

ОП. 08 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (Легкая атлетика с методикой преподавания)

1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО 49.02.01 «Физическая культура».

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (профессиональная переподготовка и курсы повышения квалификации) для учителей физической культуры, а также для профессиональной подготовки по очно-заочной, заочной формам и в форме экстерната по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура».

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Программа учебной дисциплины принадлежит к учебному циклу ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания.

3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- планировать, проводить и анализировать занятия по лёгкой атлетике;
 - выполнять профессионально значимые двигательные действия в видах лёгкой атлетики;
 - использовать терминологию лёгкой атлетике в физкультурно-спортивной деятельности;
 - применять приемы страховки и само страховки при выполнении легкоатлетических упражнений;
 - обучать технике видов в лёгкой атлетике
 - подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт легкоатлетического оборудования и инвентаря;
 - использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами лёгкой атлетики в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.
- знать:
- историю и этапы развития видов лёгкой атлетики;
 - терминологию видов лёгкой атлетики;
 - технику видов лёгкой атлетики;
 - содержание, формы организации и методику проведения занятий по видам лёгкой атлетики в школе;
 - методику обучения двигательным действиям видов лёгкой атлетики;
 - особенности и методику развития физических качеств в видах лёгкой атлетики;
 - основы судейства в лёгкой атлетике;
 - разновидности легкоатлетических сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами лёгкой атлетики, особенности их эксплуатации;
 - технику безопасности и требования к легкоатлетическим сооружениям, оборудованию и инвентарю.

В процессе изучения учебной дисциплины у обучающихся формируются компетенции:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

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

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

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

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

ОК 13. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

4. Содержание дисциплины

Раздел 1. Тематическое содержание учебного материала 2-го курса

- Тема 1.1 Введение в лёгкую атлетику
- Тема 1.2. Основы техники бега
- Тема 1.3. Техника и методика обучения спортивной ходьбы.
- Тема 1.4. Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции
- Тема 1.5. Техника и методика обучения прыжкам в длину с разбега
- Тема 1.6. Техника и методика обучения прыжкам в высоту с разбега
- Тема 1. 7. Техника и методика обучения метанию мяча с места
- Тема 1. 8. Техника и методика обучения прыжкам в длину с разбега
- Тема 1.9. Методика развития физических качеств на уроках лёгкой атлетики
- Тема 1.10. Техника и методика обучения метания мяча с разбега на дальность
- Раздел 2. Тематическое содержание учебного материала 3-го курса
- Тема 2.1. Техника и методика обучения бегу на средние дистанции
- Тема 2.2. Техника и методика обучения метания гранаты с разбега на дальность
- Тема 2.3. Правила, организация и проведение спортивных соревнований по легкой атлетике
- Тема 2.4. Техника безопасности, инвентарь, оборудование для занятий лёгкой атлетикой
- Тема 2.5. Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции
- Тема 2.6. Техника и методика обучения тройному прыжку с разбега
- Тема 2.7. Технология составления комплексов общеразвивающих упражнений и методы проведения на занятиях легкой атлетикой
- Тема 2.8. Техника и методика обучения прыжкам в высоту с разбега
- Тема 2.9. Организация, содержание и методы проведения учебных занятий по легкой атлетике
- Тема 2.10. Методика обучения двигательным действиям в урочных формах занятий
- Тема 2.11. Техника и методика обучения толкания ядра
- Тема 2.12. Техника и методика обучения эстафетному бегу
- Раздел 3. Тематическое содержание учебного материала 4-го курса
- Тема 3.1. Техника и методика обучения кроссовому бегу
- Тема 3.2. Техника и методика обучения метанию копья
- Тема 3.3. Техника и методика обучения барьерному бегу
- Тема 3.4. Методика проведения уроков по лёгкой атлетике

5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 255 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 170 часов;
самостоятельной работы обучающегося - 85 часов.

6. Формы контроля: дифференцированный зачет.

7. Составитель

М.В. Нестеркин, преподаватель ГБПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж №2».