

# МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Архангельской области  
«Архангельский педагогический колледж»  
(ГБПОУ АО «Архангельский педколледж»)

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО  
на заседании ПЦК учебных  
дисциплин и профессиональных  
модулей естественнонаучного  
цикла  
Протокол № 9  
от «17» мая 2021 г.  
Заведующий ПЦК: М.Н. Жданова

РЕКОМЕНДОВАНО  
к утверждению экспертным  
советом Архангельского  
педколледжа  
Протокол № 6  
от «24» мая 2021 г.  
Председатель экспертного  
совета: *Н.Ю. Ульянова*

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Архангельского  
педколледжа  
\_\_\_\_\_ Л.А.  
Перова  
«15» июня 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.05 Физическая культура**

Архангельск 2021

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

Организация-разработчик: ГБПОУ АО «Архангельский педколледж»

Разработчики: Кокшаров Ю.А., преподаватель

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>13</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Физическая культура

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.011 Физическая культура

Учебный предмет «Физическая культура» является частью физического воспитания в целом, который направлен на решение приоритетных задач государства по повышению общего уровня здоровья нации, формированию ценностей здорового образа жизни, сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования от 06 октября 2009 г. № 373 (в ред. Приказа Минобрнауки Российской Федерации от 31.12.2015 г. №1576);

Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования от 17 декабря 2010 г. № 1897 (в ред. Приказа Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577);

Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования от 6 октября 2009 г. № 413 (в ред. Приказа Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1578);

Программа выполняет две основные функции:

информационно-методическую, которая позволяет всем участникам образовательной деятельности получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета;

организационно-планирующую, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации учащихся.

Программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по содержательным компонентам и модулям.

Содержание Программы строится по модульной системе обучения, с учетом региональных особенностей, условий образовательных организаций, а также с учетом вовлечения обучающихся с нарушением состояния здоровья.

**Основная цель:** изучения учебного предмета «Физическая культура» –

развитие физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование национально – культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой.

**Основные задачи:**

- сохранение и укрепление здоровья, в том числе закаливание организма; оптимальное развитие физических качеств и двигательных способностей; повышение функциональных возможностей организма, формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, умений саморегуляции средствами физической культуры;

- формирование жизненно важных, в том числе спортивных двигательных навыков и умений, культуры движений; приобретение базовых знаний научно-практического характера по физической культуре;

- содействие развитию психомоторных функций; формирование морально – волевых качеств, духовно-нравственной культуры на основе национальных ценностей, а также на диалоге культур;

- обеспечение интеллектуального, морального, социокультурного, эстетического и физического развития личности обучающегося;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура».

Программа учебного предмета «Физическая культура» представлена следующими содержательными компонентами:

- знания о физической культуре (информационный компонент деятельности);
- способы физкультурной деятельности (операциональный компонент деятельности);
- физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности), которое подразделяется на физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность.

### **1.3. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Общий гуманитарный и социально-экономический цикл

### **1.4. Рекомендуемое количество часов/зачетных единиц на освоение программы учебной дисциплины:**

Учебная нагрузка по дисциплине «Физическая культура» в связи со спецификой специальности учитывается в объёме времени, отводимом на освоение ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Физическая культура

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	0
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	0
в том числе:	
практические занятия	0
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	0
Промежуточная аттестация учитывается при освоении ОП.08 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания.	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Учитывается в объёме часов ОП.08	Уровень освоения
1	2			4
<b>Раздел 1. Спортивные игры</b>				
<b>Тема 1.1</b> Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Характеристика спортивных игр, их специфические признаки. Спортивные игры как средство физического воспитания. Терминология спортивных игр.		1
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Подготовка тезауруса по теме.		
<b>Тема 1.2</b> Соревновательная деятельность в спортивных играх и система соревнований	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	Структура соревновательной деятельности в спортивных играх. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх. Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм. Способы проведения соревнований (система розыгрыша). Подбор, использование и хранение оборудования и инвентаря.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение основ управления соревновательной деятельностью игроков и команды.		
<b>Тема 1.3</b> Основы обучения двигательным действиям и методика развития физических качеств на занятиях по спортивным играм	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	Основы теории обучения навыкам игры в спортивных играх. Основы обучения планированию, проведению и анализу занятий. Факторы, обуславливающие успешность обучения технико-тактическим действиям. Структура обучения навыкам игры и развития физических качеств.		
	2	Содержание, формы организации и методика проведения занятий по спортивным играм. Методика обучения двигательным действиям в спортивных играх. Особенности и методика развития физических качеств в спортивных играх.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение специальной литературы по технике и тактике игровой деятельности.		
<b>Тема 1.4</b> Интеграция результатов обучения в целостную игровую соревновательную деятельность	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Реализация в тренировке целостного характера соревновательной деятельности. Взаимосвязь физической с технической и тактической подготовкой.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Участие в игровой и соревновательной подготовке.		
<b>Тема 1.5</b> Подготовка обучающихся игровым видам спорта как система	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	Системный характер подготовки обучающихся в спортивных играх. Спортивная подготовка как многолетний непрерывный процесс.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Анализ системы подготовки обучающихся игровым видам спорта. Приёмы страховки и самостраховки.		
<b>Раздел 2. Волейбол с методикой тренировки</b>				
<b>Тема 2.1</b> Волейбол как вид спорта и	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	Краткие сведения о развитии волейбола в России и за рубежом. Содержание игры и её характеристика,		

средство физического воспитания		как средства физического воспитания.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение истории волейбола и его материально-технического обеспечения.		
<b>Тема 2.2</b> Техника и тактика игры. Классификация игры	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Взаимосвязь техники и тактики. Классификация и анализ тактики игры: тактика нападения, тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение правил игры, жестикуляции и судейства.		
<b>Тема 2.3</b> Обучение технике игры	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Обучение технике игры и её совершенствование. Общая и специальная физическая подготовка. Подготовительные и подводящие упражнения и их роль в освоении игры. Последовательность и взаимосвязь в обучении игровым приёмам. Игры и игровые упражнения, способствующие овладению техникой волейбола.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Посещение учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ по волейболу. Наблюдение на уроках физкультуры. Просмотр соревнований.		
<b>Тема 2.4</b> Урок - основная форма организации занятий в школе по волейболу	<b>Содержание учебного материала</b>			3
	1	Методика проведения. Планирование работы в школьной секции по волейболу. Комплектование команды и ведение игры. Меры предупреждения травматизма.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение программы по физическому воспитанию. Содержание раздела «Волейбол» в школьной программе физического воспитания.		
<b>Тема 2.5</b> Обучение технике игры	<b>Практические занятия</b>			
	1-17	<b>Техника нападения.</b> Стойки и перемещения волейболистов. Передача двумя руками сверху на месте, в движении, стоя спиной и лицом в направлении передачи.		
		<b>Техника защиты.</b> Стойка и перемещения. Приём мяча снизу двумя руками. Приём подачи и нападающего удара.		
		<b>Подача мяча.</b> Нижняя прямая, верхняя прямая.		
		<b>Нападающие удары.</b> Прямой с ходу, с переводом.		
		<b>Блокирование.</b> Одиночное и групповое.		
<b>Самостоятельная работа студентов</b>				
	1	Наблюдение на уроках физкультуры и тренировочных занятиях и обобщение полученных данных, просмотр видеоматериалов. Анализ литературных источников.		
<b>Тема 2.6</b> Обучение тактике игры	<b>Практические занятия:</b>			
	18-38	<b>Техника нападения.</b> Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии, задней линии.		
		<b>Техника защиты.</b> Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии и задней линии при приеме подачи нападающих ударов при блокировании и страховке. Система игры в защите углом вперед и углом назад.		
		<b>Командные действия.</b> Система игры в нападении игроков передней и задней линий.		
<b>Самостоятельная работа студентов</b>				
	1	Просмотр и анализ телепередач, видеозаписей и соревнований по волейболу. Подготовка демонстрационного материала в форме мультимедийных презентаций. Разбор правил игры.		
<b>Раздел 3.</b> <b>Баскетбол с методикой тренировки</b>				
<b>Тема 3.1</b> Баскетбол как вид спорта и	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	История, современное состояние и перспективы развития баскетбола. Характеристика и правила игры.		

средство физического воспитания	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение истории баскетбола и его материально-технического обеспечения.		
<b>Тема 3.2</b> Техника игры	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Классификация техники игры. Техника нападения и защиты. Техника владения мячом. Финты и сочетания приёмов игры.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Просмотр уроков и учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ и соревнований по баскетболу.		
<b>Тема 3.3</b> Тактика игры	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Классификация тактики. Тактические варианты игры. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в нападении и защите.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение этапов обучения тактике игры.		
<b>Тема 3.4</b> Обучение навыкам игры в баскетбол	<b>Содержание учебного материала</b>			3
	1	Общая характеристика методики обучения в баскетболе. Изучение приёма. Дидактические принципы обучения.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение основ обучения навыкам игры в баскетбол.		
<b>Тема 3.5</b> Особенности проведения урока по баскетболу в школе	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Построение занятий по баскетболу в школе, ДЮСШ. Проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Анализ раздела «Баскетбол» в школьной программе. Планирование занятий по баскетболу на уроке и спортивной секции.		
<b>Тема 3.6</b> Обучение технике игры	<b>Практические занятия:</b>			
	39-64	<b>Техника нападения.</b> Стойки и передвижения. Остановка прыжком и двумя ногами. Повороты на месте. Ловля двумя руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола на месте и в движении. Передача мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола. Передача мяча одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Броски мяча: с места, двумя руками от груди, двумя руками сверху, одной рукой от плеча, сверху. Штрафной бросок, бросок в прыжке, крюком. Двухшажная техника. Ведение мяча с высоким и низким отскоком, с изменением направления движения, с обводкой препятствий. <b>Техника защиты.</b> Стойка и передвижение защитника. Вырывание, выбивание, перехват мяча.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Отработка основных элементов техники игры в баскетбол. Просмотр соревнований и учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ. Мастер-класс.		
<b>Тема 3.7</b> Обучение тактике игры	<b>Практические занятия:</b>			
	65-81	<b>Тактика нападения.</b> Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие двух игроков и более. Командные действия. Личная система защиты. Зонная система защиты. Постановка, заслоны, отрыв.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Написание фрагмента урока физической культуры по обучению элементам игры в баскетбол. Анализ урока.		
<b>Раздел 4.</b> <b>Футбол с методикой тренировки</b>				
<b>Тема 4.1</b> Футбол как учебный предмет и вид спорта	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	История и основные этапы развития футбола. Содержание раздела «Футбол» в школьной программе физического воспитания.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение раздела программы «Футбол». Правила соревнований. Структура управления футболом в		

		России.		
<b>Тема 4.2</b> Характеристика игровой деятельности футболистов	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	Физиологические особенности деятельности футболистов. Психологические особенности деятельности футболистов. Характеристика соревновательной деятельностью футболистов.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение физиологических особенностей деятельности футболистов. Характеристика соревновательной деятельности футболистов.		
<b>Тема 4.3</b> Техническая подготовка футболистов	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Общие понятия. Классификация техники. Техника передвижения. Удары по мячу. Остановка мяча. Обманные действия. Отбор мяча. Ввод мяча в игру.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение дополнительной литературы. Просмотр футбольных матчей.		
<b>Тема 4.4</b> Организация и методика обучения футболу в школе	<b>Содержание учебного материала</b>			3
	1	Урочные и внеурочные формы занятий футболом в школе. Тактические схемы игры.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Написание фрагментов конспекта урока по футболу. Самостоятельное проведение частей урока. Анализ. Подготовка докладов, рефератов. Мастер-класс.		
<b>Тема 4.5</b> Обучение тактике игры	<b>Практические занятия:</b>			
	82-90	<b>Техника нападения.</b> Перемещения, техника владения мячом, удары по мячу ногой, головой, остановка мяча. Ведение мяча. Вбрасывание мяча. Отбор мяча. Приёмы игры вратаря.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Подобрать средства и методы обучения и тренировки. Подготовка конспекта урока. Оформление необходимой для проведения уроков документации с использованием компьютерных технологий.		
<b>Тема 4.6</b> Обучение тактике игры	<b>Практические занятия:</b>			
	91-97	<b>Тактика нападения.</b> Индивидуальные действия игрока без мяча и с мячом. Групповые действия. Командные действия. Учебные игры 1-4-2-4; 1-4-4-2; 1-4-3-3 <b>Тактика защиты.</b> Индивидуальные действия. Опека игрока, владеющего мячом. Групповые и командные действия.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Изучение особенностей организации соревнований с использованием литературных источников, видеозаписей и телетрансляций соревнований, проводимых по правилам Международной Федерации.		
<b>Раздел 5.</b> <b>Гандбол с методикой тренировки</b>				
<b>Тема 5.1</b> История, современное представление и перспективы развития гандбола	<b>Содержание учебного материала</b>			1
	1	Современное представление об игре. Классификация и анализ техники игровых приемов в нападении и защите. Требования к специалисту по гандболу. Основные понятия.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Составить характеристику гандбола как учебного предмета и вида спорта. Изучение правил игры.		
<b>Тема 5.2</b> Обучение навыкам игры в гандбол	<b>Содержание учебного материала</b>			2
	1	Построение занятий по гандболу в школе и ДЮСШ. Техника безопасности. Основные понятия.		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>			
	1	Выполнение заданий по развитию физических качеств и разработке комплексов упражнений, направленных на их развитие. Разбор правил игры и технических элементов игры.		
<b>Тема 5.3</b> Обучение технике игры	<b>Практические занятия:</b>			
	98-103	<b>Техника нападения.</b> Основные стойки и перемещения. Ловля мяча двумя руками и одной. Передачи мяча одной рукой: кистевые, согнутой и прямой рукой. Передача мяча двумя руками. Броски мяча по воротам согнутой и прямой рукой сбоку и сверху из опорного положения, в прыжке, в падении, с поворотом. Ведение мяча.		

		<b>Техника защиты.</b> Перехваты мяча при передачах, отбор и выбивание при ведении. Блокирование броска. Приёмы игры вратаря. Отбивание и ловля мяча, вбрасывание мяча в игру. Выход на перехват при быстром прорыве.		
		<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1	Изучение содержания учебных программ в различных образовательных учреждениях. Подготовка и проведение частей урока и урока в целом.		
<b>Тема 5.4</b> Обучение тактике игры		<b>Содержание учебного материала</b>		2
	1	<b>Тактика нападения.</b> Индивидуальные действия. Действия игрока без мяча. Действия игрока с мячом. Групповые действия. Взаимодействие игроков. Заслоны на месте и в движении. Командные действия. Система игры. Позиционное нападение и быстрый прорыв.		
	2	<b>Тактика защиты.</b> Индивидуальные действия. Опекание игрока без мяча и с мячом. Действия защитника против двух нападающих. Групповые действия. Взаимодействие двух и трех защитников; подстраховка, переключение, проскальзывание и групповое блокирование, Командные действия. Личная защита и её варианты. Зонная защита и её варианты.		
		<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1	Просмотр видеоматериалов, телепередач, соревнований по гандболу. Анализ игры и практика судейства.		
<b>Раздел 6.</b> <b>Основы игры в хоккей с шайбой</b>				
<b>Тема 6.1</b> Характеристика хоккея как вида спорта и средства физического воспитания		<b>Содержание учебного материала</b>		1
	1	Исторические сведения. Классификация приемов игры в хоккей. Основные правила судейства.		
		<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1	Изучение взаимосвязи техники и тактики. Классификация и анализ тактики игры.		
<b>Тема 6.2</b> Обучение игре в хоккей		<b>Содержание учебного материала</b>		1
	1	Обучение индивидуальным, групповым и командным действиям. Методика судейства. Графическая запись.		
		<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1	Анализ литературных источников. Подготовка докладов на заданные темы. Просмотр телетрансляций игры.		
<b>Раздел 7.</b> <b>Основы игры в теннис</b>				
<b>Тема 7.1</b> Теннис как вид спорта		<b>Содержание учебного материала</b>		1
	1	Экипировка теннисиста. Мяч в игре. Материально-техническое обеспечение. Характеристика игры.		
		<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1	Наблюдение учебно-тренировочных занятиях в ДЮСШ. Обобщение полученных данных.		

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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Теории и истории физической культуры. Методики физического воспитания», «Универсальный спортивный зал» с комплектом специального оборудования.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- спортивный инвентарь (мячи, свистки, сетки, стойки, ракетки, ворота, баскетбольные кольца)
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты и др.)

Технические средства обучения: ноутбук, мультимедийный проектор, телевизор, видеомэгафитон, компакт диски, видеокассеты и другие носители информации.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Основные источники:**

1. Железняк Ю.Д., Савин В.П., Портнов Ю.М. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для высш.уч.заведений. – М.: Академия, 2007. – 520 с.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11-х классов.

**Дополнительные источники:**

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения. – М.: Академия, 2006. – 358 с.
2. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 360 с.
3. Спортивные игры и методика преподавания/под ред. Ю.Д.Портных. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 189 с.

**Профессиональные журналы:**

«Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», «Теория и практика физической культуры», «Физкультура и спорт», «Физкультура в школе».

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
У1 определять и формулировать цель и задачи в зависимости от вида деятельности, возрастных особенностей и заданных условий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разработка цели и задач в зависимости от вида деятельности, возрастных особенностей и заданных условий</li> <li>• определение и формулировка цели и задач в зависимости от вида деятельности, возрастных особенностей и заданных условий</li> </ul>
У2 осуществлять отбор содержания в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разработка содержания деятельности в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей</li> <li>• учет содержания деятельности в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей</li> </ul>
У3. планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• планирование отдельных частей и занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в целом с учетом требований программы по физической культуре СОШ (ФГОС НОО);</li> <li>• планирование программы учета работы занятий по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности по одному классу, используя разные формы в соответствии с программой по физической культуре СОШ (ФГОС НОО);</li> <li>• проведение отдельных частей и занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в целом в соответствии с планом-конспектом;</li> <li>• проведение отдельных частей и занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в целом с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ;</li> <li>• анализ организации физкультурно-оздоровительной работы школы по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с возвратными особенностями обучающихся СОШ;</li> <li>• анализ материально-технической базы кабинета физической культуры по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС НОО.</li> </ul>
У4. выполнять профессионально значимые двигательные действия выполнять основные	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся;</li> <li>• выполнение строевых упражнений по изученным видам</li> </ul>

<p>двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с целями и задачами занятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение специальных и подводящих упражнений по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с техникой выполнения двигательных действий;</li> <li>• выполнение основных двигательных действий по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с техникой выполнения двигательных действий;</li> <li>• выполнение зачетных комбинаций основных двигательных действий по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с техникой выполнения двигательных действий.</li> </ul>
<p><b>У5.</b> Использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• произношение команд и распоряжений при проведении базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями терминологии;</li> <li>• использование терминологии ОРУ, основных двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований курсов;</li> <li>• использование терминологии при составлении конспекта отдельной части и занятия в целом базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с методикой обучения отдельных курсов учебной дисциплины.</li> </ul>
<p><b>У6</b> обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; осуществлять дозировку физической нагрузки при организации и проведении различных видов деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использование знаний, умений и навыков для обучения двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• использование форм, методов и средств для обучения двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• применение знаний по дозированию нагрузки при организации и проведении различных видов деятельности</li> <li>• дозирование нагрузки в зависимости от анатомо-физиологических и возрастных особенностей организма занимающегося.</li> <li>• деление двигательных действий изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности по этапам обучения в соответствии с программой обучения в общеобразовательной школе;</li> <li>• осуществление качественного показа двигательных действий изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями техники двигательных действий;</li> <li>• выявление ошибок при выполнении базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности обучающимися общеобразовательной школы и самими студентами на занятии в соответствии с требованиями техники двигательных действий;</li> <li>• подбор подготовительных, специальных, подводящих упражнений базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с методикой обучения.</li> </ul>
<p><b>У7</b> осуществлять качественный показ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• демонстрация приемов и средств показа техники двигательных действий</li> </ul>

техники двигательных действий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использование разных способов показа техники двигательных действий</li> </ul>
У8 осуществлять контроль за техникой выполнения двигательного действия и исправлять ошибки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использование разных способов контроля и исправления ошибок при выполнении двигательного действия</li> <li>• использование разных методов и форм контроля и исправления ошибок при выполнении двигательного действия</li> <li>• самостоятельное обучение для контроля и исправления ошибок при выполнении двигательного действия</li> <li>• обучение занимающихся для самостоятельного контроля и исправления ошибок при выполнении двигательного действия</li> </ul>
У9 осуществлять отбор и применять различные методы, приемы, методики и формы организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей; предлагать подходящие варианты упражнений с учетом особенностей или потребностей занимающегося	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разработка различных методов, приемов, методик и форм организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей</li> <li>• разработка подходящих вариантов упражнений с учетом особенностей или потребностей занимающегося</li> <li>• умение правильно использовать различные методы, приемы, методики и формы организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей</li> <li>• умение грамотно и профессионально предлагать подходящие варианты упражнений с учетом особенностей или потребностей занимающегося</li> </ul>
У10. применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• применение приемов страховки и само страховки на снарядах, акробатических упражнениях, опорных прыжках, упражнений в равновесии, висах и упорах в соответствии с правилами техники безопасности на занятиях;</li> <li>• применение приемов страховки и само страховки при спусках и подъемах на лыжной трассе в соответствии с правилами техники безопасности;</li> <li>• применение приемов страховки и само страховки в процессе занятий спортивными играми в соответствии с правилами техники безопасности;</li> <li>• применение приемов страховки и само страховки в бассейне и на открытой воде в соответствии с правилами техники безопасности на занятиях;</li> <li>• применение приемов страховки и само страховки во время занятий легкой атлетикой в соответствии с правилами техники безопасности.</li> </ul>
У11. подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• подбор оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с техникой безопасности и возрастных особенностей обучающихся;</li> <li>• подбор оборудования и инвентаря для различных видов физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательной школе в соответствии с техникой безопасности и возрастных особенностей обучающихся;</li> <li>• проявление бережного отношения к оборудованию и инвентарю для занятий различными видами физкультурно-</li> </ul>

	<p>спортивной деятельности в соответствии с ФГОС СПО (НОО);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение мелкого ремонта оборудования и инвентаря в присутствии преподавателя.</li> </ul>
<p><b>У12.</b> Использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• расстановка и сбор оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</li> <li>• перенос оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с целями и задачами занятия;</li> <li>• применение нестандартного оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и видом образовательного учреждения.</li> </ul>
<p><b>У 13</b> учитывать анатомо-физиологические особенности различных возрастных групп населения при организации и проведении различных видов деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знания о строении тела человека</li> <li>• знания анатомо-физиологических особенностей строения тела человека</li> <li>• умения правильно и профессионально подобрать упражнения и инвентарь в зависимости от возраста и анатомо-физиологических особенностей различных возрастных групп.</li> <li>• умения правильно и профессионально подобрать формы, методы и средства в зависимости от возраста и анатомо-физиологических особенностей различных возрастных групп.</li> </ul>
<p><b>31.</b> историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• значение, задачи базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• классификация, виды базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• этапы возникновения, содержание базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul>
<p><b>32</b> требования к формулировке цели и задач</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• требования, предъявляемые Гос. стандартами к формулировке цели и задач на занятиях спортивными играми</li> <li>• структуру содержание занятия, ориентируясь на цели и задачи.</li> </ul>
<p><b>34.</b> терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеристика терминологии базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• требования к терминологии базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• классификация терминологии базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• правила применения терминологии базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul>
<p><b>35.</b> технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• закономерности техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• основные понятия и законы динамики техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul>
<p><b>36.</b> содержание, формы организации и</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• цели и задачи занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</li> </ul>

<p>методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• содержание частей занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</li> <li>• формы организации с различным контингентом занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</li> <li>• особенности занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья;</li> <li>• формы регулирования физической нагрузкой на занятиях по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</li> <li>• средства и методы обучения основным двигательным действиям на занятиях по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</li> </ul>
<p><b>37.</b>методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• понятия – умения, навыки двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• этапы обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• принципы обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• методы и приемы обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul>
<p><b>38</b> особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Этапы развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• структуру развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• методы развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности</li> </ul>
<p><b>39.</b>основы судейства по изученным базовым видам спорта;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• значение соревнований по изученным базовым видам спорта;</li> <li>• этапы подготовки соревнований по изученным базовым видам спорта;</li> <li>• документация соревнований по изученным базовым видам спорта;</li> <li>• правила соревнований по изученным базовым видам спорта;</li> </ul>
<p><b>310.</b> разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• требования к спортивно-оздоровительным сооружениям, оборудованию и инвентарю для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</li> <li>• виды спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</li> <li>• применение нестандартного оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</li> </ul>
<p><b>311.</b> Технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• требования к хранению физкультурно-спортивного оборудования и инвентаря;</li> <li>• правила переноски физкультурно-спортивного оборудования и инвентаря.</li> </ul>

сооружениям, оборудованию и инвентарю	
<b>312</b> анатомо- физиологические особенности различных возрастных групп населения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• особенности строения организма разных возрастных групп</li> <li>• физиологические и морфологические изменения организма разных возрастных групп</li> <li>• анатомию человека</li> </ul>