



Министерство образования Самарской области
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Самарской области
«Тольяттинский индустриально-педагогический колледж»
(ГАПОУ СО «ТИПК»)



OU=Директор, O=ГАПОУ
СО «ТИПК», CN=Чернова
С.Н., E=tu_tipk_tlt@
edu.tgl.ru
00d40e920388a73cf9
2026.05.29 10:39:09+04'00'

УТВЕРЖДЕНО
Приказ директора
ГАПОУ СО «ТИПК»
от 2026 №

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

РАССМОТРЕНО
на заседании рабочей группы ОП
по специальности 44.02.06
Протокол № 10
от «28» мая 2026г.
Руководитель ОП Е.Н.Гражданкина

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»** разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее – СПО) и на основании примерной образовательной программы по специальности 44.02.06 Мастер производственного обучения (по отраслям)

Организация-разработчик: ГАПОУ СО «ТИПК».

Разработчик:
Ахунова М.Е. – преподаватель высшей квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы подготовки специалистов среднего звена: Учебная дисциплина «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» входит в общепрофессиональный цикл и является частью вариативной составляющей образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 44.02.06 «Профессиональное обучение (по отраслям)» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО).

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01., ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

Цель учебной дисциплины — сформировать у обучающихся комплекс знаний, умений и практического опыта в области базовых и современных физкультурно-спортивных видов деятельности, развить способность грамотно демонстрировать, адаптировать и методически сопровождать двигательные действия с учётом возрастных, физических и профессиональных особенностей обучающихся, а также обеспечить применение этих компетенций в будущей педагогической и учебно-производственной работе.

Общие компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Профессиональные компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:

ПК 1.1. Организовывать образовательный процесс и учебно-производственную деятельность на основе федеральных государственных образовательных стандартов, в том числе с использованием дистанционных технологий, электронного обучения и цифровых средств, в соответствии с действующими санитарными правилами;

ПК 1.2. Осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы профессионального обучения, среднего профессионального образования в процессе учебно-производственной деятельности, промежуточной и итоговой аттестации, в том числе в форме демонстрационного экзамена, иных форм аттестации и с использованием дистанционных технологий, цифровых средств;

ПК 1.3. Разрабатывать программно-методическое обеспечение учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практической подготовки программ профессионального обучения, программ среднего профессионального образования, включая рабочие программы воспитания;

ПК 2.3. Осуществлять организационно-педагогическую поддержку общественной, научной, творческой и спортивной активности обучающихся;

ПК 5.1. Организовывать и проводить занятия по физической подготовке и физическому развитию с различными категориями занимающихся в соответствии с программой и планом занятия;

ПК 5.2. Демонстрировать технику выполнения упражнений и корректировать двигательные действия занимающихся с обеспечением безопасности.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3. ПК 5.1. ПК 5.2.	<u>Уметь:</u> выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; использовать оборудование и инвентарь для занятий различными	<u>Знать:</u> технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки;

	видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;	методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
--	---	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Объём образовательной программы	127
Самостоятельная работа	0
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	119
в том числе:	
теоретическое обучение	49
лабораторные работы (если предусмотрено)	-
практические занятия (если предусмотрено)	70
консультация	2
Итоговая аттестация – экзамен	6

2.2. ИНСТРУКЦИЯ

по составлению рабочей программы учебной дисциплины/профессионального модуля

Рабочая программа по учебной дисциплине/профессиональному модулю (далее – РП УД/ПМ) – учебно-методический документ, составленный в соответствии с учебным планом, в котором отражена последовательность изучения и распределение объема времени по разделам и темам. Количество часов по РП УД/ПМ включает объём образовательной программы, состоящий из суммарной учебной нагрузки во взаимодействии с преподавателем и самостоятельной работы.

Форма РП УД/ПМ является единой для преподавателей ГАПОУ СО «ТИПК». РП УД/ПМ востребуется преподавателем при проектировании им образовательной деятельности и является составным компонентом образовательной программы.

При составлении РП УД/ПМ необходимо учесть следующее:

1. Рассмотрение и обсуждение РП УД/ПМ осуществляется ежегодно на заседаниях рабочих групп ОП соответствующего профиля. РП УД/ПМ утверждается директором, что отражается на втором листе.
2. В графе №1 «Наименование разделов и тем» последовательно планируется весь материал рабочей программы, распределенный по разделам и темам.
3. В графе №2 «Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, курсовая работа (проект)» последовательно планируется весь материал рабочей программы, распределенный по дидактическим единицам (вопросам), № лабораторных работ и практических занятий. Следует выделять основные темы с разбивкой на занятия – 1 час.
4. В графе 3 «Объём часов» ставится дробь, числитель которой означает количество часов, отведенных на занятие в данный день, а знаменатель – количество часов, прошедшее с начала учебного года. Например, 1/1, 1/2, 1/3, 1/4, 1/5 и т.д.
5. В графе №4 «Уровень освоения» указывается уровень освоения темы в соответствии с рекомендациями: 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)
6. В графе 5 «№ занятий» последовательно проставляются номера занятий (1.2.3....), которые должны соответствовать записям, зафиксированным в журнале теоретических занятий по соответствующим УД/ПМ.
7. В графе 6 «Вид занятия» планируются виды учебных занятий: лекция, семинар, лабораторная работа, практическое занятие, контрольная работа, консультация, выполнение курсовой работы, комбинированный урок, деловая или ролевая игра, разбор конкретных ситуаций, психологический и иной тренинг, компьютерная симуляция, групповая дискуссия (условные обозначения - ЛР – лабораторная работа; ПЗ – практическое занятие; КУ - комбинированный урок).
8. В графе 7 «Внеаудиторная самостоятельная работа» указываются виды самостоятельной работы (проработка конспектов занятий, самостоятельная работа с учебником и нормативной литературой, решение задач, выполнение отчётных работ к практическим занятиям и лабораторным работам, выполнение расчетно-графических работ, написание рефератов, подготовка презентаций, подготовка докладов, подготовка сообщений и др.).
9. В графе №8 «Количество часов» указывается количество часов, отведённое на самостоятельную работу.

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины

К	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения	№ занятия	Вид занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа	
						Задание	Кол-во часов
1	2	3	4	5	6	7	8
		119					
Раздел 1. Гимнастика		36					
Тема 1.1. Гимнастическая терминология	Содержание учебного материала	2					
	Значение гимнастической терминологии, требования к ней	1/1	2	1	Лекция-беседа		
	Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения терминов)	1/2	2	2	КУ		
Тема 1.2. Методические особенности проведения строевых упражнений	Содержание учебного материала	3					
	Классификация, назначение, особенности строевых упражнений. Строй и его структурные элементы	1/3	1	3	Лекция с ИКТ		
	Методы и методические приемы обучения строевым упражнениям	1/4	1	4	КУ		
	Практическое занятие 1. Выполнение строевых приемов, построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий	1/5	2	5	ПЗ		
Тема 1.3. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений	Содержание учебного материала	7					
	Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предмета, в парах, с предметами разными способами	1/6	2	6	КУ		
	Практическое занятие 2. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделению	1/7	2	7	ПЗ		

	Практическое занятие 2. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделением	1/8	2	8	ПЗ		
	Практическое занятие 3. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ различными способами без предмета (раздельным, поточным, проходным, круговым и.т.д.)	1/9	2	9	ПЗ		
	Практическое занятие 3. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ различными способами без предмета (раздельным, поточным, проходным, круговым и.т.д.)	1/10	2	10	ПЗ		
	Практическое занятие 4. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ с предметами (с мячом, с гимнастической палкой, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке и.т.д.)	1/11	2	11	ПЗ		
	Практическое занятие 4. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ с предметами (с мячом, с гимнастической палкой, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке и.т.д.)	1/12	2	12	ПЗ		
Тема 1.4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям	Содержание учебного материала	6					
	Техника гимнастических упражнений и закономерности лежащие в ее основе. Статические и динамические упражнения.	1/13	1	13	Лекция-видео-урок		
	Характеристика, классификация акробатических упражнений. Методика обучения гимнастическим упражнениям	1/14	1	14	Лекция		
	Методика исправления ошибок. Подготовка мест занятий, спортивного	1/15	2	15	КУ		

	инвентаря и оборудования.						
	Применение приемов страховки, помощи и самостраховки	1/16	2	16	КУ		
	Практическое занятие 5. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (группировка, перекувы, кувырок вперед и назад, стойка на лопатках, стойка на голове и руках, стойка на руках, мост, переворот боком «колесо» и.т.д.)	1/17	2	17	ПЗ		
	Практическое занятие 5. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (группировка, перекувы, кувырок вперед и назад, стойка на лопатках, стойка на голове и руках, стойка на руках, мост, переворот боком «колесо» и.т.д.)	1/18	2	18	ПЗ		
Тема 1.5. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС	Содержание учебного материала	4					
	Особенности физической подготовки посредством гимнастики	1/19	1	19	Лекция		
	Методика развития двигательных способностей посредством гимнастики	1/20	2	20	КУ		
	Практическое занятие 6. Освоение методики развития двигательных способностей посредством гимнастики	1/21	2	21	ПЗ		
	Практическое занятие 6. Освоение методики развития двигательных способностей посредством гимнастики	1/22	2	22	ПЗ		
Тема 1.6. Организация и особенности методики проведения занятий	Содержание учебного материала	6					
	Формы организации занятий по гимнастике	1/23	1	23	Лекция		
	Методика проведения занятий по гимнастике	1/24	2	24	КУ		
	Методика проведения занятий по	1/25	2	25	КУ		

посредствам гимнастики	гимнастике						
	Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования	1/26	3	26	КУ		
	Практическое занятие 7. Освоение методики проведения занятий по гимнастике	1/27	2	27	ПЗ		
	Практическое занятие 7. Освоение методики проведения занятий по гимнастике	1/28	2	28	ПЗ		
Тема 1.7. Методика проведения прикладных упражнений	Содержание учебного материала	4					
	Характеристика прикладных упражнений	1/29	2	29	КУ		
	Техника и методика обучения основным упражнениям	1/30	2	30	КУ		
	Практическое занятие 8. Освоение разновидностей ходьбы и бега, упражнений в равновесии, упражнений в лазанье, перелазанье и переползании, упражнения в поднимании и переноске груза	1/31	2	31	ПЗ		
	Практическое занятие 8. Освоение разновидностей ходьбы и бега, упражнений в равновесии, упражнений в лазанье, перелазанье и переползании, упражнения в поднимании и переноске груза	1/32	2	32	ПЗ		
Тема 1.8. Основы судейства соревнований по гимнастике	Содержание учебного материала	4					
	Виды и характеристика соревнований по гимнастике	1/33	1	33	Лекция		
	Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях	1/34	2	34	КУ		
	Практическое занятие 9. Применение правил судейства при оценке техники гимнастических упражнений	1/35	2	35	ПЗ		
	Практическое занятие 9. Применение	1/36	2	36	ПЗ		

	правил судейства при оценке техники гимнастических упражнений						
Раздел 2. Спортивные и подвижные игры		36					
Тема 2.1. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	2					
	Возникновение и развитие спортивных игр. Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.	1/37	1	37	Лекция		
	Педагогическое значение подвижных игр и их классификация. Отличие подвижных игр от спортивных игр.	1/38	2	38	КУ		
Тема 2.2. Основы техники спортивных игр	Содержание учебного материала	6					
	Классификация техники игры	1/39	1	39	Лекция		
	Техника нападения и техника защиты	1/40	2	40	КУ		
	Практическое занятие 10. Освоение техники нападения	1/41	2	41	ПЗ		
	Практическое занятие 10. Освоение техники нападения	1/42	3	42	ПЗ		
	Практическое занятие 11. Освоение техники защиты	1/43	2	43	ПЗ		
	Практическое занятие 11. Освоение техники защиты	1/44	3	44	ПЗ		
Тема 2.3. Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх	Содержание учебного материала	5					
	Методика обучения технике нападения и технике защиты	1/45	2	45	КУ		
	Практическое занятие 12. Освоение методики обучения технике нападения	1/46	2	46	ПЗ		
	Практическое занятие 12. Освоение методики обучения технике нападения	1/47	3	47	ПЗ		
	Практическое занятие 13. Освоение методики обучения технике защиты	1/48	2	48	ПЗ		

	Практическое занятие 13. Освоение методики обучения технике защиты	1/49	3	49	ПЗ		
Тема 2.4. Основы тактики в спортивных играх	Содержание учебного материала	6					
	Классификация тактики игры. Тактика нападения. Индивидуальные, групповые, командные действия	1/50	1	50	Лекция		
	Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия	1/51	2	51	КУ		
	Практическое занятие 14. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения	1/52	2	52	ПЗ		
	Практическое занятие 14. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения	1/53	3	53	ПЗ		
	Практическое занятие 15. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты	1/54	2	54	ПЗ		
	Практическое занятие 15. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты	1/55	3	55	ПЗ		
Тема 2.5. Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх	Содержание учебного материала	5					
	Методика обучения тактическим действиям в нападении и в защите	1/56	2	56	КУ		
	Практическое занятие 16. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении	1/57	2	57	ПЗ		
	Практическое занятие 16. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в	1/58	3	58	ПЗ		

	нападении						
	Практическое занятие 17. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите	1/59	2	59	ПЗ		
	Практическое занятие 17. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите	1/60	3	60	ПЗ		
Тема 2.6. Методика развития физических качеств посредством спортивных игр в ИВС	Содержание учебного материала	3					
	Особенности физической подготовки посредством спортивных игр. Методика развития двигательных способностей посредством спортивных игр	1/61	1	61	Лекция		
	Практическое занятие 18. Освоение методики развития двигательных способностей посредством спортивных игр	1/62	2	62	ПЗ		
	Практическое занятие 18. Освоение методики развития двигательных способностей посредством спортивных игр	1/63	3	63	ПЗ		
Тема 2.7. Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр	Содержание учебного материала	4					
	Формы организации и методика проведения занятий по спортивным играм	1/64	2	64	КУ		
	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм	1/65	2	65	КУ		
	Практическое занятие 19. Освоение методики проведения занятий по спортивным играм	1/66	2	66	ПЗ		
	Практическое занятие 19. Освоение методики проведения занятий по	1/67	3	67	ПЗ		

	спортивным играм						
Тема 2.8. Основы судейства по спортивным играм	Содержание учебного материала	3					
	Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм. Правила игры. Основы судейства.	1/68	1	68	Лекция		
	Практическое занятие 20. Применение правил судейства в игре	1/69	2	69	ПЗ		
	Практическое занятие 20. Применение правил судейства в игре	1/70	3	70	ПЗ		
Тема 2.9. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся	Содержание учебного материала	2					
	Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр и методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся.	1/71	1	71	Лекция		
	Практическое занятие 21. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся.	1/72	2	72	ПЗ		
Раздел 3. Легкая атлетика		25					
Тема 3.1. Легкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	1					
	Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов. Термины используемые в легкой атлетике	1/73	2	73	КУ		
Тема 3.2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе	Содержание учебного материала	3					
	Техника спортивной ходьбы. Методика обучения спортивной ходьбе	1/74	1	74	Лекция		

	Практическое занятие 22. Освоение техники спортивной ходьбы	1/75	2	75	ПЗ		
	Практическое занятие 23. Освоение методики обучения спортивной ходьбе	1/76	2	76	ПЗ		
Тема 3.3. Основы техники и методики обучения бегу	Содержание учебного материала	7					
	Техника бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)	1/77	1	77	Лекция		
	Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции	1/78	2	78	КУ		
	Методика обучения технике бега на короткие дистанции	1/79	2	79	КУ		
	Практическое занятие 24. Освоение техники бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)	1/80	2	80	ПЗ		
	Практическое занятие 25. Освоение методики обучения бегу на средние и длинные дистанции	1/81	2	81	ПЗ		
	Практическое занятие 26. Освоение техники бега на короткие дистанции (100,200, 400 м), (4x100)	1/82	2	82	ПЗ		
	Практическое занятие 27. Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м), (4x100)	1/83	2	83	ПЗ		
Тема 3.4. Основы техники и методики обучения	Содержание учебного материала	5					
	Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-степ»	1/84	2	84	КУ		

легкоатлетическим прыжкам	флоп»: отталкивание, переход через планку, разбег						
	Практическое занятие 28. Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп»	1/85	2	85	ПЗ		
	Практическое занятие 29. Освоение методики обучения технике прыжка в высоту с разбега	1/86	2	86	ПЗ		
	Практическое занятие 30. Освоение техники прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»	1/87	2	87	ПЗ		
	Практическое занятие 31. Освоение методики обучения технике прыжка в длину с разбега	1/88	2	88	ПЗ		
Тема 3.5. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС	Содержание учебного материала	2					
	Методика развития двигательных способностей посредством легкой атлетики	1/89	2	89	КУ		
	Практическое занятие 32. Освоение методики развития двигательных способностей посредством легкой атлетики	1/90	2	90	ПЗ		
Тема 3.6. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики	Содержание учебного материала	4					
	Методика проведения занятий по лёгкой атлетике	1/91	2	91	КУ		
	Техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой	1/92	1	92	Лекция		
	Практическое занятие 33. Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике	1/93	2	93	ПЗ		

	Практическое занятие 33. Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике	1/94	3	94	ПЗ		
Тема 3.7. Основы судейства по лёгкой атлетике	Содержание учебного материала	3					
	Особенности организации и проведения соревнований и судейства разных видов по лёгкой атлетике	1/95	2	95	КУ		
	Практическое занятие 34. Применение правил судейства в разных видах легкой атлетике	1/96	2	96	ПЗ		
	Практическое занятие 34. Применение правил судейства в разных видах легкой атлетике	1/97	3	97	ПЗ		
Раздел 4. Плавание		22					
Тема 4.1. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	1					
	Спортивное плавание. Прикладное и оздоровительное плавание	1/98	2	98	КУ		
Тема 4.2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов	Содержание учебного материала	5					
	Техника плавания кролем на груди	1/99	2	99	КУ		
	Практическое занятие 35. Освоение техники спортивных способов плавания	1/100	2	100	ПЗ		
	Практическое занятие 35. Освоение техники спортивных способов плавания	1/101	3	101	ПЗ		
	Практическое занятие 36. Освоение техники стартов и поворотов	1/102	2	102	ПЗ		
	Практическое занятие 36. Освоение	1/103	3	103	ПЗ		

	техники стартов и поворотов						
Тема 4.3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам	Содержание учебного материала	5					
	Подготовительные упражнения по освоению с водой	1/104	2	104	КУ		
	Практическое занятие 37. Освоение методики обучение спортивным способам плавания	1/105	2	105	ПЗ		
	Практическое занятие 37. Освоение методики обучение спортивным способам плавания	1/106	3	106	ПЗ		
	Практическое занятие 38. Освоение методики обучения стартам и поворотам	1/107	2	107	КУ		
	Практическое занятие 38. Освоение методики обучения стартам и поворотам	1/108	3	108	ПЗ		
Тема 4.4. Методика обучения детей плаванию	Содержание учебного материала	3					
	Упражнения для обучения плаванию детей	1/109	2	109	КУ		
	Практическое занятие 39. Освоение методики обучения детей плаванию	1/110	2	110	ПЗ		
	Практическое занятие 39. Освоение методики обучения детей плаванию	1/111	3	111	ПЗ		
Тема 4.5. Организация и методика проведения занятий	Содержание учебного материала	2					
	Методика проведения занятий по плаванию	1/112	1	112	Лекция		
	Практическое занятие 40. Освоение методики проведения занятий по плаванию	1/113	2	113	КУ		
Тема 4.6. Основы	Содержание учебного материала	3					

прикладного плавания	Нырание. Спасение утопающих Прикладные способы плавания	1/114	1	114	Лекция		
	Практическое занятие 41. Освоение видов и способов прикладного плавания	1/115	2	115	ПЗ		
	Практическое занятие 41. Освоение видов и способов прикладного плавания	1/116	3	116	ПЗ		
Тема 4.7. Организация и проведение соревнований по плаванию	Содержание учебного материала	3					
	Особенности организации и проведения соревнований по плаванию	1/117	2	117	КУ		
	Практическое занятие 42. Организация и проведение соревнований по плаванию	1/118	2	118	ПЗ		
	Практическое занятие 42. Организация и проведение соревнований по плаванию	1/119	3	119	ПЗ		
	Консультации	2					
	Экзамен	6					
Объём образовательной нагрузки – 127 часов, учебной нагрузки во взаимодействии с преподавателем – 119 часов, практических занятий – 70 часов							

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Спортивный зал, оснащенный оборудованными раздевалками; рабочее место преподавателя; комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, карточки-задания, комплекты тестовых заданий, методические рекомендации и разработки);

- *спортивное оборудование*: гимнастическое оборудование; легкоатлетический инвентарь; оборудование и инвентарь для спортивных игр; лыжный инвентарь.

- *технические средства обучения*:

компьютер с лицензионным программным обеспечением;

многофункциональный принтер;

музыкальный центр.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 300 с.

2. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.

3. Баршай, В., Гимнастика : учебник / В. Баршай, М.В. Белавкина, С.Н. Кривсун, В.Н. Курьсь. — Москва : КноРус, 2019. — 312 с.

3.2.2. Электронные издания

1. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный

2. Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476145>

3. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный

3.2.3. Дополнительные источники

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535163>

2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. С. Эммерт, О. О. Фаина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 129 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15669-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544814>

3. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 113 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10349-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542058>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Знать:</u> роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ведёт здоровый образ жизни; понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной профессии; проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Уметь:</u> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности.	использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности.	Экспертное наблюдение за ходом выполнения комплекса упражнений.