

ОП 08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (Спортивно-педагогическое совершенствование в избранном виде спорта с методикой преподавания)

1. Область применения программы

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

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (волейболу, футболу, атлетической гимнастике);
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- использовать терминологию базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- историю и этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;
- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;

- особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым видам спорта;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным 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.

4. Содержание дисциплины

Раздел 1. Волейбол.

Тема 1.1. Техника безопасности, инвентарь, оборудование для занятий волейболом.

Тема 1.2. Основы судейства по волейболу.

Тема 1.3. Техника и методика совершенствования передач.

Тема 1.4. Техника и методика совершенствования подач.

Тема 1.5. Техника и методика совершенствования нападающего удара.

Тема 1.6. Контроль общей физической подготовленности волейболистов.

Тема 1.7. Техника и методика совершенствования блокирования.

Тема 1.8. Методика совершенствования групповых тактических взаимодействий.

Тема 1.9. Методика совершенствования командных тактических взаимодействий.

Тема 1.10. Методика совершенствования техники и тактики игры в защите.

Тема 1.11. Методика совершенствования техники и тактики игры в нападении.

Тема 1.12. Контроль специальной физической подготовленности волейболистов.

Тема 1.13. Методика силовой тренировки волейболистов.

Тема 1.14. Методика общей физической подготовки волейболистов.

Тема 1.15. Методика специальной физической подготовки волейболистов.

Тема 1.16. «Круговая тренировка» на тренировочных занятиях по волейболу.

Тема 1.17. Игровой метод в тренировке волейболистов.

Тема 1.18. Контроль технической подготовленности волейболистов.

Тема 1.19. Контроль за соревновательной деятельностью.

Раздел 2. Футбол.

Тема 2.1. Футбол в системе физического воспитания.

Тема 2.2. Техника безопасности, инвентарь, оборудование для занятий футболом.

Тема 2.3. Основы судейства по футболу.

Тема 2.4. Методика начального обучения игре в футбол.

Тема 2.5. Техника и методика обучения передачам и остановкам мяча

Тема 2.6. Техника и методика обучения ведению мяча

Тема 2.7. Техника и методика обучения обманным движениям.

Тема 2.8. Техника и методика обучения отбору мяча.

Тема 2.9. Тактика игры и методика обучения тактическим действиям.

Раздел 3. Атлетическая гимнастика.

Тема 3.1. Атлетическая гимнастика, как вид физкультурно-спортивной деятельности.

Тема 3.2. Общеразвивающие упражнения с преодолением собственного веса.

Тема 3.3. Силовые упражнения прикладного характера.

Тема 3.4. Силовые виды спорта: пауэрлифтинг и гиревой спорт.

Тема 3.5. Бодибилдинг, как вид атлетической гимнастики.

Тема 3.6. Питание, как неотъемлемая часть подготовки в атлетической гимнастике.

5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 177 часов, в том числе:

– обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 118 часов;

– самостоятельной работы обучающегося 59 часов.

6. Форма контроля

Итоговая аттестация: зачет.

7. Составители

Перезолов Алексей Евгеньевич, преподаватель, ГБПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж № 2»;

Бузмаков Олег Игнатьевич, преподаватель, ГБПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж № 2»;

Захаричева Екатерина Викторовна, преподаватель, ГБПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж № 2».