



Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности / профессии среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура

Организация-разработчик: ГБПОУ АО «Архангельский педагогический колледж»

Разработчики:

Воронцова Е.Н., преподаватель

Голубева Л.В., к. с.-х. н., преподаватель

Кокшаров Ю.А., преподаватель

## **СОДЕРЖАНИЕ**

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

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.13 Базовые виды спорта»

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

Учебная дисциплина «ОП.13. Базовые виды спорта» является обязательной частью общепрофессионального цикла ОПОП-П в соответствии с ФГОС СПО по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08, ПК 1.1.- ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 2.1, ПК 3.1.- ПК 3.3, ПК 3.1.- ПК 3.3, ПК 3.5.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК                         | Дисциплинарные результаты  |  |
|---------------------------------------|--|--|
|                                       | Умения   | Знания   |
| ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, ОК 08; | выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности   | техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности                          |
| ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;<br>ПК 2.1; | использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности   | терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности  |
| ПК 3.1.- ПК 3.3.;                     | применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений   | техники безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки |
| ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;             | использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации | методики обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности               |
|                                       | проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности  | методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности  |
|                                       |  | основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности                     |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы  | Объем в часах |
|---|---------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины / максимальная учебная нагрузка</b> | 852           |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>   | 709           |
| в т. ч.:  |               |
| теоретическое обучение  | 231           |
| практические занятия  | 485           |
| Самостоятельная работа  | 118           |
| <b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета, экзамена</b>              | 18            |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Базовые и новые виды физкультурно-оздоровительной деятельности

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся  | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч | Коды компетенций формированию которых способствует элемент программы                               |
|--|---|---|--|
| 1  | 2   | 3   | 4  |
| <b>ОП.13.01 Гимнастика с методикой преподавания</b>                    |   | <b>35/84</b>  |  |
| <b>Тема 1. Гимнастическая терминология</b>                             | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>4</b>  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;<br>ПК 3.1.- ПК 3.6. |
|  | 1. Значение гимнастической терминологии, требования к ней   | 4   |  |
|  | 2. Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения терминов)   |   |  |
|  | 3. Запись гимнастических упражнений (формы и типы записи упражнений, текстовая запись конкретных упражнений)  |   |  |
|  | 4. Правила записи общеразвивающих упражнений (запись общеразвивающих упражнений без предмета, положения и движения звеньями тела, запись общеразвивающих упражнений с предметами) |   |  |
| <b>Тема 2. Методические особенности проведения строевых упражнений</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>19</b>   | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;<br>ПК 3.1.- ПК 3.6. |
|  | 1. Классификация, назначение, особенности строевых упражнений. Строй и его структурные элементы   | 4   |  |
|  | 2. Методы и методические приемы обучения строевым упражнениям   |   |  |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>15</b>   |  |
|  | 1. Практическое занятие 1. Выполнение строевых приемов, построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий  | 15  |  |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>24</b>   | ОК 01; ОК 02;  |

|  |  |           |  |
|--|--|-----------|--|
| <b>Тема 3.<br/>Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений</b> | <b>1.</b> Характерные особенности общеразвивающих упражнений, классификация, задачи, методика применения и проведения общеразвивающих упражнений   | 4         | ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;<br>ПК 3.1.- ПК 3.6.                  |
|  | <b>2.</b> Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предмета, в парах, с предметами разными способами   |           |  |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>20</b> |  |
|  | <b>1.</b> Практическое занятие <b>2.</b> Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделением                                    | 6         |  |
|  | <b>2.</b> Практическое занятие <b>3.</b> Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ различными способами без предмета (раздельным, поточным, проходным, круговым и т.д.)                         | 7         |  |
|  | <b>3.</b> Практическое занятие <b>4.</b> Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ с предметами (с мячом, с гимнастической палкой, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке и т.д.) | 7         |  |
| <b>Тема 4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям</b>       | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>30</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;<br>ПК 3.1.- ПК 3.6. |
|  | <b>1.</b> Техника гимнастических упражнений и закономерности лежащие в ее основе   | 10        |  |
|  | <b>2.</b> Статические и динамические упражнения.   |           |  |
|  | <b>3.</b> Характеристика, классификация акробатических упражнений  |           |  |
|  | <b>4.</b> Цели и задачи обучения в гимнастике  |           |  |
|  | <b>5.</b> Методика обучения гимнастическим упражнениям   |           |  |
|  | <b>6.</b> Этапы, методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям   |           |  |
|  | <b>7.</b> Методика исправления ошибок  |           |  |
|  | <b>8.</b> Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования  |           |  |
| <b>9.</b> Применение приемов страховки, помощи и само страховки                    |  |           |  |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>20</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 5. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (группировка, перекуты, кувырок вперед и назад, стойка на лопатках, стойка на голове и руках, стойка на руках, мост, переворот боком «колесо» и т.д.) | 20        |   |
| <b>Тема 5. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС</b>            | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>11</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Особенности физической подготовки посредством гимнастики  | 3         |   |
|   | 2. Методика развития двигательных способностей посредством гимнастики  |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>8</b>  |   |
|   | 1. Практическое занятие 6. Освоение методики развития двигательных способностей посредством гимнастики   | 8         |   |
| <b>Тема 6. Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;   |
|   | 1. Формы организации занятий по гимнастике   | 3         |   |
|   | 2. Методика проведения занятий по гимнастике   |           |   |
|   | 3. Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования   |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>7</b>  |   |
|   | 1. Практическое занятие 7. Освоение методики проведения занятий по гимнастике  | 7         |   |
| <b>Тема 7. Методика проведения прикладных упражнений</b>                                    | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>14</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Характеристика прикладных упражнений  | 4         |   |
|   | 2. Техника и методика обучения основным упражнениям  |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>10</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 8. Освоение разновидностей ходьбы и бега, упражнений в равновесии, упражнений в лазанье, перелазанье и переползании, упражнения в поднимании и переноске груза   | 10        |   |

|   |   |              |   |
|---|---|--------------|---|
| <b>Тема 8. Основы судейства соревнований по гимнастике</b>  | <b>Содержание учебного материала:</b>   | <b>8</b>     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Виды и характеристика соревнований по гимнастике   | 2            |   |
|   | 2. Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях  |              |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>4</b>     |   |
|   | 1. Практическое занятие 9. Применение правил судейства при оценке техники гимнастических упражнений | 4            |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |   | <b>20</b>    |   |
| <b>Виды работ</b>   |   |              |   |
| 1. Словарь основных гимнастических терминов и правила их применения.  |   |              |   |
| 2. Составление ОРУ без предметов.   |   |              |   |
| 3. Апробирование приемов помощи и страховки во время урока гимнастики   |   |              |   |
| 4. Основные этапы обучения гимнастическим упражнениям. Разделение гимнастические упражнения по этапам обучения в соответствии с программой обучения гимнастики в общеобразовательной школе. |   |              |   |
| 5. Составление композиции вольных упражнений без предметов на 48 счетов, строевой композиции на 32 счета.   |   |              |   |
| 6. Составление комплексов ОРУ с гимнастической палкой, скакалкой, обручем, мячом.   |   |              |   |
| 7. Практическое судейство выполнения упражнений гимнастического многоборья.   |   |              |   |
| <b>ОП.13.02 Плавание с методикой преподавания</b>   |   | <b>23/22</b> |   |
| <b>Тема 1. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>2</b>     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Спортивное плавание  | 2            |   |
|   | 2. Прикладное и оздоровительное плавание  |              |   |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
| <b>Тема 2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов</b>          | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>14</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Техника плавания кролем на груди  | 6         |   |
|   | 2. Техника плавания кролем на спине  |           |   |
|   | 3. Техника плавания брассом  |           |   |
|   | 4. Техника плавания баттерфляем  |           |   |
|   | 5. Техника поворотов в спортивном плавании   |           |   |
|   | 6. Техника стартов в спортивном плавании   |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                               | <b>8</b>  |   |
|   | <b>Практическое занятие 10.</b> Освоение техники спортивных способов плавания              | 6         |   |
| <b>Практическое занятие 11.</b> Освоение техники стартов и поворотов              | 2  |           |   |
| <b>Тема 3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам</b>         | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>14</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Подготовительные упражнения по освоению с водой   | 6         |   |
|   | 2. Упражнения для изучения техники плавания кролем на груди                                |           |   |
|   | 3. Упражнения для изучения техники плавания брассом  |           |   |
|   | 4. Упражнения для изучения техники плавания баттерфляем                                    |           |   |
|   | 5. Упражнения, применяемые для изучения поворотов  |           |   |
|   | 6. Упражнения для изучения стартов с тумбочки, стартов из воды                             |           |   |
|   | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                     | <b>8</b>  |   |
|   | <b>1.</b> Практическое занятие 12. Освоение методики обучение спортивным способам плавания | 6         |   |
| <b>2.</b> Практическое занятие 13. Освоение методики обучения стартам и поворотам | 2  |           |   |

|  |  |          |   |
|--|--|----------|---|
| <b>Тема 4.<br/>Методика обучения<br/>детей плаванию</b>                      | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>5</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Упражнения для обучения плаванию детей                                    | 3        |   |
|  | 2. Последовательность обучения детей плаванию                                |          |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                 | <b>2</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 14. Освоение методики обучения детей плаванию        | 2        |   |
| <b>Тема 5. Организация<br/>и методика<br/>проведения занятий</b>             | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>5</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Методика проведения занятий по плаванию                                   | 3        |   |
|  | 2. Применение средств плавания в занятиях по другим видам спорта             |          |   |
|  | 3. Техника безопасности на занятиях плаванием                                |          |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                 | <b>2</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 15. Освоение методики проведения занятий по плаванию | 2        |   |
| <b>Тема 6. Основы<br/>прикладного<br/>плавания</b>                           | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>3</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Нырание   | 2        |   |
|  | 2. Спасение утопающих  |          |   |
|  | 3. Прикладные способы плавания   |          |   |
|  | 4. Переправы вплавь  |          |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                 | <b>1</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 16. Освоение видов и способов прикладного плавания   | 1        |   |
| <b>Тема 7. Организация<br/>и проведение<br/>соревнований по<br/>плаванию</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>2</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;  |
|  | 1. Особенности организации и проведения соревнований по плаванию             | 1        |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                 | <b>1</b> |   |

|  |   |               |                                       |
|--|---|---------------|---------------------------------------|
|  | <b>1. Практическое занятие 17. Организация и проведение соревнований по плаванию</b>  | <b>1</b>      | ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  |   | <b>7</b>      |                                       |
| <b>Виды работ</b>  |   |               |                                       |
| 1. Выполнение двигательных действий, анализ техники упражнений и их корректировка.   |   |               |                                       |
| 2. Анализ схемы обучения двигательным действиям в плавании.  |   |               |                                       |
| 3. Анализ методики проведения и разработка рекомендаций для повышения эффективности занятий, с учётом техники безопасности и требований к оборудованию и инвентарю для плавания. |   |               |                                       |
| <b>ОП.13.03 Лёгкая атлетика с методикой преподавания</b>   |   | <b>35/124</b> |                                       |
| <b>Тема 1.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>1</b>      | ОК 01; ОК 02;                         |
| <b>Легкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности</b>  | <b>1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов</b>  | <b>1</b>      | ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;               |
|  | <b>2. Термины, используемые в легкой атлетике</b>   |               | ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
| <b>Тема 2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>10</b>     | ОК 01; ОК 02;                         |
|  | <b>1. Техника спортивной ходьбы: положение туловища и головы, движения рук, таза, ног, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе</b> | <b>2</b>      | ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;               |
|  | <b>2. Методика обучения спортивной ходьбе</b>   |               | ПК 1.1.- ПК 1.3.;                     |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>8</b>      | ПК 1.5.; ПК 2.1;                      |
|  | <b>1. Практическое занятие 18. Освоение техники спортивной ходьбы</b>   | <b>4</b>      |                                       |
|  | <b>2. Практическое занятие 19. Освоение методики обучения спортивной ходьбе</b>   | <b>4</b>      |                                       |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>80</b>     | ОК 01; ОК 02;                         |

|   |  |           |  |
|---|--|-----------|--|
| <b>Тема 3. Основы техники и методики обучения бегу</b>  | <b>1.</b> Техника бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)  | 20        | ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;                  |
|   | <b>2.</b> Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции  |           |  |
|   | <b>3.</b> Техника бега на короткие дистанции (100,200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту) |           |  |
|   | <b>4.</b> Техника эстафетного бега (4x100); способы передачи эстафеты  |           |  |
|   | <b>5.</b> Методика обучения технике бега на короткие дистанции   |           |  |
|   | <b>6.</b> Методика обучения технике бега (4x100)   |           |  |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>60</b> |  |
|   | <b>1.</b> Практическое занятие 20. Освоение техники бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)  | 15        |  |
|   | <b>2.</b> Практическое занятие 21. Освоение методики обучения бегу на средние и длинные дистанции  | 15        |  |
|   | <b>3.</b> Практическое занятие 22. Освоение техники бега на короткие дистанции (100,200, 400 м), (4x100)   | 15        |  |
| <b>4.</b> Практическое занятие 23. Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м), (4x100) | 15   |           |  |
| <b>Тема 4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам</b>                                       | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>20</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | <b>1.</b> Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп»: разбег, отталкивание, переход через планку, приземление   | 4         |  |
|   | <b>2.</b> Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега  |           |  |
|   | <b>3.</b> Техника прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»   |           |  |
|   | <b>4.</b> Методика обучения технике прыжка в длину с разбега   |           |  |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>16</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 24. Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп» | 4         |   |
|   | 2. Практическое занятие 25. Освоение методики обучения технике прыжка в высоту с разбега                         | 4         |   |
|   | 3. Практическое занятие 26. Освоение техники прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»    | 4         |   |
|   | 4. Практическое занятие 27. Освоение методики обучения технике прыжка в длину с разбега                          | 4         |   |
| <b>Тема 5. Основы техники и методики обучения метаний</b>                             | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Техника метания малого мяча   | 2         |   |
|   | 2. Методика обучения технике метания малого мяча   |           |   |
|   | 3. Техника метания гранаты   |           |   |
|   | 4. Методика обучения технике метания гранаты   |           |   |
|   | <b>В том числе, практических занятий</b>   | <b>8</b>  |   |
|   | 1. Практическое занятие 28. Освоение техники метания малого мяча   | 4         |   |
| 2. Практическое занятие 29. Освоение техники метания гранаты                          | 4  |           |   |
| <b>Тема 6. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>16</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Двигательные способности, определяющие эффективность выполнения легкоатлетических упражнений                  | 2         |   |
|   | 2. Методика развития двигательных способностей посредством легкой атлетики                                       |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>14</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 30. Освоение методики развития двигательных способностей посредством легкой атлетики     | 14        |   |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
| <b>Тема 7. Организация и методика проведения занятий средствами легкой атлетики</b>                   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>15</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Методика проведения занятий по лёгкой атлетике                                      | 3         |   |
|   | 2. Методика занятий бегом оздоровительной направленности                               |           |   |
|   | 3. Применение средств лёгкой атлетики в занятиях по другим видам спорта                |           |   |
|   | 4. Техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой                                   |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                           | <b>12</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 31. Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике    | 10        |   |
| <b>Тема 8. Основы судейства по лёгкой атлетике</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>7</b>  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Особенности организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике                | 1         |   |
|   | 2. Основы судейства разных видов лёгкой атлетики                                       |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                           | <b>6</b>  |   |
|   | 1. Практическое занятие 32. Применение правил судейства в разных видах легкой атлетики | 4         |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | <b>25</b> |   |
| <b>Виды работ</b>   |  |           |   |
| 1. Изучение техники выполнения легкоатлетических упражнений;  |  |           |   |
| 2. Овладение двигательными навыками, овладение техникой легкой атлетики;                              |  |           |   |
| 3. Совершенствование техники легкоатлетических элементов;   |  |           |   |
| 4. Самостоятельное составление комплексов ОРУ, СБУ  |  |           |   |
| 5. Овладение методикой обучения легкоатлетическим упражнением:  |  |           |   |
| - составление комплекса ОРУ и прикладных упражнений,  |  |           |   |
| - подбор подготовительных и подводящих упражнений к основным задачам школьного урока с 1 по 11 класс, |  |           |   |

|   |   |              |   |
|---|---|--------------|---|
| - методика проведения отдельных частей урока (вводной, основной и заключительной). б.<br>Составление плана-конспекта урока по легкой атлетике (бег, прыжки, метания, эстафетный бег); |   |              |   |
| 7. Особенности судейства по различным видам легкой атлетики.  |   |              |   |
| <b>ОП.13.04 Лыжный спорт с методикой преподавания</b>   |   | <b>33/62</b> |   |
| <b>Тема 1. История лыжного спорт</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>2</b>     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Возникновение, развитие и первоначальное применение лыж.   | 2            |   |
|   | 2. Применение лыж в военном деле.   |              |   |
|   | 3. Развитие лыжного спорта в дореволюционной России.  |              |   |
|   | 4. Развитие отечественного лыжного спорта после 1917 г.   |              |   |
|   | 5. Лыжный спорт в послевоенные годы.  |              |   |
| <b>Тема 2. Основы техники передвижения на лыжах</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>14</b>    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Требования, предъявляемые к технике передвижения на лыжах.   | 4            |   |
|   | 2. Классификация способов передвижения на лыжах.  |              |   |
|   | 3. Определения, термины и понятия техники лыжного спорта.   |              |   |
|   | 4. Основные элементы техники передвижения на лыжах.   |              |   |
|   | 5. Основы техники спусков и поворотов в движении.   |              |   |
|   | 6. Особенности анализа техники передвижения на лыжах.   |              |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>10</b>    |   |
|   | 1. Практическое занятие 33. Основные элементы техники передвижения на лыжах (отталкивание лыжами, отталкивание палками, свободное скольжение, подседание, пережат тела над стопой). | 5            |   |
|   | 2. Практическое занятие 34. Основы техники спусков и поворотов в движении.  | 5            |   |

|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
| <b>Тема 3. Основы обучения в лыжном спорте</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>6</b>  | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Двигательные навыки и их характерные черты.                                  | 4         |   |
|  | 2. Взаимодействие двигательных навыков, последовательность обучения школьников. |           |   |
|  | 3. Принципы обучения.   |           |   |
|  | 4. Методы обучения.   |           |   |
|  | 5. Структура процесса обучения.   |           |   |
|  | 6. Подготовка мест занятий и организация обучения.                              |           |   |
|  | 7. Травматизм, причины его возникновения и меры предупреждения.                 |           |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                    | <b>2</b>  |   |
| 1. Практическое занятие 35. Травматизм, причины его возникновения и меры предупреждения. | 2   |           |   |
| <b>Тема 4. Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах</b>                | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>32</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Строевые упражнения с лыжами и на лыжах.                                     | 10        |   |
|  | 2. Техника и методика обучения лыжным ходам.                                    |           |   |
|  | 3. Методика обучения попеременному двухшажному ходу.                            |           |   |
|  | 4. Методика обучения попеременному четырехшажному ходу.                         |           |   |
|  | 5. Техника одновременных ходов.   |           |   |
|  | 6. Методика обучения одновременному бесшажному ходу.                            |           |   |
|  | 7. Методика обучения одновременному одношажному ходу.                           |           |   |
|  | 8. Методика обучения одновременному двухшажному ходу.                           |           |   |
|  | 9. Коньковый ход.   |           |   |
|  | 10. Способы переходов с хода на ход.  |           |   |

|  |           |  |
|--|-----------|--|
| 11. Способы преодоления подъемов на лыжах.                                       |           |  |
| 12. Стойки спусков.  |           |  |
| 13. Преодоление неровностей на склоне.   |           |  |
| 14. Способы торможений. Повороты в, движении.                                    |           |  |
| <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                     | <b>26</b> |  |
| 1. Практическое занятие 36. Строевые упражнения с лыжами и на лыжах.             | 1         |  |
| 2. Практическое занятие 37. Техника и методика обучения лыжным ходам.            | 2         |  |
| 3. Практическое занятие 38. Методика обучения попеременному двухшажному ходу.    | 2         |  |
| 4. Практическое занятие 39. Методика обучения попеременному четырехшажному ходу. | 2         |  |
| 5. Практическое занятие 40. Техника одновременных ходов.                         | 2         |  |
| 6. Практическое занятие 41. Методика обучения одновременному бесшажному ходу.    | 2         |  |
| 7. Практическое занятие 42. Методика обучения одновременному одношажному ходу.   | 2         |  |
| 8. Практическое занятие 43. Методика обучения одновременному двухшажному ходу.   | 2         |  |
| 9. Практическое занятие 44. Коньковый ход.                                       | 2         |  |
| 10. Практическое занятие 45. Способы переходов с хода на ход.                    | 1         |  |
| 11. Практическое занятие 46. Способы преодоления подъемов на лыжах.              | 2         |  |
| 12. Практическое занятие 47. Стойки спусков.                                     | 2         |  |
| 13. Практическое занятие 48. Преодоление неровностей на склоне.                  | 1         |  |
| 14. Практическое занятие 49. Способы торможений.                                 | 1         |  |

|   |   |           |   |
|---|---|-----------|---|
|   | 15. Практическое занятие 50. Повороты в движении                            | 2         |   |
| <b>Тема 5. Формы работы и занятий по лыжной подготовке и лыжному спорту со школьниками</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Формы работы по лыжной подготовке со школьниками.                        | 4         |   |
|   | 2. Формы организации занятий по лыжной подготовке.                          |           |   |
|   | 3. Уроки лыжной подготовки в школе.   |           |   |
|   | 4. Внеурочные формы занятий.  |           |   |
|   | <b>В том числе, практических занятий</b>                                    | <b>6</b>  |   |
|   | 1. Практическое занятие 51. Формы организации занятий по лыжной подготовке. | 2         |   |
| 2. Практическое занятие 52. Уроки лыжной подготовки в школе.  | 4   |           |   |
| <b>Тема 6. Учебная работа по лыжной подготовке в школе</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>16</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Организация уроков по лыжной подготовке.                                 | 6         |   |
|   | 2. Лыжная подготовка в школьной программе.                                  |           |   |
|   | 3. Начальное обучение передвижению на лыжах.                                |           |   |
|   | 4. Содержание и методика проведения уроков в начальной школе.               |           |   |
|   | 5. Содержание и методика проведения уроков в 5-9 классах                    |           |   |
|   | 6. Содержание и методика проведения уроков в 10-11 классах.                 |           |   |
|   | 7. Теоретические сведения на уроках лыжной подготовки.                      |           |   |
|   | 8. Развитие физических качеств на уроках лыжной подготовки.                 |           |   |
|   | 9. Планирование учебной работы по лыжной подготовке.                        |           |   |
| 10. Дифференцированный и индивидуальный подходы к обучению и развитию физических качеств на уроках лыжной подготовки в младших классах. |   |           |   |

|  |  |           |   |
|--|--|-----------|---|
|  | Игры на лыжах.   |           |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                         | <b>10</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 53. Начальное обучение передвижению на лыжах.                | 3         |   |
|  | 2. Практическое занятие 54. Теоретические сведения на уроках лыжной подготовки.      | 3         |   |
|  | 3. Практическое занятие 55. Развитие физических качеств на уроках лыжной подготовки. | 3         |   |
|  | 4. Практическое занятие 56. Планирование учебной работы по лыжной подготовке.        | 1         |   |
|  | 5. Практическое занятие 57. Игры на лыжах.   |           |   |
| <b>Тема 7. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>11</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Классификация соревнований.   | 3         |   |
|  | 2. Планирование соревнований.  |           |   |
|  | 3. Подготовка и организация соревнований.  |           |   |
|  | 4. Подготовка мест соревнований.   |           |   |
|  | 5. Проведение соревнований по лыжным гонкам.   |           |   |
|  | 6. Организация и проведение соревнований в школе.                                    |           |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                         | <b>8</b>  |   |
|  | 1. Практическое занятие 58. Планирование соревнований.                               | 1         |   |
|  | 2. Практическое занятие 59. Подготовка и организация соревнований.                   | 2         |   |
| 3. Практическое занятие 60. Подготовка мест соревнований.              | 1  |           |   |
| 4. Практическое занятие 61. Проведение соревнований по лыжным гонкам.  | 2  |           |   |

|  |   |              |   |
|--|---|--------------|---|
|  | 5. Практическое занятие 62. Организация и проведение соревнований в школе.                            | 2            |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  |   | <b>16</b>    |   |
| <b>Виды работ</b>  |   |              |   |
| 1. Совершенствование техники классических лыжных ходов.  |   |              |   |
| 2. Совершенствование техники коньковых ходов.  |   |              |   |
| 3. Изучение средств и методов исправления ошибок в способах передвижения на лыжах.   |   |              |   |
| 4. Анализ структуры и содержания материала по лыжной подготовке в комплексной программе физического воспитания обучающихся 1-11 классов. |   |              |   |
| 5. Написание планов-конспектов уроков по лыжной подготовке в начальной, средней, старшей школе.  |   |              |   |
| 6. Составление картотеки подвижных игр на обучение и совершенствование лыжной подготовки   |   |              |   |
| 7. Изучение правил по лыжным гонкам. Составление документации соревнований   |   |              |   |
| <b>ОП 13.05. Спортивные игры с методикой преподавания</b>  |   | <b>40/92</b> |   |
| <b>Тема 1.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>4</b>     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
| <b>Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта</b>   | 1. Возникновение и развитие спортивных игр.   | 4            |   |
|  | 2. Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.   |              |   |
|  | 3. Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр.                                     |              |   |
|  | 4. Педагогическое значение подвижных игр и их классификация. Отличие подвижных игр от спортивных игр. |              |   |
| <b>Тема 2.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>16</b>    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;                     |
| <b>Основы техники спортивных игр</b>   | 1. Классификация техники игры   | 4            |   |
|  | 2. Техника нападения  |              |   |
|  | 3. Техника защиты   |              |   |

|   |  |           |                      |
|---|--|-----------|----------------------|
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                 | 12        | ПК 1.5.; ПК 2.1;     |
|   | 1. Практическое занятие 63. Освоение техники нападения                                       | 6         |                      |
|   | 2. Практическое занятие 64. Освоение техники защиты  | 6         |                      |
| <b>Тема 3.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>24</b> | ОК 01; ОК 02;        |
| <b>Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх</b> | 1. Методика обучения технике нападения   | 4         | ОК 04; ОК 06, ОК 08; |
|   | 2. Методика обучения технике защиты  |           | ПК 1.1.- ПК 1.3.;    |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                 | <b>20</b> | ПК 1.5.; ПК 2.1;     |
|   | 1. Практическое занятие 65. Освоение методики обучения технике нападения                     | 10        |                      |
|   | 2. Практическое занятие 66. Освоение методики обучения технике защиты                        | 10        |                      |
| <b>Тема 4.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>16</b> | ОК 01; ОК 02;        |
| <b>Основы тактики в спортивных играх</b>                        | 1. Классификация тактики игры  | 6         | ОК 04; ОК 06, ОК 08; |
|   | 2. Тактика нападения. Индивидуальные, групповые, командные действия                          |           | ПК 1.1.- ПК 1.3.;    |
|   | 3. Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия                             |           | ПК 1.5.; ПК 2.1;     |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                 | <b>10</b> |                      |
|   | 1. Практическое занятие 67. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения | 5         |                      |
|   | 2. Практическое занятие 68. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты    | 5         |                      |
| <b>Тема 5.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>30</b> | ОК 01; ОК 02;        |
| <b>Методика обучения тактическим приёмам в</b>                  | 1. Методика обучения тактическим действиям в нападении                                       | 10        | ОК 04; ОК 06, ОК 08; |
|   | 2. Методика обучения тактическим действиям в защите  |           | ПК 1.1.- ПК 1.3.;    |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                                 | <b>20</b> |                      |

|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
| <b>спортивных играх</b>  | 1. Практическое занятие 69. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении | 10        | ПК 1.5.; ПК 2.1;  |
|  | 2. Практическое занятие 70. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите    | 10        |   |
| <b>Тема 6. Методика развития физических качеств посредством спортивных игр в ИВС</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Особенности физической подготовки посредством спортивных игр   | 4         |   |
|  | 2. Методика развития двигательных способностей посредством спортивных игр   |           |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>6</b>  |   |
|  | 1. Практическое занятие 71. Освоение методики развития двигательных способностей посредством спортивных игр       | 6         |   |
| <b>Тема 7. Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>16</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Формы организации занятий по спортивным играм  | 4         |   |
|  | 2. Методика проведения занятий по спортивным играм  |           |   |
|  | 3. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм   |           |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>12</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 72. Освоение методики проведения занятий по спортивным играм                              | 12        |   |
| <b>Тема 8. Основы судейства по спортивным играм</b>                                  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>14</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм  | 4         |   |
|  | 2. Способы проведения соревнований по спортивным играм (система розыгрыша)  |           |   |
|  | 3. Правила игры. Основы судейства.  |           |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>10</b> |   |
| 1. Практическое занятие 73. Применение правил судейства в игре                       | 10  |           |   |

|   |  |              |   |
|---|--|--------------|---|
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | <b>23</b>    |   |
| <b>Виды работ</b>   |  |              |   |
| 1. Составление учебно-тематических планов по предмету физическая культура   |  |              |   |
| 2. Составление доклада на педагогическом совете по определенной теме (на выбор студентов).                                |  |              |   |
| 3. Создание мультимедийной презентации выступления на методическом объединении по определенной теме (на выбор студентов). |  |              |   |
| 4. Составление списка педагогической литературы для самообразования по определенной теме.                                 |  |              |   |
| 5. Составление плана, тезисов статьи.   |  |              |   |
| 6. Составление схемы классификации современных образовательных технологий.  |  |              |   |
| 7. Формулирование вопросов для одного из видов опроса.  |  |              |   |
| 8. Составление собственных карточек физических упражнений по каждому разделу школьной программы по физической культуре    |  |              |   |
| 9. Работка методологического аппарата собственного исследования.  |  |              |   |
| 10. Решение задач на первичную и вторичную обработку результатов.   |  |              |   |
| <b>ОП 13.06. Подвижные игры с методикой преподавания</b>  |  | <b>30/40</b> |   |
| <b>Тема 1.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>10</b>    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
| <b>Подвижные игры, как вид физкультурно-спортивной деятельности, значение подвижных игр.</b>                              | <b>1. Подвижные игры как средство физического воспитания.</b>  | 10           |   |
|   | <b>2. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом возрастных особенностей детей</b> |              |   |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
| <b>Тема 2. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся                 | 10        |   |
|   | 2. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся.   |           |   |
|   | <b>В том числе, практических занятий</b>   | <b>20</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 74. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся. | 20        |   |
| <b>Тема 3. Подвижные игры на переменах и игры, переходные к спортивным.</b>                     | <b>Содержание учебного материал</b>  | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Подвижные игры и игровые упражнения для детей младшего, среднего школьного возраста   | 10        |   |
|   | 2. Игры аттракционы, соревнования.   |           |   |
|   | 3. Подвижные игры на занятиях легкой атлетикой, гимнастикой, волейболом, баскетболом, лыжной подготовкой.                            |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>20</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 75. Проведение подвижных игр на переменах.   | 5         |   |
|   | 2. Практическое занятие 76. Проведение фрагментов соревнований по подвижным играм.   | 5         |   |
|   | 3. Практическое занятие 77. Подбор и проведение игр для каждого из разделов программы.   | 10        |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   | <b>10</b>  |           |   |
| <b>Виды работ</b>   |  |           |   |
| 1. Подбор игровых упражнений для детей младшего, среднего школьного возраста.                   |  |           |   |
| 2. Подбор подвижных игр на развитие разных физических качеств                                   |  |           |   |
| 3. Подвижные игры зимой на снегу  |  |           |   |

|   |  |             |  |
|---|--|-------------|--|
| 4. Составление программ, положений, сценариев физкультурно-массовых и спортивных мероприятий. |  |             |  |
| <b>ОП.13.07 Туризм с методикой преподавания</b>   |  | <b>8/25</b> |  |
| <b>Тема 1.<br/>Исторический обзор<br/>развития туризма</b>                                    | <b>Содержание учебного материала 1</b>   | -           | ОК 01; ОК 02;  |
|   | 1. Возникновение туризма, развитие туризма в России                                | -           | ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
| <b>Тема 2. Личное и<br/>групповое<br/>снаряжение</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>6</b>    | ОК 01; ОК 02;  |
|   | 1. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки.                      | 1           | ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;  |
|   | 2. Перечень личного снаряжения для различных походов, требования к нему.           |             | ПК 1.1.- ПК 1.3.;  |
|   | 3. Групповое снаряжение, требования к нему.  |             | ПК 1.5.; ПК 2.1;   |
|   | 4. Правила размещения предметов в рюкзаке, подготовка личного снаряжения к походу. |             |  |
|   | 5. Типы палаток, их назначение, недостатки.  |             |  |
|   | 6. Хозяйственный набор, ремонтный набор, специальное снаряжение.                   |             |  |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>                       | <b>5</b>    |  |
|   | 1. Практическое занятие 78. Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения.               | 2           |  |
| 2. Практическое занятие 79. Работа со снаряжением, уход за ним и ремонт                       | 3  |             |  |
| <b>Тема 3.<br/>Организация и<br/>подготовка похода и<br/>путешествия.</b>                     | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>6</b>    | ОК 01; ОК 02;  |
|   | 1. Определение цели и района похода.   | 2           | ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;  |
|   | 2. Комплектование группы, распределение обязанностей в группе.                     |             | ПК 1.1.- ПК 1.3.;  |
|   | 3. Составление плана похода, оформление документов                                 |             |  |

|  |  |          |   |
|--|--|----------|---|
|  | <b>4. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.</b>                                       |          | ПК 1.5.; ПК 2.1;  |
|  | <b>В том числе, практических занятий</b>   | <b>4</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 80. Разработка маршрутов.  | 2        |   |
|  | 2. Практическое занятие 81. Подбор личного снаряжения.   | 1        |   |
|  | 3. Практическое занятие 82. Практика составления сметы похода.   | 1        |   |
| <b>Тема 4. Питание в туристическом походе</b>                                  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>3</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Организация питания в походах выходного дня и многодневных.   | 1        |   |
|  | 2. Составление меню, списка продуктов, фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.               |          |   |
|  | 3. Приготовление пищи на костре  |          |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>2</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 83. Составление меню в соответствии с количеством походных дней и состава группы | 2        |   |
| <b>Тема 5. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных трав.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>5</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Составление медицинской аптечки и транспортировка аптечки.  | 1        |   |
|  | 2. Состав походной аптечки.  |          |   |
|  | 3. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.           |          |   |
|  | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>4</b> |   |
|  | 1. Практическое занятие 84. Формирование походной медицинской аптечки, наложение повязок, жгута, шин.    | 2        |   |
|  | 2. Практическое занятие 85. Изучение лекарственных растений.   | 2        |   |
| <b>Тема 6. Организация и</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>7</b> | ОК 01; ОК 02;   |
|  | 1. Задачи туристических слётов и соревнований.   | 1        |   |

|   |   |          |  |
|---|---|----------|--|
| проведение туристических соревнований и слётов.       | 2. Виды туристических соревнований и особенности их проведения.   |          | ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;                  |
|   | 3. Организация слётов, судейская коллегия, участники, условия проведения и выбор места проведения.  |          |  |
|   | 4. Положение о слёте и соревновании и оборудование места соревнований.  |          |  |
|   | 5. Меры безопасности при проведении соревнований, слётов.   |          |  |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>6</b> |  |
|   | 1. Практическое занятие 86. Составление положения о слёте и соревновании.   | 2        |  |
|   | 2. Практическое занятие 87. Подбор видов туристических соревнований и анализ особенностей их проведения.  | 2        |  |
|   | 3. Практическое занятие 88. Изучение основных сведений по подготовке и проведению туристических соревнований, слётов, методики проведения туристических соревнований. | 2        |  |
| Тема 7. Содержание и формы туристской работы в школе. | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>6</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06, ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | 1. Содержание, формы организации и методика проведения занятий по туризму в школе.  | 2        |  |
|   | 2. Особенности и методика развития физических качеств средствами туризма.   |          |  |
|   | 3. Техника безопасности и требования к практическим занятиям по туризму.  |          |  |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>  | <b>4</b> |  |
|   | 1. Практическое занятие 89. Составление сценария туристического вечера в школе  | 2        |  |
|   | 2. Практическое занятие 90. Планирование и анализ однодневных походов и походов выходного дня   | 2        |  |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>             | <b>6</b>  |          |  |
| <b>Виды работ</b>                                     |   |          |  |

|  |  |              |   |
|--|--|--------------|---|
| <p>1. Возникновение туризма, развитие туризма в России</p> <p>2. Отработка техники движения по тропам, по пересеченной местности.</p> <p>3. Изучение топографических знаков, масштаба, видов масштаба.</p> <p>4. Анализ и конспектирование литературы по теме «Профилактика травматизма и заболеваний в походе».</p> <p>5. Составление перечня пищевых отравлений, желудочных и простудных заболеваний.</p> <p>6. Изучение правил туристических соревнований, умение применять их на практике.</p> |  |              |   |
| <b>ОП.13.08 Новые виды физкультурно-спортивных занятий с детьми</b>  |  | <b>27/36</b> |   |
| <b>Тема 1.</b><br><b>Педагогические аспекты обучения новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>4</b>     | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Предмет и задачи физкультурно-спортивных занятий и их значение.   | 4            |   |
|  | 2. История и этапы развития новых видов физкультурно-спортивной деятельности.  |              |   |
|  | 3. Место новых видов в системе физического воспитания.   |              |   |
|  | 4. Классификация и характеристика основных видов физкультурно-спортивных занятий: ритмическая гимнастика, шейпинг, стретчинг, калланетика, оздоровительная аэробика. |              |   |
| <b>Тема 2.</b><br><b>Оздоровительная и соревновательная аэробика.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>16</b>    | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|  | 1. Аэробика как средство развития детей и подростков   | 6            |   |
|  | 2. Виды аэробики (Базовая аэробика, степ-аэробика, танцевальная аэробика, фитболаэробика и др.)  |              |   |
|  | 3. Организация и методика проведения занятий оздоровительной и соревновательной аэробики.  |              |   |
|  | 4. Организация и методика проведения занятий оздоровительной и соревновательной аэробики.  |              |   |
| <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   |  | <b>10</b>    |   |

|                    |  |           |   |
|--------------------|--|-----------|---|
|                    | 1. Практическое занятие 91. Формирование и закрепление навыков проведения и выполнения комплекса аэробики.   | 2         |   |
|                    | 2. Практическое занятие 92. Анализ примерного конспекта проведения комплекса аэробики.   | 2         |   |
|                    | 3. Практическое занятие 93. Составление конспекта проведения комплекса аэробики.   | 4         |   |
|                    | 4. Практическое занятие 94. Подбор музыкальных произведений в аудиозаписи для проведения комплекса аэробики.   | 2         |   |
| <b>Тема 3.</b>     | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>16</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
| <b>Стретчинг.</b>  | 1. Понятие «Стретчинг», методика проведения первоначального диагностического обследования подвижности суставов и эластичности различных групп мышц занимающихся.                         | 6         |   |
|                    | 2. Содержание комплекса упражнений стретчинга.   |           |   |
|                    | 3. Техника и методика обучения упражнениям стретчинга , правила их выполнения.   |           |   |
|                    | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>10</b> |   |
|                    | 1. Практическое занятие 95. Формирование и закрепление навыков проведения диагностического обследования подвижности суставов, гибкости и эластичности различных групп мышц тестируемого. | 4         |   |
|                    | 2. Практическое занятие 96. Анализ примерных комплексов упражнений стретчинга, направленных на развитие подвижности суставов и эластичности различных групп мышц.                        | 2         |   |
|                    | 3. Практическое занятие 97. Составление конспекта проведения комплекса упражнений стретчинга для детей разного возраста  | 4         |   |
| <b>Тема 4.</b>     | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>10</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;  |
| <b>Калланетик.</b> | 1. Понятие «Калланетик», содержание комплекса упражнений калланетик.   | 4         |   |
|                    | 2. Техника и методика выполнения упражнений комплекса калланетика.   |           |   |

|   |  |           |   |
|---|--|-----------|---|
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>6</b>  | ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1;   |
|   | 1. Практическое занятие 98. Формирование и закрепление навыков проведения и выполнения комплекса упражнений «Калланетик».  | 2         |   |
|   | 2. Практическое занятие 99. Анализ примерного конспекта проведения комплекса калланетика.  | 2         |   |
|   | 3. Практическое занятие 100. Составление конспекта проведения комплекса калланетика для детей разного возраста   | 2         |   |
| <b>Тема 5. Шейпинг.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>17</b> | ОК 01; ОК 02;<br>ОК 04; ОК 06,<br>ОК 08;<br>ПК 1.1.- ПК 1.3.;<br>ПК 1.5.; ПК 2.1; |
|   | <b>1.</b> Понятие «Шейпинг» и его возникновение.   | <b>7</b>  |   |
|   | <b>2.</b> Содержание комплекса упражнений шейпинга, направленных на коррекцию и укрепление мышц верхней части туловища.  |           |   |
|   | <b>3.</b> Содержание комплекса упражнений шейпинга, направленных на коррекцию и укрепление групп мышц нижней части туловища.   |           |   |
|   | <b>4.</b> Техника и методика выполнения комплекса упражнений шейпинга.   |           |   |
|   | <b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>   | <b>10</b> |   |
|   | 1. Практическое занятие 101. Формирование и закрепление навыков проведения и выполнения комплекса шейпинга, направленных на коррекцию и укрепление мышц верхней части туловища.          | 5         |   |
|   | 2. Практическое занятие 102. Формирование и закрепление навыков проведения и выполнения упражнений комплекса шейпинга, направленных на коррекцию и укрепление мышц нижней части туловища | 5         |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | <b>11</b> |   |
| <b>Виды работ</b>   |  |           |   |
| 1. Изучение рекомендуемых упражнений ритмической гимнастики для детей разного возраста. |  |           |   |
| 2. Самостоятельное изучение упражнений комплексов аэробики для детей разного возраста.  |  |           |   |

|   |            |  |
|---|------------|--|
| 3. Самостоятельное изучение комплекса упражнений стретчинга, направленных на развитие подвижности суставов и эластичности различных групп мышц. |            |  |
| 4. Самостоятельное изучение комплекса упражнений «Калланетик».  |            |  |
| 5. Самостоятельное изучение комплекса упражнений шейпинга.  |            |  |
| <b>Промежуточная аттестация в форме экзамена</b>  | <b>18</b>  |  |
| <b>Всего</b>  | <b>852</b> |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Теории и методики организации физкультурно-спортивной работы», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 основной образовательной программы по данной специальности.

Спортивный комплекс, оснащенный в соответствии с п.6.1.2.2 основной образовательной программы по специальности;

Лаборатория «Физическое развитие детей», оснащенная необходимым для реализации программы учебной дисциплины оборудованием, приведенным в п. 6.1.2.3 основной образовательной программы по данной специальности.

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

##### 3.2.1. Основные печатные издания

1. 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, 2022. — 300 с.
2. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.
3. Баршай, В., Гимнастика : учебник / В. Баршай, М.В. Белавкина, С.Н. Кривсун, В.Н. Курьсь. — Москва : КноРус, 2019. — 312 с.
4. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с.
5. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 720 с.
6. 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, 2022. — 344 с.
7. 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, 2021. — 103 с.
8. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с.

##### 3.2.2. Основные электронные издания

1. 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, 2022. — 300 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13356-1. — Текст : электронный
2. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15283-8. — Текст : электронный.
3. Баршай В. Гимнастика : учебник / Баршай В., М., Курьсь В., Н., Павлов И. Б. — Москва : КноРус, 2022. — 312 с. — ISBN 978-5-406-09711-3. — URL: <https://book.ru/book/943651>
4. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутыин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL:<https://book.ru/book/940095> (дата обращения: 28.02.2022). — Текст : электронный.
5. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст : электронный
6. 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, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный
7. 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, 2021. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476145>
8. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный.

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

| <b>Результаты обучения</b>   | <b>Критерии оценки</b>   | <b>Методы оценки</b> |
|--|--|----------------------|
| <i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>   |  |                      |
| терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности<br><br>технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности | точное использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями | тестирование         |
| технику безопасности на занятиях по базовым и новым  | точное описание техники профессионально значимых   | тестирование         |

|   |  |  |
|---|--|--|
| видам физкультурно-спортивной деятельности  | двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности   |  |
| методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности | перечисление точных требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; точное описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности | тестирование   |
| методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности                                   | точное описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности  | тестирование   |
| основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности      | точное описание особенностей организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности   | тестирование   |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>  |  |  |
| выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности      | выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике   | Практическая работа 1<br>Практическая работа 2<br>Практическая работа 3<br>Практическая работа 4<br>Практическая работа 5<br>Практическая работа 6<br>Практическая работа 20<br>Практическая работа 21<br>Практическая работа 22<br>Практическая работа 23 |

|   |  |   |
|---|--|---|
|   |  | <p>Практическая работа 24</p> <p>Практическая работа 26</p> <p>Практическая работа 28</p> <p>Практическая работа 29</p> <p>Практическая работа 30</p> <p>Практическая работа 63</p> <p>Практическая работа 64</p> <p>Практическая работа 71</p> <p>Практическая работа 72</p>   |
| использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности          | соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности | <p>Практическая работа 7</p> <p>Практическая работа 25</p> <p>Практическая работа 27</p> <p>Практическая работа 36-50</p> <p>Практическая работа 65</p> <p>Практическая работа 66</p> <p>Практическая работа 67</p> <p>Практическая работа 68</p> <p>Практическая работа 78</p> <p>Практическая работа 79</p> <p>Практическая работа 98</p> <p>Практическая работа 99</p> |
| проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности | соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности                          | <p>Практическая работа 8</p> <p>Практическая работа 16</p> <p>Практическая работа 18</p> <p>Практическая работа 19</p> <p>Практическая работа 33</p> <p>Практическая работа 34</p> <p>Практическая работа 91</p> <p>Практическая работа 92</p> <p>Практическая работа 93</p> <p>Практическая работа 94</p>  |

|   |  |   |
|---|--|---|
|   |  | <p>Практическая работа 95</p> <p>Практическая работа 96</p> <p>Практическая работа 97</p> <p>Практическая работа 100</p>  |
| <p>применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</p>  | <p>своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p> | <p>Практическая работа 15</p> <p>Практическая работа 31</p> <p>Практическая работа 35</p> <p>Практическая работа 69</p> <p>Практическая работа 70</p> <p>Практическая работа 84</p> <p>Практическая работа 85</p>   |
| <p>использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации</p> | <p>применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p>  | <p>Практическая работа 14</p> <p>Практическая работа 51</p> <p>Практическая работа 52</p> <p>Практическая работа 80</p> <p>Практическая работа 81</p> <p>Практическая работа 82</p> <p>Практическая работа 83</p> <p>Практическая работа 86</p> <p>Практическая работа 87</p> <p>Практическая работа 88</p> |
| <p>подбирать эффективные, разнообразные упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в</p>                    | <p>подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в</p>  | <p>Практическая работа 10</p> <p>Практическая работа 11</p> <p>Практическая работа 14</p> <p>Практическая работа 53</p>   |

|  |   |   |
|--|---|---|
| соответствии с задачами занятия  | соответствии с задачами занятия в соответствии с требованиями   | Практическая работа 54<br>Практическая работа 55<br>Практическая работа 56<br>Практическая работа 57<br>Практическая работа 76<br>Практическая работа 77<br>Практическая работа 101<br>Практическая работа 102                        |
| соблюдать методическую последовательность при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности   | соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями   | Практическая работа 12<br>Практическая работа 13<br>Практическая работа 74<br>Практическая работа 75<br>Практическая работа 89<br>Практическая работа 90  |
| выявлять и своевременно исправлять ошибки при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности | выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями | Практическая работа 9<br>Практическая работа 17<br>Практическая работа 32<br>Практическая работа 58<br>Практическая работа 59<br>Практическая работа 60<br>Практическая работа 61<br>Практическая работа 62<br>Практическая работа 73 |
| Промежуточная аттестация в форме экзамена  |   |   |