

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик:

БПОУ ВО «Череповецкий технологический колледж»

Разработчик: Сизяева Е.С., преподаватель первой квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура».

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

ОП. 00 Общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

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 коллегами и социальными партнерами.

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

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

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.

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 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта

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

- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
- составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- определять суточный расход энергии, составлять меню;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса;

- обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов.

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

- основы гигиены различных возрастных групп занимающихся;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- понятие медицинской группы;
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся;
- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий;
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся;
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов;
- гигиенические основы закаливания;
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения;
- понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **54 часов**, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **36 часа**;
самостоятельной работы обучающегося – **18 часов**.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	54
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
практические занятия	18
лекции	18
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов	Объем часов	Уровень освоения
1.Общая гигиена	Содержание учебного материала Понятие о гигиене. Гигиена физического воспитания и спорта. Методы исследования. Определение, цели, задачи. Связь с другими науками. Краткая история развития гигиены, роль отечественных учёных в развитии гигиенической науки	5	1
	Самостоятельная работа	1	1
	Работа с дополнительной литературой, интернет - ресурсами		
2. Гигиеническая характеристика основных факторов окружающей среды	Содержание учебного материала	3	2
	Гигиена воздуха и климата. Температура воздуха. Влажность воздуха. Движение воздуха. Атмосферное давление. Электрическое состояние воздушной среды. Химический состав воздуха. Загрязнения воздуха и борьба с ним. Радиоактивность воздушной среды. Понятие о погоде, климате, акклиматизации. Гигиена воды и почвы. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения. Санитарное обследование водоисточников. Очистка и обеззараживание воды. Гигиеническая характеристика почвы		

	Практические работы	4	2
	На темы: 1. Гигиеническая характеристика воздушной среды. 2. Определение источников загрязнения атмосферы. 3. Значение воды		
	Самостоятельная работа	3	2
	Написание рефератов Подготовка докладов: Гигиена факторов окружающей среды. Работа с дополнительной литературой, интернет - ресурсами		
3. Гигиена закаливания	Содержание учебного материала Значение, виды. Метод и принципы закаливания. Гигиенические требования к местам проведения закаливающих процедур. Закаливание воздухом. Закаливание водой. Закаливание солнцем	1	2
	Практическая работа:	1	2
	На тему: Закаливание. Подготовка и просмотр фильма «Закаливание»		
	Самостоятельная работа	2	2
	Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и дополнительной литературы по теме «Гигиена закаливания». Работа с дополнительной литературой, интернет-ресурсами		
4. Гигиена питания	Содержание учебного материала	3	2
	Питание спортсменов. Принципы рационального питания, восполнение энергозатрат. Понятие о сбалансированном питании, его режим. Суточный расход энергии и калорийность пищи. Качественный состав пищи. Пищевой режим. Режим питания во время и после соревнований. Рациональное питание. Соответствие пищи определённым гигиеническим требованиям: оптимальность в количественном отношении, разнообразие (содержание продуктов животного и растительного происхождения), хорошая усвояемость; доброкачественность и безвредность; значение пищи для спортсменов. Энергозатраты и методы их определения. Группы интенсивности труда. Основные компоненты пищи: белки (полноценные и неполноценные); жиры;		

	углеводы; витамины (водорастворимые и жирорастворимые); минеральные элементы: макроэлементы и микроэлементы. Суточная потребность организма в белках, углеводах, витаминах, минеральных элементах		
	Практические работы	5	2
	На темы: 1.Рациональный режим дня. 2.Гигиенические требования к меню. 3.Химический состав и калорийность суточного рациона спортсмена (белки, жиры, углеводы, минералы). 4.Витамины и их значение. 5.Влияние современных продуктов питания на организм		
	Самостоятельная работа	4	2
	Физиологическое значение 3-х блюд. Работа с дополнительной литературой, интернет-ресурсами. Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и дополнительной литературы по теме «Гигиена питания»		
5.Личная гигиена спортсменов	Содержание учебного материала	1	2
	Личная гигиена спортсменов: уход за телом: уход за кожей, руками, ногами, волосами. Гигиена спортивной одежды и обуви. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Перспективы улучшения гигиенических свойств спортивной одежды и обуви. Эксплуатация спортивной одежды и обуви и уход за ними		
	Самостоятельная работа	2	2
	Гигиеническое обследование спортивной одежды. Подготовка и просмотр фильма «Личная гигиена». Здоровый образ жизни и пути его формирования. Профилактика и коррекция вредных привычек. Работа с дополнительной литературой, интернет-ресурсами		
6.Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов	Содержание учебного материала	3	2
	Гигиена физической культуры в среднем и пожилом возрасте. Старение, его проявление. Значение физической культуры и спорта в борьбе за здоровье. Физкультурно-оздоровительные мероприятия для людей старшего возраста: утренняя гимнастика,		

	<p>физкультурные паузы, ходьба, бег, индивидуальные и групповые формы физических и спортивных тренировок, туристические походы, охота, рыбная ловля. Гигиенические принципы тренировочного процесса и соревнований. Основной принцип физического воспитания, тренировочного процесса и проведения соревнований - обеспечение оздоровительного эффекта и повышение работоспособности спортсменов. Циклические изменения работоспособности: сезонные, недельные, суточные, спортивные нагрузки, весовые категории, защитные приспособления спортсменов, количество и продолжительность раундов, схваток, таймов. Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление. Гидропроцедуры: душ, контрастный душ, тепловые, хвойные, кислородные, жемчужные ванны, плавание. Бани и тепловые камеры: парная и суховоздушная сауна. Значение искусственного ультрафиолетового облучения, ионизированного воздуха, дыхательных смесей для спортсменов после тренировочных занятий и соревнований. Гигиеническое обеспечение при подготовке на учебно-тренировочных сборах в различных климатических условиях. Основные мероприятия, обеспечивающие необходимые гигиенические условия для спортсменов: выбор места проведения сборов, бытовые условия, обеспечение калорийной и качественной пищей. Подготовка спортсменов в условиях высоких и низких температур воздуха, в горных условиях, в условиях временной адаптации. Профилактика теплового и солнечного удара, обморожения. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в отдельных видах спорта: лёгкая атлетика, плавание, спортивные игры, гимнастика, бокс, тяжёлая атлетика, конькобежный спорт, лыжный спорт</p>		
	Практические работы	4	2

	На темы: 1.Гигиенические нормы и оценка расписания уроков, тренировок 2.Динамика работоспособности у спортсменов в разные периоды (в течение дня, года недели, в период соревнований) 3.Влияние физических упражнений и спорта на сердечно - сосудистую систему в разные возрастные периоды. 4.Оценка уровня физической подготовленности		
	Самостоятельная работа	3	2
	Самостоятельная проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление практических работ, отчетов и подготовка к их защите, составление презентаций по теме: Динамика работоспособности у спортсменов. Доклад, сообщение, презентация: Возрастные особенности сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, опорно-двигательной систем детей младшего школьного возраста, подростков, взрослых		
7. Гигиенические основы спортивных сооружений, оборудования	Содержание учебного материала	2	2
	Гигиенические требования к строительным материалам, отоплению и вентиляции спортивных сооружений. Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию, напольным покрытиям. Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям. Гигиенические требования к крытым спортивным сооружениям. Вспомогательные помещения крытых спортивных сооружений. Профилактика шума в спортивных сооружениях		
	Практические работы	4	4
	На тему: Гигиеническая оценка условий в СК «Лидер», спортивного зала, стадиона		
	Самостоятельная работа	2	2
	Гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных, спортивных зданий. Работа с дополнительной литературой, интернет		

	ресурсами, подготовка к практической работе с использованием методических рекомендаций преподавателя и подготовка к их защите		
ВСЕГО	Лекции	16	
	Практические работы	18	
	Самостоятельная работа	18	
	Дифференцированный зачет	2	
ИТОГО		54	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2.- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.
Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно – наглядные пособия по дисциплине: «Гигиенические основы физического воспитания»;

Технические средства обучения:

интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Коваль В.И., Родионова Т.А.. Гигиена физического воспитания и спорта. Москва «Академия», 2014.

Дополнительные источники:

1. Кон. И. Введение в сексологию. - М.: Академия, 2000.
2. Румянцев Г.И., Воронцов М.П., Гончарук Е.И., Козлова Т.А., Селюжитский Г.В. Общая гигиена. - М.: Медицина, 2008.
3. Самойлов Н.Н., Стратиенко Е.Н. Особенности строения и функций мужских и женских половых органов. - Брянск., 2008.
4. Соковня - Семёнова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. - М.: Академия, 2007.

5. Соковня - Семёнова И.И. Основы физиологии и гигиены детей и подростков. -М.: Академия, 2011.
 6. Колесов Д.В., Р.Д. Маш. Основы гигиены и санитарии. - М.: Просвещение, 2009.
 7. Кон. И. Введение в сексологию. - М.: Академия, 2005.
 8. Лаптев А.П., Полиевский С.А. Гигиена (учебник для техникумов физической культуры). - М. Физкультура и спорт, 2005.
 9. Обреимова Н.И., Петрухин А.С. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков. Москва «Академия», 2007.
 - 10.Тен Е.Е. Основы медицинских знаний. - М.: Мастерство,2002.
 - 11.Шелтон Г. Натуральная гигиена. - Санкт - Петербург, 2005.
- Электронные ресурсы «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».**
 Форма доступа: <http://www.psihu.net/library/file114>

5. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
ПК 1.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	- умение ставить цели и задачи учебных занятий; - владение навыками проведения физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.	устный опрос
ПК 1.2. Мотивировать детей и взрослых; а так же лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в физкультурно-спортивной деятельности	- умение формировать физическую активность и здоровый стиль жизни - владение навыками формирования здорового образа жизни и физического совершенствования.	устный опрос
ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	- умение проводить занятия по физической культуре с учетом возрастных особенностей, состояния здоровья и уровня физической подготовленности занимающихся; - владение методикой проведения оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения.	устный опрос
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения занятий	- умение диагностировать обучаемость, воспитанность, осуществлять текущий и итоговый	устный опрос

	<p>контроль, оценивать результаты учебной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение оценкой результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета. 	
ПК 1.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	<ul style="list-style-type: none"> - умение готовить спортивное оборудование, инвентарь и спортивные сооружения к занятиям и соревнованиям; - умение применения знаний об организации, проектировании, строительстве, эксплуатации спортивных сооружений. 	устный опрос
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	<ul style="list-style-type: none"> - умение планировать и проводить занятия с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми по аэробике; - владение методами преподавания. 	устный опрос
ПК 2.2. Проводить учебно-тренировочные занятия	<ul style="list-style-type: none"> - умение обеспечивать взаимосвязь образовательных и воспитательных задач в учебно-тренировочном процессе; - владение способами и методами организации сотрудничества обучающихся и воспитанников в учебно-тренировочном процессе. 	устный опрос
ПК 2.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта	<ul style="list-style-type: none"> - знание теории спортивных соревнований, соревновательной деятельности и ее структуры, системы соревнований; правила соревнований избранном виде спорта. 	устный опрос
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	<ul style="list-style-type: none"> - умение оценивать физическое состояние обучающихся; - владение способами прогнозирования физического состояния организма учащихся, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом с применением адекватных и современных медико-биологических методов. 	устный опрос
ПК 2.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс	<ul style="list-style-type: none"> - умение применять на практике основные 	

и результаты руководства соревновательной деятельностью	параметры	
ПК 2.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию в избранном виде спорта	- умение использовать критерии спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	устный опрос
ПК 2.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	- умение готовить спортивное оборудование и инвентарь к занятиям	
ПК 2.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	- умение разрабатывать рабочие программы, учебно-тематические планы и др. на основе примерных для обеспечения образовательного процесса; - владение технологией разработки методических материалов с учетом области деятельности, особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся.	устный опрос
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта	- умение разрабатывать рабочие программы, учебно-тематические планы и др. на основе примерных для обеспечения образовательного процесса; - владение технологией разработки методических материалов с учетом области деятельности, особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся	устный опрос
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно - спортивных мероприятий и занятий	- умение практически реализовать основные положения теоретических основ гигиены	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения педагогической литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	- умение оценивать образовательные технологии в области гигиены	устный опрос
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений и др.	- умение оформлять результаты научной и методической работы.	устный опрос
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания,	умение организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по	устный опрос

физической культуры и спорта	проблемам гигиены в области физической культуры и спорта; - умение применять навыки научно- методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	
------------------------------	---	--

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	- умение формировать физическую активность и здоровый стиль жизни детей и взрослых.	устный опрос
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	- умение использовать политический подход при анализе явлений общественной жизни и проблем своей специальности, оценивать с этой точки зрения свою деятельность и находить оптимальное решение	устный опрос
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	- умение использовать основные методы защиты населения от последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - владение способами оценки негативных воздействий на здоровье населения.	устный опрос
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	- умение использовать программное обеспечение для статистического анализа данных); - умение работать с компьютером как средством управления информацией; - умение работать с информацией в глобальных компьютерных сетях.	устный опрос
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной	- умение использовать информационные ресурсы для поиска и хранения информации; - умение обрабатывать текстовую и табличную	устный опрос, реферат

деятельности	информацию; - умение создавать презентации.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами	- умение использовать на практике методы планирования и организации работы; - умение принимать решения и владеть навыками общения; - владение информацией о требованиях потенциальных работодателей к выпускнику для обеспечения качества учебно-воспитательного	устный опрос
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	- умение принимать эффективные решения, используя систему методов управления; - умение диагностировать обучаемость, воспитанность, социально- психологический климат коллектива; - умение осуществлять текущий и итоговый контроль, оценивать результаты учебной деятельности; - владение оценкой результативности учебно- воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета.	устный опрос
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- умение оценивать образовательные технологии в области адаптивной физической культуры, выявлять уровень профессионализма по результативно-личностному аспекту деятельности.	устный опрос
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	- умение применять современные методики и технологии в учебно- воспитательном процессе в различных образовательных учреждениях.	устный опрос
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	- умение проводить наблюдения за биохимическими явлениями и реакциями организма на спортивные нагрузки; - владение приемами контроля правильного физического развития	устный опрос

	воспитанников, корректного составления программ и грамотного ведения тренировочного процесса на основе знаний о биохимических процессах, протекающих в организме.	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	<ul style="list-style-type: none"> - умение руководствоваться нормативными правовыми документами в сфере адаптивной физической культуры и спорта; - владение навыками использования нормативных правовых документов в сфере адаптивной физической культуры и спорта. 	устный опрос
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной	- умение применять психолого-педагогические, медико-биологические, организационно-управленческие знания и навыки при обучении двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся.	устный опрос