

Департамент образования Вологодской области  
Бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Вологодской области  
«Череповецкий технологический колледж»

Рассмотрено  
на заседании методической комиссии  
сервиса, услуг и легкой промышленности  
Протокол № 1 от «04» / 09 2019г.  
Председатель МК Л  
/Лебедева Ю.А./

УТВЕРЖДАЮ  
Директор БПОУ ВО «Череповецкий  
технологический колледж»  
Прищеп А.В.  
«02» / 09 2019г.

СОГЛАСОВАНО  
Председатель комитета по физической  
культуре и спорту Мэрии г. Череповца  
/Мурогин А.В./

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных  
возрастных групп населения

Основная профессиональная образовательная программа –  
программа подготовки специалистов среднего звена

по специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

г. Череповец, 2019

Программа профессионального модуля «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности 49.02.01 «Физическая культура» среднего профессионального образования (далее - СПО).

**Организация - разработчик:**

БПОУ ВО «Череповецкий технологический колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>4</b>
<b>2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>8</b>
<b>3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>9</b>
<b>4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ</b>	<b>18</b>
<b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)</b>	<b>21</b>

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

## **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**

### **1.1. Область применения примерной программы**

Рабочая программа профессионального модуля (далее рабочая программа) – является частью примерной основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО в соответствии с ФГОС СПО по специальности **49.02.01 Физическая культура** в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

1. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.
2. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
3. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
4. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
5. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
6. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
7. 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.

Программа профессионального модуля может быть использована в профессиональной подготовке педагогов по физической культуре и спорту при наличии общего среднего образования.

### **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 планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;

- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

#### **уметь:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа.

#### **знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;

- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных 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;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

### **1.3. Количество часов на освоение рабочей программы профессионального модуля:**

Максимальное количество времени, отводимое на освоение профессионального модуля – 1321 часов, в том числе:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося (теоретическое обучение)	1105 часов
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	737 часов
- самостоятельной работы обучающегося	368 часов
Учебная практика	108 часов
Производственная практика (по профилю специальности)	108 часов

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности (ВПД) **организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
	Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.
ПК 2.1.	Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.
ПК 2.2.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.3.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.4.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.5.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.6.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
	Педагог по физической культуре и спорту должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:
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.

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

#### 3.1. Тематический план профессионального модуля

Код профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего часов	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)					Практика	
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося		Учебная, часов	Производственная (педагогическая), часов
			Всего, часов	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
ПК 1-5	Раздел 1. МДК.02.01 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки	859	573	280	--	286	--	--	--
	Легкая атлетика.	120	80	32	--	40	--	--	--
	Гимнастика.	80	50	24	--	30	--	--	--
	Плавание.	60	38	23	--	22	--	--	--
	Единоборства	59	39	18	--	20	--	--	--
	Лыжный спорт.	100	76	21	--	24	--	--	--
	Баскетбол.	80	60	21	--	25	--	--	--
	Волейбол.	80	60	21	--	25	--	--	--
	Подвижные игры.	80	58	28	--	22	--	--	--
	Футбол.	80	52	28	--	28	--	--	--
	Аэробика.	60	40	26	--	25	--	--	--
	Силовой атлетизм.	60	40	26	--	25	--	--	--
ПК 1, 5, 8	Раздел 2. МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы.	165	110	30	-	55	--	--	--
ПК 5, 6	Раздел 3. МДК.02.03 Лечебная физическая культура и массаж.	81	54	12	--	27	--	--	--
ПК 1-8	Учебная практика	108						108	
ПК 1-8	Производственная практика по профилю специальности, часов	108							108
Всего:		1321	737	322	--	368	--	108	108

### 3.2. Содержание обучения по профессиональному модулю (ПМ)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов аудиторных	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>МДК 02.01</b>	<b>Базовые и новые физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки.</b>	573	
Тема 2.1 Легкая атлетика.	<b>Содержание</b>		
	Теоретические занятия		
	Основы техники ходьбы и бега. Основы техники прыжков. Основы техники метаний. Общеразвивающие и специальные упражнения. Сдача контрольных нормативов.	80	
	Основы методики обучения. Составление документов планирования.		
	<b>Практические занятия</b>	280	
	Составление комплексов: ОРУ, силы, быстроты, выносливости, гибкости, спец . упр-ний.	10	
	Спортивная ходьба: особенности техники, фаза передней опоры, положение туловища, работа рук, учет индивидуальной особенностей, типичные ошибки и их исправление.	8	
	Бег на короткие дистанции: разновидности низкого старта, стартовый разгон и его особенности, бег по дистанции, положение туловища, работа рук. Особенности бега на повороте.	10	
	Бег на средние дистанции и по пересеченной местности: зависимость скорости бега от длины и частоты шагов, фазы отталкивания , полета, стартовый разгон, бег по повороту, особенности бега по пересеченной местности, дыхание при беге, типичные ошибки и их исправление.	10	
	Эстафетный бег: виды эстафетного бега, способы передачи палочки. Зона передачи. определение контрольной отметки, типичные ошибки. Распределение участников по этапам.	10	
	Барьерный бег. Бег с препятствиями: дистанции барьерного бега, расстановка барьеров, ритм бега между барьерами. Особенности техники старта, основные средства обучения.	10	
	Прыжки в высоту и с шестом: особенности разбега. Длина разбега, особенности последних шагов. Характеристика фазы отталкивания, преодоления планки, отталкивания и приземления. Типичные ошибки и их исправления.	10	
	Прыжки в длину и тройным с разбега: особенности разбега и отталкивания, основные фазы. Типичные ошибки и их исправление.	6	
	Метания: способы держания снаряда, характеристика фаз, разбег, обгон снаряда, финальное уси-	6	

	лие. Типичные ошибки и их исправление.		
	Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике	10	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - составление комплексов упражнений для развития физических качеств - оставление анализа проведения урока по легкой атлетике - выявление типичных ошибок при выполнении двигательных действий в легкой атлетике - работа над выполнением контрольных нормативов по л/а - самостоятельные работы по всем видам легкой атлетике - организация и методика проведения занятий по л/а	84	
Тема 1.2 Гимнастика.	Терминология гимнастики. Основы техники упражнений на снарядах.	50	
	Основы обучения гимнастическими упражнениями. Сдача контрольных нормативов.		
	Практические занятия Освоение основных средств гимнастики, строевые упражнения, общеразвивающие упражнения.	10	
	Выполнение вольных упражнений, на брусьях, на перекладине, кольцах, коне, композиции упражнений, упражнения на бревне, опорные прыжки	20	
	Оздоровительная гимнастика и методика обучения.	4	
	Сдача контрольных нормативов по гимнастике.	6	
	Самостоятельная работа при изучении раздела ПМ - самостоятельное изучение правил построения занятий и комплексов упражнений - оставление документов планирования, конспекты и планы урока - самостоятельные работы по всем видам гимнастики	40	
Тема 1.3 Плавание	Плавание как вид спорта и средство физического воспитания. Спортивное плавание, классификация способов плавания. Прикладное значение плавания. Оздоровительный эффект.	38	
	<b>Практические занятия</b> Обучение плаванию, обучение плаванию различными способами плавания. Организация обучения плаванию в школьных и дошкольных учреждениях. Занятия оздоровительным плаванием. Изучение способов транспортировки утопающего, ныряние, прикладные способы плавания.	20	
	<b>Самостоятельная работа при</b> изучении раздела ПМ - самостоятельное изучение правил построения занятий и составление комплексов упражнений - структура урока плавания - средства тренировки в плавании - методика тренировки в плавании	20	
Тема 1.4.	Классификация видов борьбы. Правила техники безопасности. Греко-римская борьба и вольная	39	

Единоборства	борьба, основные понятия и методика обучения простейших приемов. Самбо и дзюдо, обучение простейших приемов, развитие физических качеств с помощью элементов единоборств.		
	<b>Практические занятия</b> Обучение приемов борьбы, приемов самообороны, комплексы упражнений по развитию двигательных качеств, составление комплексов занятий.	8	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - самостоятельное изучение приемов борьбы - изучение правил борьбы, правил судейства - методика обучения различных элементов единоборств	10	
Тема 1.5 Лыжный спорт	Классификация видов лыжного спорта. Основы техники лыжного хода и методика обучения. Лыжное двоеборье, биатлон основные понятия, основы методического обучения. Лыжный инвентарь.	76	
	<b>Практические занятия</b> Основы методики обучения технике передвижения на лыжах. Обучение технике передвижения на лыжах.. Обучение преодолению спусков, подъемов, неровностей. Задачи и содержание урока. Средства и методы спортивной тренировки. Сдача контрольных нормативов.	40	
	<b>Самостоятельная работа</b> - средства и методы тренировки - типичные ошибки техники классического и конькового хода - правила соревнований и методика судейства	46	
Тема 1.6. Баскетбол	Основы методики обучения баскетболу. Отработка техники игры в нападении. Отработка техники игры в защите. Отработка тактики игры в баскетбол. Сдача контрольных нормативов.	60	
	<b>Практические занятия</b> Отработка техники игры в нападении. Отработка техники игры в защите. Стойки, передвижения, броски, пасы, блокирование, подстраховка. Сдача контрольных нормативов.	16	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - задачи и содержание урока - написание конспекта урока - проведение части урока - составление документов планирования	20	
Тема 1.7. Волейбол	Терминология волейбола. Основы методики обучения . Отработка техники игры в нападении. Отработка техники игры в защите. Отработка тактики игры в волейбол. Сдача контрольных нормативов.	60	
	<b>Практические занятия</b> Отработка техники игры в нападении. Обработка техники игры в защите. Основы методики обучения. Сдача контрольных нормативов.	20	

	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - составление документов планирования - задачи и содержание урока - написание конспекта урока - проведение части урока - общая характеристика волейбола	16	
Тема 1.8. Подвижные игры.	Основные понятия. Классификация подвижных игр, меры безопасности. Основы методики обучения подвижным играм. Методика проведения подвижных игр на занятиях физической культуры.	58	
	<b>Практические занятия</b> Подбор игр о т зависимости выбранного вида спорта. Игры способствующие овладению правильной техникой и тактикой изучаемых видов спорта.	8	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - самостоятельное изучение правил построения занятий с подвижными играми - игры в оздоровительных лагерях - подвижные игры во внеурочных формах работы	10	
Тема 1.9. Футбол.	Основные понятия , терминология футбола. Основы методики обучения футболу. Отработка техники игры в защите и в нападении. Перемещения, владения мячом, удары. Сдача контрольных нормативов.	52	
	<b>Практические занятия</b> Отработка техники игры в нападении. Отработка техники игры в защите. Отработка тактики игры в футбол. Перемещения с мячом, приемы, пасы, отработка ударов.	16	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - структура урока по футболу - задачи и содержание урока - написание конспекта урока - общая характеристика футбола	20	
Тема 1.10. Аэробика	Значение и особенности воздействия на организм. Виды и средства аэробики. Шейпинг, степ-аэробика, слайд-аэробика, аквааэробика , силовая аэробика.. Составление комплексов аэробики.	40	
	<b>Практические занятия</b> Обучение двигательными действиями в различных формах занятий аэробики. Обучение правильности проведения занятий.. Структура занятий, особенности проведения.	8	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - написание комплексов занятий по аэробике - составление документов планирования занятий - правила безопасности при занятиях	8	

Тема 1.11. Силовой атлетизм	Основные понятия и значение занятиями атлетической гимнастикой. Правила проведения занятий с отягощениями. Методика занятий , правила проведения занятий с отягощениями. Тренажерные устройства, правила, методика и техника безопасности на занятиях в тренажерном зале. Сдача контрольных нормативов.	40	
	<b>Практические занятия</b> Обучение методики проведения занятий силовыми упражнениями. Обучение проведение занятий в тренажерном зале. Средства обучения, построение структуры занятий. Сдача контрольных нормативов.	8	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - написание комплексов занятий - составление плана занятий силовыми упражнениями - изучение метода последовательности и соблюдения правил безопасности на занятиях	8	
МДК 02.02	Организация физкультурно-спортивной работы.	110	
	Содержание Аудиторные занятия – 80 часов. Практические занятия – 30 часов.		
Теоретические занятия	Сущность физкультурно – спортивной деятельности, понятие, значение.	4	
	Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности.	4	
	Функции физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.	4	
	Формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.	4	
	Методика формирования занятий.	4	
	Методы обучения двигательными действиями.	4	
	Методы формирования знаний, развитие физических качеств и способностей.	8	
	Методы воспитания личности. Физкультурно-оздоровительные занятия в системе образования.	8	
	Физкультурно-оздоровительные занятия физической рекреации. Нетрадиционные средства.	8	
	Дополнительное образование в области физической культуры.	4	
	Планирование и педагогический контроль на физкультурно-оздоровительных занятиях	8	
	Требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям, оборудованию и инвентарю.	8	
	Организация и управление спортом. Классификация лиц занимающихся спортом, Планирование спортивно-массовых мероприятий.	12	
	<b>Практические занятия</b> Разработка схемы «Особенности обучения двигательными действиями». Разработка требований к организации и проведению оздоровительных занятий и мероприятий. Составление документов планиро-	30	

	вания. Проведение хронометрирования занятий. Составление положения о соревновании. Составление сценарного плана проведения спортивных праздников.		
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций - самостоятельное изучение особенностей проведения занятий и мероприятий - систематическая разработка конспектов проведения занятий	55	
<b>МДК 02.03</b>	Лечебная физическая культура и массаж.	54	
	<b>Содержание</b>		
	<b>Теоретические занятия</b>		
	Общие основы лечебной физкультуры, Средства и формы ЛФК. Классификация упражнений в ЛФК. Дозировка и критерии величины нагрузки в ЛФК.	8	
	Техника безопасности на занятиях ЛФК и массажу. Гигиенические требования. Выполнение рекомендаций по выполнению нагрузки. Страховка, поддержка при выполнении упражнений.	8	
	Значение ЛФК в лечении и заболевании тавм. Формы ЛФК в различных двигательных режимах. Процедура лечебной гимнастики. Характеристика лечебных режимов.	8	
	ЛФК при заболеваниях органов дыхания, кровообращения, нервной системы, внутренних органов. Активные и пассивные методы проведения приемов в ЛФК.	8	
	Показания и противопоказания при назначении массажа. Физиологические механизмы влияния массажа на организм. Методика проведения массажа, приемы массажа.	10	
	<b>Практические занятия</b> Исследование физического развития школьника. Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений. Функциональные пробы, тесты. Формы работы ВК. Проведение простейших проб. Оценка степени утомляемости при выполнении физических упражнений.	12	
	<b>Самостоятельная работа</b> при изучении раздела ПМ - подготовка сообщений «Формы работы ВК» - «Визуальные признаки утомления» - составление схем «Классификация гимнастических упражнений , спортивно-прикладных, игровых в ЛФК» - составление методических правил проведения занятий ЛФК - изучение техники приемов массажа	27	
	<b>Всего:</b>	<b>737</b>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем).</li> <li>Подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление лабораторно-практических работ, отчетов.</li> <li>Самостоятельное изучение правил построения тренировочного занятия и составления комплексов упражнений.</li> <li>Ознакомление с учебной, внеклассной работой по физическому воспитанию в ДЮСШОР.</li> <li>Ознакомление с принципами организации и проведения спортивных праздников и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> <li>Приобретение практических умений и навыков в организации и проведении спортивных праздников и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> </ul>		
<b>Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>	368	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Общая характеристика деятельности в избранном виде спорта (определение, классификация, требования, предъявляемые к физическим качествам, фазовая структура, основные задачи, факторы, определяющие спортивный результат).</li> <li>Составление положения, составление графика игр, составление таблицы, ведение протокола соревнований.</li> <li>Методика развития силы (определение двигательного качества, разновидность силы, методы и средства развития силы).</li> <li>Методика развития выносливости (определение двигательного качества, виды выносливости, этапы развития выносливости, методы и средства развития выносливости).</li> <li>Методика развития быстроты в избранном виде спорта.</li> <li>Методика развития гибкости в избранном виде спорта.</li> <li>Составление конспектов общеразвивающих и специальных упражнений.</li> <li>Организация проведения жеребьевки.</li> <li>Составление графика игр по круговой и олимпийской системе.</li> <li>Организация судейства соревнований.</li> </ul>		
<b>Учебная практика</b>	108	
<b>Виды работ</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Умение подготовить места занятий, необходимого инвентаря, обеспечение техники безопасности</li> <li>Проведение занятий с группами начальной подготовки. Составление планов тренировки, конспекта занятий.</li> <li>Проведение хронометрирования физкультурного занятия, анализ плотности и двигательной активности занимающихся.</li> <li>Составление положения о спортивном соревновании, регламент проведения.</li> <li>Составление сценария спортивного праздника, церемонии открытия, закрытия и награждения.</li> </ol>		
<b>Производственная практика по профилю специальности</b>	108	
<b>Виды работ</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Закрепление и усовершенствование совокупности профессионально-педагогических умений и навыков преподавателя физической культуры.</li> <li>Расширение, закрепление и усовершенствование умения самостоятельного, творческого решения основных задач физического воспитания в единстве с решением задач трудового, нравственного и эстетического воспитания.</li> <li>Воспитание высокой гражданской и профессиональной ответственности за качество обучения и воспитания.</li> <li>Самостоятельно планирование учебно-воспитательного процесса по предмету и физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся с учётом конкретных условий учебного заведения (традиции, материальная база, подготовленность учащихся и т.п.).</li> <li>Овладение организационными умениями и навыками, необходимыми в подготовке и проведении урока.</li> <li>Умение подготовить места занятий, необходимый инвентарь и оборудование в соответствии с задачами, содержанием и мето-</li> </ol>		

<p>дикой урока.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Обучение приемам целесообразного расположения учащихся при решении различных задач в процессе урока.</li> <li>8. Обучение целесообразно организовывать учащихся для обеспечения запланированной моторной плотности урока, управлять классом, добиваясь высокой активности занимающихся.</li> <li>9. Умение применять на практике различные методы организации учащихся на уроке, методы групповых и индивидуальных заданий, круговую тренировку.</li> <li>10. Умение осуществлять педагогический контроль за занимающимися, проводить текущий учёт успеваемости.</li> <li>11. Обучение умению правильно выбирать место для руководства уроком, чётко, правильно командовать и давать распоряжения.</li> <li>12. Приобретение умения работать в контакте с учителями и товарищами по бригаде.</li> <li>13. Изучить документы планирования и учёта: учебного процесса по предмету «Физическая культура», физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продлённого дня, внеклассным формам занятий.</li> <li>14. Разработать календарно-тематический план учебной работы на весь период практики для одного из прикрепленных классов.</li> <li>15. Самостоятельно преподавать предмет в начальных, средних и старших классах, проводить уроки разного типа, обеспечивая общие знания, формирование двигательных умений и навыков в соответствии с программой, воспитание физических качеств, обучение умениям самостоятельно заниматься физическими упражнениями.</li> <li>16. Изучить опыт преподавания предмета преподавателей физической культуры и товарищей по бригаде и использовать его в своей практической деятельности.</li> <li>17. Изучить и проанализировать опыт работы со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</li> <li>18. Разработать комплексы заданий для самостоятельного выполнения физических упражнений и ввести их в практику работы со школьниками прикрепленных классов.</li> <li>19. Участвовать в практической работе по организационному укреплению одной из школьных спортивных секций, выполняя обязанности тренера. Разработать планы – конспекты и самостоятельно провести занятия в прикрепленной секции.</li> <li>20. Посещение уроков по общеобразовательным предметам в прикрепленных классах;</li> <li>21. Посещение уроков, проводимые учителем физической культуры с последующим их обсуждением;</li> <li>22. Посещение уроков в роли помощника учителя (не менее трех);</li> <li>23. Самостоятельное проведение предмета в начальных, средних и старших классах;</li> <li>24. Посещение уроков, проводимых другими студентами – практикантами с целью педагогического наблюдения (в течение всего периода практики);</li> <li>25. Проведение контрольных уроков;</li> <li>26. Ознакомление с организацией занятий учащихся, отнесенных в специальные медицинские группы.</li> </ol>		
---	--	--

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся реализуется:

- в учебных кабинетах;
- спортивном зале учебного корпуса;
- стадион;
- ФОК «Лидер».

Реализация профессионального модуля предполагает наличие спортивного зала (спортивной базы) по видам спорта.

Занятия учебной и производственной практики проводятся на базе:

- МБОУ ДОД «ДЮСШ № 1»;
- МБОУ ДОД «ДЮСШ № 3»;
- МБОУ ДОД «ДЮСШ № 4»;
- МАОУ ДОД «ДЮСШ боевых искусств»;
- МАУ «Физкультура и спорт».

Оборудование спортивного зала (спортивной базы):

1. Легкая атлетика: рабочие места по количеству обучающихся;
2. Гимнастика: рабочие места по количеству обучающихся;
3. Плавание: рабочие места по количеству обучающихся;
4. Единоборства: рабочие места по количеству обучающихся;
5. Лыжный спорт: рабочие места по количеству обучающихся;
6. Баскетбол: рабочие места по количеству обучающихся;
7. Волейбол: рабочие места по количеству обучающихся;
8. Подвижные игры: рабочие места по количеству обучающихся;
9. Футбол: рабочие места по количеству обучающихся;
10. Аэробика: рабочие места по количеству обучающихся;
11. Силовой атлетизм: рабочие места по количеству обучающихся;

### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

#### **Основные источники:**

1. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО Никитушкин В.Г., Чесноков Н.Н., Чернышева Е.Н

Год: 2017 / Гриф УМО СПО

2. ПРОЕКТНОЕ ОБУЧЕНИЕ ОСНОВАМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО Петряков П.А., Шувалова М.Е. Год: 2017 / Гриф УМО СПО

3. Лечебная физическая культура. Попов С.Н.- М: Академия , 2014.

## **Дополнительные источники:**

### ***Легкая атлетика:***

- Жилкин А.И. Легкая атлетика.- М.: Академия, 2005 год.

### ***Гимнастика:***

- Гимнастика: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений/М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. -448 с

### ***Плавание, велоспорт, биатлон:***

- Учебник для вузов физической культуры «Спортивное плавание»/Под ред. Булгаковой Н.Ж./.- М.: Физкультура, образование и наука, 1996 г.

### ***Велоспорт:***

- Краснов В. Подготовка велосипедистов в кросс-кантри. Чебоксары: Чув.гос.пед.ун-т, 2005 г.

### ***Лыжный спорт:***

- Бутин И.М. Лыжный спорт.- М.: Академия, 2000г.

### ***Легкая атлетика:***

1. Судейство соревнований по легкой атлетике/ Справочник/ М.:Терра-Спорт,2004 год.
2. Легкая атлетика. Правила соревнований ВФЛА.- М.: Советский спорт, 2007 год.
3. Спортивная ходьба: судейство и организация соревнований.- М.: Терра- Спорт, 2004 год.
4. Практикум по легкой атлетике/ Под ред. Лазарева И.В., Кузнецова В.С., Орлова Г.А./.- М.: Академия, 1999.
5. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов.- М.: Спорт Академ Пресс, 2001.

### ***Гимнастика:***

1. Петров В.К., Методика преподавания гимнастики в школе.- М., Владос, 2000г.
2. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: ФиС, 1983.
3. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. – М., Терра-спорт, 2002.
4. Гимнастическое многоборье. Женские виды/ Под ред. Ю.К. Гавердовского. – М.: ФиС, 1987.
5. Гимнастическое многоборье. Мужские виды/ Под ред. Ю.К. Гавердовского. – М.: ФиС, 1986.

### ***Плавание:***

1. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп.- М.: Спорт Академ Пресс, 2001 г.

### ***Лыжный спорт:***

1. Антонова О.Н., Кузнецов В.С. Лыжная подготовка.- М.:Академия, 1999 г.
2. Раменская Т.И. Техника подготовки лыжника: учебно-практическое пособие. - М.: ФиФ,1999 г.
3. Правила соревнований по лыжным гонкам 2001-2005.- М.: СпортАкадемПресс, 2001г.

#### **4.3. Общие требования к организации образовательного процесса**

Обязательным условием успешного обучения в рамках профессионального модуля «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных групп населения» является освоение учебной и производственной практики.

#### **4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

**Требования к квалификации педагогических (тренерских) кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарному курсу:** наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю модуля «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» и специальности «Физическая культура».

**Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой**

**Педагогический состав:** дипломированные специалисты – преподаватели по специальности «Физическая культура».

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

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- иметь опыт анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</li> <li>- иметь опыт определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;</li> <li>- уметь планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);</li> <li>- знать сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;</li> </ul>	<p><i>Текущий контроль в форме:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- защиты практических занятий;</li> <li>- контрольных работ по темам МДК.</li> </ul> <p><i>Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля.</i></p> <p><i>Комплексный экзамен по профессиональному модулю.</i></p>
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;</li> </ul>	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;</li> <li>- уметь организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;</li> <li>- уметь использовать основные приемы массажа и самомассажа;</li> <li>- знать требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;</li> <li>- знать основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать методику проведения занятий на</li> </ul>	

	<p>базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</li> <li>- знать средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;</li> <li>- знать дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;</li> <li>- знать показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;</li> <li>- знать методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;</li> <li>- знать понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;</li> <li>- знать основные виды и приемы массажа.</li> </ul>	
<p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- иметь опыт наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li> <li>- уметь осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;</li> <li>- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных ме-</li> </ul>	

	<p>роприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</li> </ul>	
<p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- уметь применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- знать виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</li> <li>- знать технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;</li> </ul>	
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- иметь опыт ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;</li> <li>- знать виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;</li> </ul>	

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.

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	– демонстрация интереса к будущей профессии	<i>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</i>
Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	– выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач в области физкультурно-спортивной подготовки; – оценка эффективности и качества выполнения;	
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;	
Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	– эффективный поиск необходимой информации; – использование различных источников, включая электронные носители и сеть Интернет;	
Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	– разработка планирующей документации; – создание баз данных результатов и их учет;	
Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	– взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения;	
Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий	– самоанализ и коррекция результатов собственной работы;	
Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	– организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля;	
Обеспечивать безопасные условия труда в профессиональной деятельности	– соблюдение техники безопасности.	