответов = 3,7 балла 71-80% = 5,4 баллов 81 -100%= 7 баллов	3,5	5,7
Коллоквиум	Построение (структура) занятий урочного типа.	Состоит из двух частей: теоретическая (2 вопроса) и практическая 1 теоретический вопрос – 1,9 баллов; Задача – 3,3 балла	3,5	5,7
3. Самостоятельная работа			11	21
Разработка опорного конспекта	Составление комплексов физических упражнений для развития силовых способностей занимающихся различных возрастных групп.	Оценивается: • качество выполненной работы, использование дополнительной литературы; • краткость, наглядность; • наличие таблиц, структурно-логических схем. • наглядность, содержательность	2,6	4,2
	Физические качества и методики их воспитания		2,6	4,2
Домашняя контрольная работа	Техника безопасности при построении занятий	Правильно оформленная контрольная работа предоставляется в тетради для самостоятельных работ. Работа состоит из 6 ситуаций Правильное решение 1 ситуации оценивается в 0,8-1,4	5,2	8,5
Модуль №2				
1. Посещение занятий		За посещение 1 занятия -0,9 балл	10	10
2. Контроль				
Контрольная работа	Тренировочный процесс и его оптимизация	Правильно оформленная контрольная работа предоставляется в тетради для самостоятельных работ. Работа состоит из 3 вопросов Правильное решение 1вопроса оценивается в 0,6 баллов:	1,75	2,8
	Утомляемость и средства ее снижения		1,75	2,8

		решение 2 вопроса 1,2 балла; решение 3 вопроса – 2,3 баллов		
Тестирование	Понятие и характеристика техники и технического мастерства.	50-70 % правильных ответов = 3,7 балла 71-80% = 5,4 баллов 81 -100%= 7 баллов	5,2	8,5
3. Самостоятельная работа				
Домашняя контрольная работа	Силовая выносливость и ее развитие	Работа состоит из 3 задач.	11	21
Итого за семестр			**60**	**100**

ПЛАВАНИЕ

Виды деятельности	Тема	баллы	
		min	max
Модуль 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ		**14,0**	**24,0**
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,53 балла		**7,0**
Работа на практическом занятии	**Тема:** 1.История плавания. Основные направления развития плавания. Плавание в системе физического воспитания.	**0,8**	**1,6**
	2. Организация и проведение занятий по плаванию.	**0,8**	**1,6**
	3.Изучение техники спортивных способов плавания.	**0,8**	**1,6**
	4. Подготовительные упражнения на освоение с водой.	**0,8**	**1,6**
	5. Организация и проведение соревнований.	**0,8**	**1,6**
	6. Основы прикладного плавания.	**0,8**	**1,6**
Самостоятельная работа			
Составление положения соревнований по плаванию	**Тема:** Основная документация соревнований по плаванию.	**1,0**	**2.0**
Разработка конспектов учебно-тренировочных занятий	**Тема:** Урок плавания.	**1,7**	**3,4**
Модуль 2. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ СПОРТИВНЫХ СПОСОБОВ ПЛАВАНИЯ		**22,0**	**42,0**
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,53 балла		**27,0**
Работа на практическом занятии	**Тема:** Методическая последовательность изучения техники спортивных способов плавания.	**1,0**	**2,0**
	Тема: Методика обучения способу кроль на груди.	**4,0**	**8,0**
	Тема: Методика обучения способу кроль на спине.	**3,2**	**6,4**
	Тема: Методика обучения способу брасс.	**3.2**	**6,4**

	Тема: Методика обучения выполнения стартов и поворотов.	**1,6**	**3,2**
	Тема: Методика обучения прикладному плаванию.	**1,6**	**3,2**
	Тема: Совершенствование техники спортивных способов плавания.	**3,2**	**6,4**
Самостоятельная работа			
Составление и запись комплексов упражнений и тренировочных занятий	**Тема**: Методика обучения спортивных способов плавания.	**1,6**	**3,2**
	Тема: Совершенствование спортивных способов плавания.	**1,6**	**3,2**
		60	**100**

ДАРТС

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	Баллы	
			min	max
Модуль № 1			30	50
Посещение учебных занятий	Посещение 1 занятия – 0, 83 балла	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	6	10
Выполнение практических работ	1.Характеристика профессиональной деятельности и личностных качеств. 2.История возникновения и развития 3.Краткие сведения о возникновении и развитии мирового волейбола 4.Волейбольные ассоциации и турниры. 5.Развитие волейбола в России.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы.	6	10
Тестирование	Промежуточное тестирование по модулю №1	50 – 70% правильных ответов 71-100% правильных ответов	6 8	8 10
Составление конспектов по темам лекций	1.Характеристика профессиональной деятельности и личностных качеств. 2.История возникновения и развития 3.Краткие сведения о возникновении и развитии дартса	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы	6	10

	4.Развитие дартса в России.			
Написание и защита реферата	Тема исследования согласуется с преподавателем, ведущим занятия.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы, выступление перед аудиторией.	6	10
Модуль № 2			30	50
Посещение учебных занятий	Посещение 1 занятия – 0, 83 балла	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	6	10
Выполнение практических работ	1.Продолжительность игры 2.Понятия и термины игры. 3..Судьи и составы команд. 4.Правила игры, нарушения и штрафы. 5.Тактика	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы.	6	10
Составление конспектов по темам лекций	1.Продолжительность игры 2.Понятия и термины игры. 3.Правила игры, нарушения и штрафы.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы	6	10
Написание и защита реферата	Тема исследования согласуется с преподавателем, ведущим занятия.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы, выступление перед аудиторией.	6	10
Итого			60	100

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Виды деятельности	Тема	баллы	
		min	max
Модуль 1. БАСКЕТБОЛ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,2 балла	**2,5**	**3,2**
Работа на практическом занятии	16 уроков	**3,5**	**6,4**
Самостоятельная работа			
	Совершенствование техники передачи мяча Совершенствование техники броска Совершенствование техники ловли мяча	**3,7**	**6,7**
Модуль 2. ФУТБОЛ			

Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,2 балла	**2**	**4**
Работа на практическом занятии	20 уроков	**4**	**8**
Самостоятельная работа			
	Совершенствование техники ведения мяча Совершенствование техники остановки мяча Совершенствование техники ударов по мячу	**3,5**	**7**
Модуль 3. ГИМНАСТИКА			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,2 балла	**2**	**3,2**
Работа на практическом занятии	16 уроков	**3,5**	**6,4**
Самостоятельная работа			
	Совершенствование техники танцевальных упражнений Совершенствование техники прыжка на скакалке Упражнения с обручем, с мячом	**3,7**	**6,7**
Модуль 4. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,2 балла	**2,5**	**3,6**
Работа на практическом занятии	18 уроков	**4**	**7,2**
Самостоятельная работа			
	Совершенствование лыжной техники Совершенствование техники спусков Совершенствование техники торможения	**3,5**	**7**
Модуль 5. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,2 балла	**1,8**	**2,4**
Работа на практическом занятии	12 уроков	**2,4**	**4,8**
Самостоятельная работа			
	Бег с равномерным темпом Совершенствование техники спортивной ходьбы Бег на короткие дистанции Бег с ускорением	**4**	**6,7**
Модуль 6. ВОЛЕЙБОЛ			
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,2 балла	**1,8**	**2,6**
Работа на практическом занятии	13 уроков	**3**	**5,2**
Самостоятельная работа			
	Совершенствование техники передачи мяча Совершенствование техники броска Совершенствование техники ловли мяча	**3,7**	**6,7**
		60	**100**

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	баллы	
			min	max

Модуль №1				
Контроль				
Посещение			16/42=0,4	
К/работа (3 шт)	В РУП		1.2	1,8
Тестирование (2 раз)	Промежуточное тестирование	50- 60% правильных ответов – 3,5 балла 61-80% правильных ответов – 4,8 баллов 71-100% правильных ответов – 5,6 баллов	1,75	2,8
Практическое занятие (3)			1.2	1,8
Самостоятельная работа				
Подготовка докладов	По теме зан.		5,5	11
Подготовка докладов	По теме зан.		5,5	11
Модуль №2				
Контроль				
К/работа (3 шт)	В РУП		1.2	1,8
Конспект (2)			1,75	2,8
Практическое занятие (2)			1,75	2,8
Самостоятельная работа				
Подготовка докладов	По теме зан.		5,5	11
Подготовка докладов	По теме зан.		5,5	11
			60	**100**