РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
«АМУРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГПОАУ АО АПК)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ 01.Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

Специальность: 49.02.01 Физическая культура

Уровень образования: углубленная подготовка

Благовещенск
2020

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕАВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
«АМУРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе
_____Т.Ю. Солопчук
«_31_» _августа_____2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ 01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

Специальность: 49.02.01 Физическая культура

Уровень образования: углубленная подготовка

Благовещенск
2020

Рабочая программа профессионального модуля **ПМ 01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта** разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности **49.02.01 «Физическая культура»** среднего профессионального образования утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 августа 2014 г. № 976

Организация-разработчик: ГПОАУ АО АПК

Разработчики:
Л.Е. Алабина, преподаватель, высшая квалификационная категория
И.Г. Громоглазова, преподаватель, высшая квалификационная категория
О.П. Чердакова, преподаватель высшая квалификационная категория

Рекомендована предметно-цикловой комиссией «Физическое воспитание»:
Протокол № 1 от «26» августа 2020 г.
Председатель _____ /Л.Е. Алабина/

Рассмотрена на научно-методическом совете ГПОАУАО АПК:
Протокол № 1 от «31» августа 2020 г.

Председатель: _____ /С.А. Москвитина/

Эксперты от работодателя:

СОГЛАСОВАНО
_____
_____
_____/_____
«__» _____ 202__ г.
М.п.

СОГЛАСОВАНО
_____
_____
«01» 09 2020 г.
М.п.

СОДЕРЖАНИЕ

		стр.
1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	6
2.	РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	8
3.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	10
4.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	25
5.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)	28

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯПМ 01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятийи руководство соревновательной деятельностью спортсменовв избранном виде спорта

1.1. Область применения примерной рабочей программы

Рабочая программа профессионального модуля (далее – рабочая программа) – является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура,
в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): *Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта*
и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно- тренировочные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.6	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использованав дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке педагогов по физической культуре и спорту при наличии среднего общего образования. Опыт работыне требуется.

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

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

иметь практический опыт:

- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий;
- применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и

коррекции;

- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- собственного спортивного совершенствования;
- ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

уметь:

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;
- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знать:

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
- основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;
- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
- способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;

- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;

- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной рабочей программы профессионального модуля:

Всего – 1138часов, в том числе

Максимальной учебной нагрузки обучающегося –886 часов, включая:

Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 559 часов

Самостоятельной работы обучающегося – 327 часа

Учебной и производственной практики – 252 часа

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности (ВПД) организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1	Определять цели и задачи физкультурно-спортивных занятий с учетом возрастных, морфо-функциональных и индивидуально - психологических особенностей занимающихся, уровня их физической подготовленности и состояния здоровья.
ПК 1.2	Планировать учебный и тренировочный процессы.
ПК 1.3	Подбирать средства и методы обучения и тренировки
ПК 1.4	Совершенствовать технику двигательных действий, определять величину нагрузки, осуществлять текущий и этапный контроль за состоянием здоровья занимающихся.
ПК 1.5	Формировать у занимающихся здоровый образ жизни, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом.
ПК 1.6	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 6	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями

ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно- тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности
ОК 10	Обеспечивать безопасные условия труда в профессиональной деятельности.
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Тематический план профессионального модуля

Код профессиональных компетенций	**Наименования разделов профессионального модуля**	**Всего часов**	**Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса**						**Практика**	
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося				**Самостоятельная работа обучающегося**		**Учебная,** часов	**Производственная (преддипломная),**** часов
			Всего, часов	**лекции**	**в т.ч. лабораторные работы и практические занятия,** часов	**в т.ч., курсовая работа (проект),** часов	**Всего,** часов	**в т.ч., курсовая работа (проект),** часов		
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**
ПК 1.1-1.8	**МДК.01.01** Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов	**712**	**443**	**60**	**363**	**20**	**269**	**20**		
ПК 1.1-1.8	**МДК.01.02** Основы спортивной тренировки. Спортивный отбор	**124**	**80**	**80**			**58**			
ПК 1.1-1.8	**МДК01.03** Основы оздоровительно-тренировочной деятельности с занимающимися	**54**	**36**	**36**						
ПК 1.1-1.8	**УП01.01.** Учебная практика (судейская)								**72**	
ПК 1.1-1.8	**УП01.02**Учебная практика (наблюдение показательных уроков и занятий)								**36**	

ПК 1.1-1.8	**ПП 01.01** Производственная практика по профилю специальности. (Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта)									**144**
	Всего:	**886**	**559**	**176**	**363**	**20**	**327**	**20**	**108**	**144**

3.2. Содержание обучения по профессиональному модулю (ПМ)

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
ПМ 01. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА		**886**	
	МДК.01.01.ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ	**712** 443 (363/60) 269	
Раздел 1. Теоретические занятия		**60**	
Тема 1.1. Введение в специализацию. Предмет и задачи курса.	**Содержание:** История возникновения и основные этапы развития избранного вида спорта. Место и значение избранного вида спорта в системе физической культуры. Задачи и содержание курса в системе подготовки специалистов в области физической культуры. Динамика рекордов мира, Европы, России по избранному виду спорта. Олимпийское движение. Разрядные нормы и требования Единой спортивной классификации.	4	1
Тема 1.2. Спортивная тренировка как педагогический процесс.	**Содержание:** Спортивная тренировка как педагогический процесс. Ее цель, задачи, содержание, принципы, правила и методические приемы. Система спортивной подготовки. Основы техники и тактики в избранном виде.	4	2
Тема 1.3. Оборудование мест занятий.	**Содержание:** Типовые сооружения, оборудование, инвентарь, снаряды, терминология в избранном виде спорта Устройство, размеры и разметка, места и оборудование в избранном виде спорта. Требования к инвентарю и оборудованию. Техника безопасности.	4	2
Тема 1.4. Цель, задачи, принципы, основные средства, методы и условия подготовки в избранном виде спорта.	**Содержание:** Общие требования техники безопасности и основные мероприятия для снижения травматизма. Устранения возможности возникновения несчастных случаев при занятиях избранным видом спорта. Цели и задачи избранного вида спорта. Методические принципы построения спортивной тренировки. Характеристика видов подготовки спортсменов: физической (общей и специальной), технической, тактической, психологической (морально-волевой) и теоретической. Периодизация тренировки. Основные средства и методы. Тренировочные нагрузки (объем, интенсивность). Дозирование нагрузки в зависимости от пола, возраста и подготовленности занимающихся. Формы организации учебно-тренировочного процесса. Показатели тренированности.	6	3
Тема 1.5. Теоретическая подготовка в избранном виде	**Содержание:** Управление процессом подготовки. Планирование и учёт учебно-тренировочной	4	3

спорта.	деятельности Организация и применение методик НИР в практике учебно-тренировочного процесса. Научное обоснование анализа техники и тактики в избранном виде спорта. Методики обучения технике выполнения двигательных действий и пути ее совершенствования. Виды контроля в избранном виде спорта: педагогический, врачебный, самоконтроль		
Тема 1.6. Общая физическая подготовка в избранном виде спорта.	**Содержание:** Средства и методы воспитания двигательных качеств. Повышение уровня общей физической подготовленности: укрепление органов и систем организма, повышение их функциональных возможностей, улучшение координационных способностей, повышение до требуемого уровня силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, формирование правильной осанки и исправление дефектов телосложения. Методы тренировки.	4	3
Тема 1.7. Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта.	**Содержание:** Повышение уровня специальной физической подготовленности. Развитие двигательных качеств, определяющих уровень работоспособности человека в избранном виде спорта. Специальные средства и методы, способствующие развитию мышечной силы, быстроты, специальной выносливости, гибкости и ловкости. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок. Работа разной интенсивности.	4	3
Тема 1.8. Психологическая и тактическая подготовка в избранном виде спорта.	**Содержание:** Понятие психологической подготовки. Средства и методы. Аутогенная тренировка. Предстартовые состояния и их регулирование. Мотивация к достижению высоких результатов. Методы психологической подготовки к участию в соревновательной деятельности. Изучение и совершенствование тактических приемов в избранном виде спорта. Практическое использование элементов, способов, приемов, вариантов тактики в тренировочных занятиях и соревнованиях.	4	2
Тема 1.9. Построение, содержание и планирование тренировки в избранном виде спорта	**Содержание:** Построение тренировочных занятий. Структурирование тренировочного процесса. Средства и методы тренировки на различных этапах подготовки. Задачи, содержание учебно-тренировочного урока. Построение и содержание малых и средних циклов тренировки. Построение годичного цикла. Подготовительный период тренировки. Соревновательный период тренировки. Переходный период. Многолетняя тренировка в избранном виде спорта. Управление процессом тренировки. Планирование спортивной тренировки.	6	3
Тема 1.10. Особенности методики многолетней тренировки юных спортсменов.	**Содержание:** Характеристика возрастных особенностей. Задачи и особенности организации работы по подготовке спортивных резервов для избранного вида спорта. Значение всесторонней физической подготовки детей и подростков. Мотивация к занятиям. Этапы: предварительная подготовка, начальная спортивная специализация, углубленная тренировка в избранном виде спорта, спортивное совершенствование.	4	3
Тема 1.11. Спортивный отбор в	**Содержание:**	4	3

избранном вид спорта.	Задачи, организация, планирование и учет учебно-тренировочной работы по избранному виду спорта в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах ДЮСШ. Спортивный отбор. Основные принципы и организация процесса отбора. Методы оценки психофизических качеств, двигательных способностей и специальной подготовленности. Контрольные нормативы. Воспитательная работа с юными спортсменами в избранном виде спорта.		
Тема 1.12. Планирование и методика проведения занятий в спортивных школах и секциях.	**Содержание:** Анализ содержания программного материала. Составление документов планирования для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп. Задачи и содержание занятий в группах начальной подготовки. Методика подбора средств и выбора методов. Нормы нагрузки. Контрольные нормативы и переводные требования. Задачи и содержание занятий с разными группами населения. Основные средства и методы. Составление примерных недельных циклов тренировки по этапам подготовки.	4	3
Тема 1.13. Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта.	**Содержание:** Организация, проводящая соревнования. Спортивный календарь. Положение о соревнованиях. Виды, характер и уровни соревнований. Правила соревнований. Методика подготовительной работы по проведению соревнований и отчётная документация. Организация работы судейских бригад. Проверка оборудования и подготовка к соревнованиям. Смета соревнований. Права и обязанности участников. Спортивный судья.	4	3
Тема 1.14. Методические особенности занятий с женщинами.	**Содержание:** Задачи, организация, планирование и учет учебно-тренировочной работы по избранному виду спорта с женщинами. Характеристика особенностей женского организма. Основные принципы и организация процесса тренировки. Методы оценки психофизических качеств, двигательных способностей и специальной подготовленности.	4	3
	Самостоятельная работа обучающихся при изучении раздела ПМ 01	***20***	
	1. Изучение принципов организации и проведения спортивных праздников в избранном виде спорта и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий. Наблюдение за организацией и проведение спортивных праздников в избранном виде спорта и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.	***6***	3
	2. Подбор методов, приемов и средств для осуществления личного контроля за нагрузкой. Ведение дневника самоконтроля спортсмена тренировки, анализ их содержания.	***4***	
	3.Подбор методического материала по составлению общих и индивидуальных программ, планов подготовки спортсменов в избранном виде спорта.	***4***	
	4. Составление положения о соревнованиях избранном виде спорта. Разработка программ соревнований, открытия, закрытия соревнований. Работа с судейской документацией, заполнение судейских карточек, других документов, выполнение творческих работ. Изучение правил соревнований в избранном виде спорта.	***6***	
Раздел 2. Практические занятия		**363**	

Тема 2.1.Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта.	**Содержание:** Техника безопасности при организации учебно-тренировочного процесса. Соблюдение правил организации учебно – тренировочного процесса, выполнение педагогических и методических требований к проведению занятий (соответствие нагрузки подготовленностизанимающегося), соответствие спортивной формы. Соблюдение санитарно-гигиенических норм, систематическое проведение медицинского контроля (диспансеризация), самоконтроля занимающихся.	12	1
Тема 2.2. Изучение и совершенствование техники избранного вида спорта	**Содержание:** Особенности техники избранного вида спорта. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники (на материале избранного вида спорта).	20	2
Тема 2.3. Изучение и совершенствование техники избранного вида спорта	**Содержание:** Повышение надежности тактических действий в условиях сбивающих факторов, характерных для соревнований по избранному виду спорта Критерии оценки тактики.	20	
Тема 2.4. Воспитание двигательных качеств.	**Содержание:** Воспитание силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости. Использование непредельных отягощений с предельным числом повторений; Использование предельных и околопредельных отягощений; Правила регулирования дыхания; Сочетание упражнений общего и относительно локального воздействия.	18	
Тема 2.5. Повышение общей физической подготовки	**Содержание:** Критерии физической подготовленности спортсменов. Методы спортивной тренировки. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания	18	
Тема 2.6. СФП	**Содержание:** Повышение специальной физической подготовки. Определение характера нагрузок.	18	3
Тема 2.7. Планирование и проведение учебно-тренировочных занятий с наличием конспекта.	**Содержание:** Проведение фрагмента учебно-тренировочного занятия с наличием конспекта.	18	3
Тема 2.8. Страховка и самостраховка	**Содержание:** Приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений.	10	
Тема 2.9. Организация контроля уровня подготовленности спортсмена	**Содержание:** Подбор контрольных педагогических тестов и проведение оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта; Оценка результатов тестирования	20	
Тема 2.10. Организация,	**Содержание:**	18	

руководство и проведение соревнований и спортивных мероприятий.	Организация, руководство и проведение соревнований по избранному виду спорта на основе разработанного положения в роле судьи, секретаря и т.п.		
	Содержание: Участие в соревнованиях по избранному виду спорта.	20	
	Содержание: Участие в соревнованиях по избранному виду спорта в качестве судьи.	20	
	Содержание: Планирование, организация и проведение физкультурно-массовых и спортивных мероприятий;	18	
Тема 2.11. Пропаганда здорового образа жизни	**Содержание:** Пропаганда здорового образа жизни. Основные направления. Методы ЗОЖ	10	
Тема 2.12. Средства восстановления и их применения в спортивной деятельности	**Содержание:** Педагогические, гигиенические, медико-биологические, психологические. Основные положения применения восстановительных средств.	9	
Тема 2.13. Документация, обеспечивающая учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;	**Содержание:** Составление презентации к курсовым и дипломным работам.	8	2
	Содержание: Составление комплекса упражнений по ОФП Разработка комплексов двигательных заданий на основе развития физических качеств силы, выносливости	8	
	Содержание: Составлениекомплекса упражнений по СФП	8	
	Содержание: Составление комплекса упражнений для воспитания двигательных качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость)	8	2
	Содержание: Составление комплекса упражнений методом круговой тренировки.	8	
Тема 2.14. Разработка и подготовка учебно-тренировочных планов:	**Содержание:** Составление конспекта учебно-тренировочного занятия	8	
	Содержание: Разработка тестов для определения уровня ОФП и СФП.	8	
	Содержание: Составление годового плана-графика.	8	
	Содержание: Составление микроцикла.	8	
	Содержание: Составление рабочего плана	8	
	Содержание: Составление индивидуального плана	8	

	Содержание: Разработка положения о соревнованиях по избранному виду спорта.	8	
Тема 2.15. Система соревновательной деятельности и спортивных соревнований в избранном виде спорта	**Содержание:** Составление регламента проведение соревнований в избранном виде спорта. Разработка и обоснование прав и обязанностей участников соревнований в избранном виде спорта. Определение порядка к допуску участников. Оформление дела о соревнованиях. Составление смету	18	
Курсовая работа (проект)	**Содержание:**	**20**	
	1. Определение темы, исследовательского аппарата.	4	
	2. Актуальность работы и методы исследования.	4	
	3. Анализ литературных источников.	4	
	4. Организация исследования.	4	
	5. Анализ результатов выводы и предложения.	4	
	Самостоятельная работапри изучении раздела ПМ 01	**249**	
	1. Изучение истории избранного вида спорта. Просмотр соревнований. 2. Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). 3. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, отчетов. 4. Самостоятельное изучение правил построения тренировочного занятия и составления комплексов упражнений. 5. Ознакомление с учебной, внеклассной работой по физическому воспитанию в общеобразовательных школах. 6. Разработка программ соревнований, открытия, закрытия соревнований 7. Ознакомление с принципами организации и проведения спортивных праздников и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий. 8. Работа с судейской документацией, заполнение судейских карточек, других документов, выполнение творческих работ. 9. Изучение правил соревнований в избранном виде спорта. 10. Приобретение практических умений и навыков в организации и проведении спортивных праздников и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий. 11. Ознакомление с особенностями занятий с лицами старшего и пожилого возраста. 12. Самостоятельное изучение особенностей занятий избранным видом с женщинами.	20 30 22 14 4 20 40 26 44 15 14	2
	МДК.01.02 ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР	**124** **80/40**	
Раздел 1.Основы спортивной		66	

тренировки			
Тема 1.1. Цели, задачи и средства спортивной тренировки.	**Содержание:** Основные понятия: тренированность, подготовленность, спортивная форма. Избранные соревновательные упражнения. Специально подготовительные упражнения. Обще подготовительные упражнения.	4	1
Тема 1.2. Характеристика системы тренировочно - соревновательной подготовки.	**Содержание:** Система отбора и спортивной ориентации. Система соревнований. Система спортивной тренировки. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнования и системы тренировки.	4	
Тема 1.3. Методы и принципы спортивной тренировки.	**Содержание:** Характеристика методов спортивной тренировки: словесные, наглядные, метод строг регламентированного упражнения; непрерывные и интервальные методы; игровой и соревновательный. Принципы спортивной тренировки. Волнообразность динамики нагрузок. Цикличность тренировочного процесса.	4	
Тема 1.4. Основные стороны спортивной тренировки.	**Содержание:** Спортивно-техническая подготовка. Спортивно-тактическая подготовка. Физическая подготовка. Психологическая подготовка. Тренировочные и соревновательные нагрузки.	4	
Тема 1.5. Основы построения спортивной подготовки.	**Содержание:** Построение, реализация и контроль тренировочного процесса. Структура спортивной подготовки. Характеристики тренировочного процесса в зависимости от масштабов времени. Этап предварительной подготовки. Этап начальной спортивной специализации. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта.	4	
Тема 1.6. Разработка и анализ учебного плана спортивной подготовки.	**Содержание:** Групповое и индивидуальное занятие как основная форма формой тренировочного процесса. Отличие тренировочных занятий в спортивных секциях. Части тренировочного занятия (вводная, подготовительная, основная, заключительная) или разминка, основная, заключительная части; задачи каждой из частей занятия. Основы методики разучивания и совершенствования техники выполнения физических упражнений.	2	
Тема 1.7. Разработка и анализ группового перспективного плана спортивной тренировки.	**Содержание:** Особенности группового метода обучения. Положительные стороны группового метода. Применение подводящих упражнений. Последовательность отработки и этапы: ознакомление, разучивание и совершенствование. Спортивные соревнования и подготовка спортсмена. Особенности контроля в спортивной тренировке	6	
Тема 1.8. Построение тренировки в микроциклах.	**Содержание:** Особенности тренировочного процесса в микроциклах. Втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие (предсоревновательные), восстанавливающие, соревновательные, ударные микроциклы.	4	

Тема 1.9. Разработка и анализ недельного плана тренировки.	**Содержание:** Конкретизация и уточнение задач периода. Конспект отдельной тренировки (средства, интенсивность и число упражнений, состав групп, участвующих в выполнении определенных заданий, способы проведения отдельных частей тренировки). Описание тренировки (сведения о формах и характере тренировочного процесса, используемые средства, а также объем, интенсивность и содержание нагрузки, место тренировок, самочувствие в ходе тренировок, результаты медицинских наблюдений, педагогическая оценка деятельности, результаты). Дневник спортсмена.	6	
Тема 1.10. Разработка и анализ графика тренировочного процесса (на примере избранного вида спорта).	**Содержание:** Непрерывность и круглогодичность процесса тренировки; задачи и содержание учебно-тренировочных занятий по отдельным периодам и этапам тренировочного процесса; определение для каждой группы занимающихся средств и методов физической, технической, тактической и теоретической подготовки в соответствии с их спортивной квалификацией и задач по росту спортивного мастерства; определение содержания и средств морально-волевой и психологической подготовки занимающихся; организация воспитательной работы; организация врачебного и педагогического контроля.	4	
Тема 1.11. Построение тренировки в мезоциклах.	**Содержание:** Особенности тренировочного процесса в мезоциклах. Втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие (предсоревновательные), соревновательные, восстанавливающие мезоциклы.	6	
Тема 1.12. Разработка и анализ месячного плана тренировки.	**Содержание:** Рабочий план на месяц исходя из количества часов отведенных на различные виды подготовки в годовом плане. Отбор конкретных упражнений по обучению технике и тактике, общей и специальной физической подготовке.	6	
Тема 1.13. Построение тренировки в макроциклах.	**Содержание:** Особенности построения тренировочного процесса в многолетних макроциклах. Построение тренировки в годичных циклах. Подготовительный период. Соревновательный период. Переходный период.	4	
Тема 1.14. Разработка и анализ группового годичного плана тренировки.	**Содержание:** Учебный план, программа, рабочий план, расписание занятий, журнал учета посещаемости и содержания занятий, журнал учета спортивных результатов и календарь спортивных мероприятий, индивидуальные планы подготовки (перспективный план подготовки к ответственным соревнованиям, периодический и текущий план).	4	
Тема 1.15. Разработка и анализ таблицы сдачи контрольных нормативов.	**Содержание:** Примерная форма учета спортивных результатов. Учет недостатков и достижений. Контрольные нормативы по общей физической подготовке.	4	
Раздел 2.Спортивный отбор		**24**	
Тема 2.1. Научно-теоретические	**Содержание:**	4	1

основы спортивного отбора	Понятие спортивного отбора. Основные параметры отбора. Сущность отбора. Задачи отбора.		
Тема 2.2. Характеристика видов спортивного отбора.	**Содержание:** Общая характеристика видов и разновидностей спортивного отбора. Этапы отбора. Олимпийский и перспективный отбор.	4	
Тема 2.3.. Проблемы спортивного отбора.	**Содержание:** Проблемы отбора и комплектования команд в ИВС. Проблема психо-физиологической предрасположенности к занятиям различными видами спорта. Проблемы спортивного отбора: этические, финансовые, научно-методические.	4	
Тема 2.4. Критерии спортивного отбора.	**Содержание:** Морфологические и функциональные критерии. Показатели: морфологические, физиологические, биомеханические. ОФП и СФП - как критерии спортивного отбора.	4	
Тема 2.5. Методы и принципы спортивного отбора.	**Содержание:** Методы и принципы спортивного отбора. Педагогические, социологические, психологические, медико-биологические. Принцип стабильности результатов, систематичности и результативности, индивидуальности.	4	
Тема 2.6. Спортивная ориентация.	**Содержание:** Спортивная ориентация и спортивные способности. Наследственность и спортивная пригодность. Наследственность морфологических признаков. Спортивная одаренность.	4	
	Самостоятельная работапри изучении раздела ПМ 01	**40**	
	Понятие «спортивный отбор». Особенности отбора на этапах многолетней системы подготовки спортсменов. Особенности социальной адаптации юных спортсменов; психические регуляторы тренерской деятельности. Прогноз результатов в юношеском спорте. Проблемы спортивного отбора в России. Спортивный результат – как основной критерий отбора в спорте высших достижений. Методика отбора в ИВС. Организация и проведение отбора в сборные команды. Методики начального и перспективного отбора» правовые и этические аспекты спортивного отбора. Методика определения одаренности спортсменов с учетов ОВЗ. Формы учета спортивных достижений.	4 4 4 6 6 4 4 4 4	2
	МДК.**01.03. Основыоздоровительно-тренировочной деятельности с занимающимися**	**54/36/18**	
Тема 1.1. Введение. Техника безопасности	**Содержание:** Физкультурно-спортивная деятельность с различными группами занимающихся. Требования к инвентарю и оборудованиюс учетом спецификации стандарта ВОРЛДСКИЛЛС по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»	2	1
Тема 1.2. Организация	**Содержание:** Тренировочные занятия аэробной направленности. Тренировочные занятия силовой	2	2

физкультурно-спортивной деятельности с занимающимися	направленности. ВЕЛНЕС направление тренировочной деятельности.		
	Содержание: Основные свойства. Техника безопасности при выполнении упражнений. Разбор физических упражнений с учетом биомеханики.Практические упражнения по созданию и монтажу видеоролика с помощью программы Киностудия Live	2	2
	Практическая работа №1: Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования аэробной направленности	2	3
	Практическая работа №2:Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования силовой направленности	2	
	Практическая работа №3: Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования велнес направленности	2	
Тема 1.3. Организация и проведение групповых физкультурно-оздоровительных тренировок для разных возрастных групп населения	**Содержание:** Средства, методы организации группового тренировочного занятия комплексной направленности для разных возрастных групп населения в соответствии с заданными условиями.	2	2
	Практическая работа №4: Разработка фрагмента группового занятия с использованием новых видов оборудования.	2	3
Тема 1.4.Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися.	**Содержание:** Содержание и формы оздоровительной тренировочной деятельности. Средства и методы индивидуальной тренировочной деятельности с учетом запроса занимающихся.	2	2
	Содержание: Основные аспекты составления программы. Основные характеристики тренировки. Цели, задачи и основы планирования в соответствии с периодами тренировочного процесса: адаптационный, подготовительный тренировочный	2	2
	Практическая работа №5: Проведение индивидуального тестирования. Заполнение карты индивидуального тестирования.	4	3
	Практическая работа №6: Составление тренировочной программы на основе результатов тестирования и индивидуального запроса занимающегося	4	
Тема 1.5. Привлечение разных	**Содержание:** Содержание, средства и формы экспресс - консультаций по привлечению разных	2	2

возрастных групп населения к здоровьесбережению	возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий.		
	Практическая работа №7: разработка и защита презентации по актуальной проблеме здоровьесбережения	4	
Контрольный	Защита итоговой практической работы	2	
	Самостоятельная работа	***18***	3
	1. Обзор программ и работа в программах Audacity, Киностудия Live 2. Подготовка к практическим работам 3. Подготовка мест индивидуального тестирования	6 6 6	
УП 01.01 Учебная практика (судейская практика)		**72**	
Виды работ: - знакомство с правами и обязанностями участников образовательного процесса базы практики, должностными инструкциями; - обзор истории возникновения и изменения правил по спортивным играм, организации судейства. - изучение правил проведения соревнований. Состав судейской коллегии. Права и обязанности членов судейской коллегии. - использовать различные методы и формы организации соревновательной деятельностью спортсменов. - разработка положения о соревновании. - организация и проведение заседания судейской коллегии. - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности. - организация работы секретариата. - организация работы судей (по избранному виду спорта) - получить первичные практические навыки по судейству в избранном виде спорта. - разработка карточек по судейству. - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися. - проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях. - оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности. - использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов. - осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня. - анализ работы секретариата. - анализ работы судей (1, 2-го судьи) - анализ работы судей на линии. - анализ проведенных соревнований.			

- составление отчетной документации о проведенных соревнованиях: протоколы соревнований; таблица соревнований; итоговая таблица соревнований; - демонстрация знания основ спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - оформление отчета по практики.		
УП 01.02 Учебная практика (наблюдение показательных уроков и занятий)	**36**	
Виды работ: - ознакомиться с работой образовательного учреждения. - беседы с руководителями школы; - ознакомление с материально-спортивной базой школы; - ознакомление с классами и документацией планирования учителя; - наблюдение показательных уроков и занятий (6 уроков); - анализ показательных уроков (6 анализов уроков); - наблюдение физкультурно-оздоровительных мероприятий; - анализ физкультурно-оздоровительного или спортивного мероприятия; - санитарно-гигиеническое обследование спортивного зала; - анализ учебно-методических комплектов, учебно-методических материалов (рабочих программ, календарно-тематических планов и др.) - знакомство с диагностиками и оценкой учебных достижений школьников с учетом особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся; - знакомство с особенностями психических познавательных процессов и учебной деятельности школьников; - наблюдение тренировочных занятий; - анализ тренировочных занятий; - ведение дневника наблюдений, в котором фиксируется ход урока и его наиболее важные моменты, анализируются приемы и методы работы учителя.		
ПП 01. 01 Производственная практика(по профилю специальности)(Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта)	**144**	
Виды работ: 1.Знакомство с учебно-воспитательной базой школы, основными направлениями внеурочной работы, с документацией по организации внеурочной работы в школе, учреждений дополнительного образования. 2. Составление индивидуального плана работы. Оформление документации. 3. Планирование внеурочной работы в классе, группе. 4. Разработка плана учебно-тренировочного занятия 5. Проведение учебно-тренировочных занятий, физкультурно - оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.		

6. Разработка сценария и разработки внеклассного мероприятия; 7. Беседы по привлечению детей к систематическим занятиям физическими упражнениями в секциях ОФП. 8. Контроль посещения детей секций ОФП и физкультурно-оздоровительных мероприятий 9. Ведение документации по практике, оформление разработок занятий и мероприятий по внеурочной работе. 10. Знакомство с организацией жизни и деятельности детского летнего оздоровительного лагеря; 11. Ведение документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности. 12. Осуществление организационно-педагогической работы; 13. Изучение специфики проявления возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, состояние их здоровья, условия жизни и воспитания, специфика работы с разновозрастным отрядом; 14. Составление плана оздоровительной и воспитательной работы на лагерную смену и на каждый день с учетом интересов и индивидуальных особенностей детей; 15. Организация коллективно-творческой деятельности по всем направлениям воспитания; 16. Организация режима активного отдыха детей, санитарно-гигиенических мероприятий; 17. Проведение групповой и индивидуальной воспитательной работы с детьми и подростками; 18. Подготовка отчетной документации. 19. Заполнение дневника по практике. Оформление отчета по производственной практике в соответствии с требованиями. Создание презентации содержащей информацию об организации.		
Примерная тематика курсовых работ (проектов) 1. Физиологические особенности адаптации организма к физическим нагрузкам. 2. Средства и методы восстановления физической работоспособности 3. Медико-биологические аспекты спортивного отбора детей 4. Биологические ритмы и физическая работоспособность спортсменов 5. Особенности самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом 6. Повреждения опорно-двигательного аппарата у спортсменов и методы их профилактики 7. Совершенствование функциональных возможностей организма средствами физической культуры 8. Влияние регулярных занятий физической культурой на функциональное состояние кардиореспираторной системы 9. Специфические особенности адаптации сенсорных систем организма к интенсивной мышечной деятельности в различных видах спорта 10. Возможности использование физических упражнений с целью повышения умственной работоспособности 11. Особенности адаптации функциональных систем организма к выполнению нагрузок статического характера 12. Изменение обмена веществ в организме под влиянием интенсивной мышечной деятельности 13. Средства и методы воспитания основных физических качеств 14. Возрастные особенности формирования мотивации к занятиям физической культуры и спорта.		

15. Развитие скоростно-силовых качеств детей 10-12 лет занимающихся баскетболом 16. Физическая подготовленность спортсменок, специализирующихся в беге 400 м. 17. Воспитание скоростно-силовых качеств легкоатлетов на этапе начальной подготовки 18. Стретчинг как средство развития гибкости детей 6-7 лет занимающихся каратэ 19. Специальная физическая подготовка как средство развития выносливости детей среднего школьного возраста при изучении раздела «Волейбол» 20. Развитие специальной выносливости футболистов 14-15 лет посредством кругового метода 21. Игровые упражнения как средство развития ловкости детей среднего школьного возраста при изучении раздела « Волейбол» 22. Развитие гибкости младших школьников на уроках физической культуры 23. Развитие быстроты у детей среднего школьного возраста на учебно-тренировочных занятиях по футболу 24. Развитие быстроты у детей младшего школьного возраста 25. Круговой метод как средство развития физических качеств волейболистов 12-14 лет 26. Переменный метод как средство развития силовых способностей детей среднего школьного возраста 27. Метод круговой тренировки как средство развития силовых способностей баскетболистов 15-16 лет 28. Развитие скоростно-силовых качеств детей 12-14 лет занимающихся кикбоксингом 29. Повышение мотивации на уроках легкой атлетики у школьников 12-13 лет посредством внедрения игрового метода 30. Изометрические упражнения как средство развития силовых способностей детей занимающихся вольной борьбой 31. Развитие ловкости у детей 10-12 лет на уроках физической культуры 32. Повторный метод тренировки как средство развития выносливости у спринтеров в возрасте 12-14 лет 33. Интервальный метод тренировки как средство воспитания быстроты футболистов 12-13 лет 34. Развитие скоростно-силовых качеств у волейболистов 10-12 лет 35. Переменный метод тренировки как средство воспитания скоростных способностей у спринтеров 12-14 лет		
Итого	**886**	

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению:

Реализация профессионального модуля предполагает: наличие учебного кабинета «Спортивных дисциплин», спортивного зала, тренажерного зала; открытых спортивных площадок, Мастерской «Физическая культура, спорт и фитнес».

Все объекты, которые используются при проведении занятий, должны отвечать действующим требованиям Государственных санитарных и противопожарных норм и правил.

1. Спортивные залы.

-Спортивный зал игровой.

- Спортивный зал гимнастический.

-Тренажерный зал.

-Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования.

2. Учебно-практическое оборудование:

- Гимнастика. Стенка гимнастическая. Бревно гимнастическое высокое. Козел гимнастический. Конь гимнастический. Перекладина гимнастическая. Брусья гимнастические параллельные. Брусья гимнастические разновысокие. Кольца гимнастические с механизмом крепления. Канат для лазанья с механизмом крепления. Мост гимнастический подкидной. Скамейка гимнастическая жесткая. Коврик гимнастический. Обруч гимнастический. Маты гимнастические. Мяч набивной (1 кг, 2 кг, 3 кг). Скакалка гимнастическая.

- Силовая атлетика. Контейнер с набором тяжелоатлетических гантелей. Скамья атлетическая вертикальная. Скамья атлетическая наклонная. Стойка для штанги. Штанги тренировочные. Гантели наборные. Вибрационный тренажер.

- Лёгкая атлетика. Легкоатлетическое ядро. Сектор для прыжков в высоту. Стойки и измеритель для прыжков в высоту. Барьеры легкоатлетические тренировочные. Флажки разметочные на опоре. Дорожка разметочная для прыжков в длину с места. Рулетка измерительная (10 м, 50 м). Снаряды для метания: мячи, гранаты, диски, копья, ядра. Спринтерские колодки. Эстафетные палочки.

-Спортивные игры. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные Сетка для переноса и хранения мячей. Жилетки игровые с номерами. Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные. Табло перекидное. Ворота для мини-футбола. Сетка для ворот мини-футбола. Мячи футбольные. Компрессор для накачивания мячей.

-Лыжи.Лыжный инвентарь. Экипировка. Лыжная смазка.

- Фитнес. Степ-платформа. Bosu.Плиометрическая тумба. TRX.Кольцевой амортизатор. Блоки для йоги. Ремень для йоги. Изотоническое кольцо. Фитбол (55-90 см). Медбол (1-5 кг). Гантели (0,5-5 кг). Бодибар (5-9 кг). Гриф (классический, W-гриф). Гимнастический канат. Амортизатор с ручками.

-Туризм. Рюкзаки туристские. Палатки туристские. Веревки страховочные.

3. Спортивная площадка.

- Легкоатлетическая дорожка.

- Сектор для прыжков в длину.

- Игровое поле для футбола (мини-футбола).

- Полоса препятствий.

4. Учебный кабинет спортивных дисциплин.

- Посадочные места по количеству обучающихся.

- Рабочее место преподавателя.

- Учебно-наглядные пособия.

Технические средства обучения.

- Мультимедиапроектор.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основныеисточники:

1.Беляев, А.В. Волейбол: учебник для вузов. / А.В.Беляев, М.В.Савин. – 4-е изд. – М.:ТВТ Дивизион, 2013. - 360 с.

2. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г.Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 224 с.

3. Жилкин, А.И. Легкая атлетика: Учебное пособие./ А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорук. - 5-е изд. исправленное. - М. «Академия», 2013. – 198 с.

4. Курамшин. Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учеб. для студ. высших учеб. заведений / Ю.Ф. Курамшин. – М.: Советский спорт, 2014. – 464 с.

5. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учеб.для завершающего уровня высшего физкультурного образования / Л.П.Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М., Изд-во «Советский спорт», 2014. – 384 с.

6. Муллер, А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А.Б. Муллер. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 424 с.

7. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. высш. уч. заведений /Д.И. Нестеровский. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 336 с.

8. Рубин, В.С. Разделы теории и методики физической культуры: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.С.Рубин. – М.: Изд-во «Физическая культура», 2013. – 112 с.

9. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г.И. Семёнова, И.В. Еркомайшвили. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 106 с.

10. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб.пособие для студ. высш. и средних учеб. заведений физ. культуры / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – 3-е изд., стер. – М.: Изд. центр «Академия», 2014. – 480 с.

11. Чесноков. Н.Н. Легкая атлетика: учебник / Н.Н. Чесноков, В.Г. Никитушкина. – М.: Физическая культура, 2013. – 245 с.

12. Шиврингская, С.Е. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т.А. Завьялова [и др.]; под редакцией С.Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 189 с.

Дополнительные источники:

1.Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С.Барчуков, А.А.Нестеров; Под общ. ред. Н.Н.Маликова. – М.: Изд. Центр «Академия», 2016. – 528 с.

2. Верхошанский, Ю. Ф. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.Ф. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 2011. – 331 с.

3. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учеб. для студ. – Киев: Изд-во «Олимпийская литература», 2012. – 294 с.

4. Годик. М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок /М.А. Годик. - М.: Физкультура и спорт, 2016. -136 с.

5. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - изд. 3-е - М.: Советский спорт, 2017. – 199 с.

6. Королев, Г.И. Современные принципы системы подготовки в спорте. Очерки по теории и методологии современной спортивной подготовки / Г.И.Королёв. – М.: Мир атлетов, 2016. – 104 с.

7. Красников, А.А. Основы теории спортивных соревнований: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.А. Красников. – М.: Изд-во «Физическая культура», 2015. – 160 с.

8. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учеб. пособие студ. вузов физического воспитания и спорта / Л.П.Матвеев. –Киев: Изд-во «Олимпийская литература», 1999. – 318 с.

9. Никитушкин В.Г. Основы детско-юношеского спорта: учеб. для студ. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2017. – 263 с.

10. Платонов, В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм / В.Н.Платонов. – М.: Советский спорт, 2017. – 310 с.

11. Рубин, В.С. Олимпийский и годичные циклы тренировки. Теория и практика: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений /В. С. Рубин – М.: Советский спорт, 2014. – 136 с.

12. Суслов, Ф.П. Теория и методика спорта: учеб. пособие для училищ олимпийского резерва / Ф.П.Суслов, Ж.К.Холодов. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – 416 с.

13. Фарфель, В.В. Управление движениями в спорте / В.В. Фарфель. – М.: Физкультура и спорт, 2011. – 231 с.

14. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов/ В.Д.Фискалов. – М.: Советский спорт, 2015. – 392 с.

Программное обеспечение и *Internet*-ресурсы:

http://biblio-online.ru – электронная библиотека для вузов и ссузов

http://worldskills.ru -Академия Ворлдскиллс Россия

http://www.rsl.ru - Российская государственная библиотека

http://www.nlr.ru - Российская национальная библиотека

http://lib.sportedu.ru - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

http://rstlib.nsc.ru - Новосибирская областная научная библиотека

http://library.nstu.nsk.su - Научная библиотека НГТУ

http://www.lib.msu.su - Научная библиотека МГУ

http://www.lib.tsu.ru - Научная библиотека Томского ГУ

http://www.lib.okno.ru - Омская государственная областная научная библиотека им. Пушкина

http://complib.omsk.ru - Компьютерная библиотека Омска

http://library.ru - Library.ru Информационно – справочный портал

4.3. Общие требования к организации образовательного процесса.

Обязательным условием успешного обучения в рамках профессионального модуля ПМ 01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта является обеспечение образовательного процесса и внеаудиторной работы учебно-методической документацией. Учебный процесс должен обеспечиваться доступом каждого обучающегося к базам данных и библиотечным фондам. Во время самостоятельной подготовки обучающиеся должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Освоение модуля завершается производственной практикой (по профилю специальности).

Успешному освоению модуля должны предшествовать изучение следующих дисциплин и модулей:

1. Педагогика.
2. Психология.
3. Психология общения.
4. Гигиенические основы физической культуры и спорта.
5. Теория и история физической культуры и спорта.
6. Правовое обеспечение профессиональной деятельности.
7. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности(ПМ 03).
8. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения (ПМ 02).

4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических (тренерских) кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарному курсу: наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю модуля ПМ 01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта и специальности «Физическая культура», стаж работы по специальности не менее 3 лет и прохождение стажировки или курсов повышения квалификации в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю модуля ПМ 01, стаж работы по специальности не менее 3 лет и прохождение стажировки или курсов повышения квалификации в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.

5.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)

Результаты (освоенные профессионльные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно- тренировочные занятия.	- определение точности постановки целей и задач тренировочного занятия и его частей; - планирование тренировочного занятия в соответствии с возрастом и полом занимающихся; - обоснование выбора инвентаря и оборудования; - обоснование выбора средств и методов тренировки. - составление плана подготовки к отдельному соревнованию; - ведение индивидуального планирования и дневника спортсмена;	Письменное задание Экзамен
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	- демонстрация и качество владения техникой изучаемых элементов; - владение умением организовывать	Тестирование Практико-ориентированные

	учащихся; - изложение последовательности выполнения заданий - демонстрация способностей подбирать средства и методы учебно-тренировочного процесса. - изложение и соблюдение правил техники безопасности. - определение уровня мастерства в избранном виде спорта на основе медико-биологических и психических факторов,	задания
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	- демонстрация навыков правильной эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования; - определение ошибок в технике и тактике спортивной деятельности; - владение навыками судейства соревнований - изложение правил соревнований. Прав и обязанностей участников и судей; - изложение правил техники безопасности при проведении соревнований	Творческая работа Практико-ориентированные задания
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	- выполнение действий по проведению педагогического наблюдения и анализа; хронометража тренировочного занятия и пульсометрии; - изложение правил контроля за спортсменами во время тренировочного занятия. - изложение правил техники безопасности и требований к инвентарю. - определение критериев, регулирующих нагрузку спортсмена, зон нагрузки; - выделение методов самоконтроля, врачебного контроля за подготовкой спортсмена; - овладение основными средства восстановления работоспособности; - проведение судейства соревнований по избранному виду спорта; - знание показателей технической подготовки: - рациональность; - эффективность; - экономичность; - фазы техники; - умение выполнять оценку правильности выполнения упражнений и исправлять ошибки; - знание основ тактических действий в избранном виде спорта;	Тестирование

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	- корректирование и анализ тренировочного процесса по итогам соревнований - определение качества выступления спортсменов на соревнованиях - обоснование методов и средств восстановления спортсменов. - определение режима дня и питания спортсмена; - формулирование прав и обязанностей спортсмена;	Тестирование
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	- изложение и обоснование выбора методов и принципов отбора - изложение правил техники безопасности - проектирование и выполнение отборочного тестирования	Практико-ориентированные задания
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	- демонстрация навыков выбора и подготовки инвентаря и оборудования в соответствии с задачами, периодом подготовки спортсмена. - демонстрация навыков страховки и соблюдения техники безопасности.	Устный опрос
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	- составление документов планирования, текущего и перспективного. - оформление конспектов тренировочного занятия. Составление перспективного, оперативного, текущего планирования; - планирование тренировочных циклов: – микроциклы; – мезоциклы; – макроциклы; - проведение учета тренировочной работы;	Письменное задания

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные общие компетенции)	**Основные показатели оценки результата**	**Формы и методы контроля и оценки**
ОК. 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	демонстрация интереса к будущей профессии	Письменное задание
ОК. 2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения	умения выбора и применение методов и способов решения профессиональных задач в области физкультурно-спортивной подготовки; оценивание эффективности и качества	Практическая работа

профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	выполнения;	
ОК.3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность	решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области педагогического процесса и физкультурно-спортивной подготовки;	Практико-ориентированные задания
ОК. 4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	осуществление эффективного поисканеобходимой информации; использование различных источников, включая электронные носители и сеть Интернет;	Творческая работа
ОК. 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	создание баз данных результатов и их учет; разработка планирующей документации;	Практико-ориентированные задания
ОК. 6 Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения;	Письменное задание
ОК. 7 Ставить цели. Мотивировать дея-ть занимающихся ФК, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	коррекция и самоанализ результатов собственной работы;	Тестирование
ОК. 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля;	Практико-ориентированные задания
ОК. 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях	проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности.	

обновления её целей, содержания обновления технологий.		Устный опрос
ОК. 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	соблюдение техники безопасности.	Творческое задание
ОК.11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	-применение и владение документами регламентирующие правовые нормы.	Письменное задание
ОК .12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	демонстрацияпрофессионально значимых двигательных действий избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Практическая работа

Разработчики:

ГПОАУ АО АПК	преподаватель, высшая квалификационная категория	Л.Е. Алабина
ГПОАУ АО АПК	преподаватель, высшая квалификационная категория	И.Г. Громоглазова
ГПОАУ АО АПК	преподаватель, высшая квалификационная категория	О.П. Чердакова

Эксперты:

_____	_____	_____
(место работы)	*(занимаемая должность)*	*(инициалы, фамилия)*
_____	_____	_____
(место работы)	*(занимаемая должность)*	*(инициалы, фамилия)*
_____	_____	_____
(место работы)	*(занимаемая должность)*	*(инициалы, фамилия)*

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

Дополнения и изменения к программе ПМ 01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта на 2020/2021 учебный год:

В программу ПМ 01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта внесены следующие изменения:

1. Введен новый МДК01.03. Основы оздоровительно-тренировочной деятельности с занимающимися, к-во часов: 36 часов.
2. Изменено к-во часов МДК01.02. Основы спортивной тренировки. Спортивный отбор – уменьшено со 178 часов до 124.
3. В пункт 4.1. Материально - техническое обеспечение программы внесен блок «Фитнес»
4. Внесены изменения в интернет источники: добавлен сайт http://worldskills.ru - Академия Ворлдскиллс Россия.

Дополнения и изменения в программе ПМ01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта обсуждены на заседании ПЦК Физическое воспитание ГПОАУ АО АПК 26 августа 2020 года (Протокол №1).

Председатель ПЦК _____ Л.Е. Алабина