



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
2021

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-АВТОНОМНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
«АМУРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной
работе

Т.Ю. Солопчук

**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
2021

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 ГПОАУ АО АПК:*

Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Председатель: Л.Е. Алабина

Рассмотрена на научно-методическом совете ГПОАУ АО АПК:

Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Председатель НМС: С.А.Москвитина

Эксперты от работодателя:

СОГЛАСОВАНО

Т.И.Гамерман,
директор МАОУ
«Школа № 2
г. Благовещенска»

СОГЛАСОВАНО

Е.В. Данильченко,
директор МАОУ
«Школа № 13
г. Благовещенска»

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	30
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)	34

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ ПМ 01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в 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 использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке педагогов по физической культуре и спорту при наличии среднего общего образования. Опыт работы не 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 само страховки 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 само страховки 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 – 1138 часов, 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

Код	Наименование результата обучения
	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,

Код	Наименование результата обучения
	ее регулирующих.
ОК 12	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

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	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

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
Тема 1.5. Теоретическая подготовка в избранном виде спорта.	Содержание: Управление процессом подготовки. Планирование и учёт учебно-тренировочной 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	4	3
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 годового цикла. Подготовительный период тренировки. Соревновательный	6	3

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
	период тренировки. Переходный период. Многолетняя тренировка в избранном виде спорта. Управление процессом тренировки. Планирование спортивной тренировки.		
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 избранном виде спорта.	Содержание: 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.	4	3
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 отчетная 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	4	3

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
	принципы и организация процесса тренировки. Методы оценки психофизических качеств, двигательных способностей и специальной подготовленности.		
	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 подготовленности занимающегося), 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	
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	2

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
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	
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	3
Тема 2.10. Организация, руководство и проведение соревнований и спортивных мероприятий.	Содержание: Организация, руководство и проведение соревнований по избранному виду спорта на основе разработанного положения в роле судьи, секретаря и т.п.	18	
	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	18	

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
	мероприятий;		
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	2
	Содержание: Составление комплекса упражнений по СФП	8	
	Содержание: Составление комплекса упражнений для воспитания двигательных качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость)	8	
	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:	8	

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
Тема 2.15. Система соревновательной деятельности и спортивных соревнований в избранном виде спорта	<p>Разработка положения о соревнованиях по избранному виду спорта.</p> <p>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 сметы</p>	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 работа при изучении раздела ПМ 01	249	
	1. Изучение истории избранного вида спорта. Просмотр соревнований.	20	2
	2. Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем).	30	
	3. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, отчетов.	22	
	4. Самостоятельное изучение правил построения тренировочного занятия и составления комплексов упражнений.	22	
	5. Ознакомление с учебной, внеклассной работой по физическому воспитанию в общеобразовательных школах.	14	
	6. Разработка программ соревнований, открытия, закрытия соревнований	4	
	7. Ознакомление с принципами организации и проведения спортивных праздников и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.	20	
	8. Работа с судейской документацией, заполнение судейских карточек, других документов, выполнение творческих работ.	40	
	9. Изучение правил соревнований в избранном виде спорта.	26	
	10. Приобретение практических умений и навыков в организации и проведении спортивных праздников и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.	44	
	11. Ознакомление с особенностями занятий с лицами старшего и пожилого возраста.		

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
	12. Самостоятельное изучение особенностей занятий избранным видом с женщинами.	15 14	
	МДК.01.02 ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР	124 80/40	
Раздел 1. Основы спортивной тренировки		66	
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 строго 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	2	

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
	(вводная, подготовительная, основная, заключительная) или разминка, основная, заключительная части; задачи каждой из частей занятия. Основы методики разучивания и совершенствования техники выполнения физических упражнений.		
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-	6	

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
	подготовительные, подводящие (предсоревновательные), соревновательные, восстанавливающие мезоциклы.		
Тема 1.12. Разработка и анализ месячного плана тренировок.	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 основы спортивного отбора	Содержание: Понятие спортивного отбора. Основные параметры отбора. Сущность отбора. Задачи отбора.	4	1
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 психофизиологической 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,	4	

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
<p>Тема 2.6. Спортивная ориентация.</p>	<p>психологические, медико-биологические. Принцип стабильности результатов, систематичности и результативности, индивидуальности.</p> <p>Содержание: Спортивная ориентация и спортивные способности. Наследственность и спортивная пригодность. Наследственность морфологических признаков. Спортивная одаренность.</p> <p>Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ 01</p> <p>Понятие «спортивный отбор». Особенности отбора на этапах многолетней системы подготовки спортсменов.</p> <p>Особенности социальной адаптации юных спортсменов; психические регуляторы тренерской деятельности.</p> <p>Прогноз результатов в юношеском спорте.</p> <p>Проблемы спортивного отбора в России.</p> <p>Спортивный результат – как основной критерий отбора в спорте высших достижений.</p> <p>Методика отбора в ИВС. Организация и проведение отбора в сборные команды.</p> <p>Методики начального и перспективного отбора» правовые и этические аспекты спортивного отбора.</p> <p>Методика определения одаренности спортсменов с учетом ОВЗ.</p> <p>Формы учета спортивных достижений.</p>	<p>4</p> <p>40</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>6</p> <p>6</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p>	<p>4</p> <p>2</p>
	<p>МДК.01.03. Основы оздоровительно-тренировочной деятельности с занимающимися</p>	<p>54/36/18</p>	
<p>Тема 1.1. Введение. Техника безопасности</p>	<p>Содержание: Физкультурно-спортивная деятельность с различными группами занимающихся. Требования к инвентарю и оборудованию с учетом спецификации стандарта ВОРЛДСКИЛЛС по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»</p>	<p>2</p>	<p>1</p>
<p>Тема 1.2. Организация физкультурно-спортивной деятельности с занимающимися</p>	<p>Содержание: Тренировочные занятия аэробной направленности. Тренировочные занятия силовой направленности. ВЕЛНЕС направление тренировочной деятельности.</p> <p>Содержание: Основные свойства. Техника безопасности при выполнении упражнений. Разбор физических упражнений с учетом биомеханики. Практические упражнения по созданию и монтажу</p>	<p>2</p> <p>2</p>	<p>2</p> <p>2</p>

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
	<p>видеоролика с помощью программы Киностудия Live</p> <p>Практическая работа №1: Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования аэробной направленности</p> <p>Практическая работа №2: Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования силовой направленности</p> <p>Практическая работа №3: Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования велнес направленности</p>	2	3
<p>Тема 1.3. Организация и проведение групповых физкультурно-оздоровительных тренировок для разных возрастных групп населения</p>	<p>Содержание: Средства, методы организации группового тренировочного занятия комплексной направленности для разных возрастных групп населения в соответствии с заданными условиями.</p> <p>Практическая работа №4: Разработка фрагмента группового занятия с использованием новых видов оборудования.</p>	2	2
<p>Тема 1.4. Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися.</p>	<p>Содержание: Содержание и формы оздоровительной тренировочной деятельности. Средства и методы индивидуальной тренировочной деятельности с учетом запроса занимающихся.</p> <p>Содержание: Основные аспекты составления программы. Основные характеристики тренировки. Цели, задачи и основы планирования в соответствии с периодами тренировочного процесса: адаптационный, подготовительный тренировочный</p> <p>Практическая работа №5: Проведение индивидуального тестирования. Заполнение карты индивидуального тестирования.</p> <p>Практическая работа №6: Составление тренировочной программы на основе результатов тестирования и индивидуального запроса занимающегося</p>	2	2
<p>Тема 1.5. Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению</p>	<p>Содержание: Содержание, средства и формы экспресс - консультаций по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий.</p> <p>Практическая работа №7: разработка и защита презентации по актуальной проблеме</p>	2	2
		4	

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
	здоровьесбережения		
Контрольный	Защита итоговой практической работы	2	
	Самостоятельная работа	18	3
	1. Обзор программ и работа в программах Audacity, Киностудия Live	6	
	2. Подготовка к практическим работам	6	
	3. Подготовка мест индивидуального тестирования	6	
УП 01.01 Учебная практика (судейская практика)		72	
<p>Виды работ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			

<ul style="list-style-type: none"> - анализ работы судей (1, 2-го судьи) - анализ работы судей на линии. - анализ проведенных соревнований. - составление отчетной документации о проведенных соревнованиях: <ul style="list-style-type: none"> протоколы соревнований; таблица соревнований; итоговая таблица соревнований; - демонстрация знания основ спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - оформление отчета по практике. 		
УП 01.02 Учебная практика (наблюдение показательных уроков и занятий)	36	
<p>Виды работ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	
<p>Виды работ:</p> <p>1. Знакомство с учебно-воспитательной базой школы, основными направлениями внеурочной работы, с</p>		

<p>документацией по организации внеурочной работы в школе, учреждений дополнительного образования.</p> <ol style="list-style-type: none"> 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. 		
<p>Примерная тематика курсовых работ (проектов)</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 		

<p>9. Специфические особенности адаптации сенсорных систем организма к интенсивной мышечной деятельности в различных видах спорта</p> <p>10. Возможности использование физических упражнений с целью повышения умственной работоспособности</p> <p>11. Особенности адаптации функциональных систем организма к выполнению нагрузок статического характера</p> <p>12. Изменение обмена веществ в организме под влиянием интенсивной мышечной деятельности</p> <p>13. Средства и методы воспитания основных физических качеств</p> <p>14. Возрастные особенности формирования мотивации к занятиям физической культуры и спорта.</p> <p>15. Развитие скоростно-силовых качеств детей 10-12 лет занимающихся баскетболом</p> <p>16. Физическая подготовленность спортсменов, специализирующихся в беге 400 м.</p> <p>17. Воспитание скоростно-силовых качеств легкоатлетов на этапе начальной подготовки</p> <p>18. Стретчинг как средство развития гибкости детей 6-7 лет занимающихся каратэ</p> <p>19. Специальная физическая подготовка как средство развития выносливости детей среднего школьного возраста при изучении раздела «Волейбол»</p> <p>20. Развитие специальной выносливости футболистов 14-15 лет посредством кругового метода</p> <p>21. Игровые упражнения как средство развития ловкости детей среднего школьного возраста при изучении раздела «Волейбол»</p> <p>22. Развитие гибкости младших школьников на уроках физической культуры</p> <p>23. Развитие быстроты у детей среднего школьного возраста на учебно-тренировочных занятиях по футболу</p> <p>24. Развитие быстроты у детей младшего школьного возраста</p> <p>25. Круговой метод как средство развития физических качеств волейболистов 12-14 лет</p> <p>26. Переменный метод как средство развития силовых способностей детей среднего школьного возраста</p> <p>27. Метод круговой тренировки как средство развития силовых способностей баскетболистов 15-16 лет</p> <p>28. Развитие скоростно-силовых качеств детей 12-14 лет занимающихся кикбоксингом</p> <p>29. Повышение мотивации на уроках легкой атлетики у школьников 12-13 лет посредством внедрения игрового метода</p> <p>30. Изометрические упражнения как средство развития силовых способностей детей занимающихся вольной борьбой</p> <p>31. Развитие ловкости у детей 10-12 лет на уроках физической культуры</p> <p>32. Повторный метод тренировки как средство развития выносливости у спринтеров в возрасте 12-14 лет</p> <p>33. Интервальный метод тренировки как средство воспитания быстроты футболистов 12-13 лет</p> <p>34. Развитие скоростно-силовых качеств у волейболистов 10-12 лет</p> <p>35. Переменный метод тренировки как средство воспитания скоростных способностей у спринтеров 12-14 лет</p>		
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».

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. Вербки 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.

Оснащение мастерской

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- ноутбуки с установленным лицензионным программным обеспечением;
- наушники;
- интерактивная доска с проектором⁴
- таймер;
- ноутбук к таймеру;
- документ-камера;
- принтер;
- МФУ
- Спортивное оборудование и инвентарь (конусы, фишки для футбола, флажки, мяч баскетбольный, мяч волейбольный, мяч футзальный, скакалка, обруч пластмассовый, гимнастическая палка, гантели, гимнастический мяч (фитбол), степ-платформа, ринги (изотонические кольца), пипидастры, гантели, теннисные мячи, ремни для йоги, блоки для йоги, медицинский мяч, маты гимнастические, спортивный секундомер и пр.)

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

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

12. Сулов, Ф.П. Теория и методика спорта: учеб. пособие для училищ олимпийского резерва / Ф.П.Сулов, 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://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. Модуль реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий, согласно календарно-тематическому плану.

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 профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	<ul style="list-style-type: none"> - 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

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация и качество владения техникой изучаемых элементов; - владение умением организовывать 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, 	Тестирование Практико-ориентированные задания
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	<ul style="list-style-type: none"> - 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.	<ul style="list-style-type: none"> - 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, 	Тестирование

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля
	<p>регулирующих нагрузку спортсмена, зон нагрузки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выделение методов самоконтроля, врачебного контроля за подготовкой спортсмена; - овладение основными средствами восстановления работоспособности; - проведение судейства соревнований по избранному виду спорта; - знание показателей технической подготовки: <ul style="list-style-type: none"> - рациональность; - эффективность; - экономичность; - фазы техники; - умение выполнять оценку правильности выполнения упражнений и исправлять ошибки; - знание основ тактических действий в избранном виде спорта; 	
<p>ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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
<p>ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - изложение и обоснование выбора методов и принципов отбора - изложение правил техники безопасности - проектирование и выполнение отборочного тестирования 	Практико-ориентированные задания
<p>ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и</p>	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация навыков выбора и подготовки инвентаря и 	Устный опрос

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля
готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	оборудования в соответствии с задачами, периодом подготовки спортсмена. - демонстрация навыков страховки и соблюдения техники безопасности.	
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 Практическая работа
ОК. 2 Организовывать собственную деятельность,	умения выбора и применение методов и способов решения профессиональных задач в области	

выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	физкультурно-спортивной подготовки; оценивание эффективности и качества 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 поиска необходимой 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 деятельность занимающихся ФК, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности	коррекция и самоанализ результатов собственной работы;	Тестирование

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	организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля;	Практико-ориентированные задания
ОК. 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления её целей, содержания обновления технологий.	проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности.	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	демонстрация профессионально значимых двигательных действий избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Практическая работа

НОВЫХ ВИДОВ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.		
---	--	--

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

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения, № страницы с изменением:

БЫЛО:

СТАЛО:

Основание:

Подпись лица, внесшего изменения

