

ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»
Аннотация к рабочей программе профессионального модуля
ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство
соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

1.1. Область применения программы

Рабочая программа профессионального модуля является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования 49.02.01. Физическая культура в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
2. Проводить учебно-тренировочные занятия.
3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Цели и задачи модуля – требования к результатам освоения модуля:

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

иметь практический опыт:

Код	Наименование результата обучения
ПО 1	Анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию
ПО 2	Определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий
ПО 3	Применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений
ПО 4	Проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта
ПО 5	Наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции
ПО 6	Тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ПО 7	Собственного спортивного совершенствования
ПО 8	Ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов

уметь:

Код	Наименование результата обучения
У 1	Использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся
У 2	Подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся
У 3	Использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств
У 4	Применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности
У 5	Устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися
У 6	Проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях
У 7	Оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности
У 8	Использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов
У 9	Осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня

знать:

Код	Наименование результата обучения
Зн 1	Историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта
Зн 2	Основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта
Зн 3	Теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта
Зн 4	Сущность, цели, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта
Зн 5	Теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта
Зн 6	Методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта
Зн 7	Организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта
Зн 8	Теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта
Зн 9	Систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности
Зн 10	Мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена
Зн 11	Способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта
Зн 12	Методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта
Зн 13	Виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и

	соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению
Зн 14	Разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации
Зн 15	Технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта, в том числе профессиональными компетенциями (ПК), указанными в ФГОС по специальности 49.02.01. Физическая культура:

Код	Наименование результата обучения
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 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

В процессе освоения ПМ студенты должны овладеть общими компетенциями (ОК):

Код	Наименование результата обучения
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.

1. 3. Структура и содержание профессионального модуля

ПМ.01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов

Раздел 1. Спортивно-педагогическое совершенствование в избранном виде спорта

Тема 1.1. Общая физическая подготовка

Тема 1.2. Специальная физическая подготовка

Тема 1.3. Техничко-тактическая подготовка

Тема 1.4. Психологическая подготовка

Тема 1.5. Соревновательная подготовка

Тема 1.6. Восстановительные мероприятия

Раздел 2. Руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

Тема 2.1. Избранный вид спорта как учебная дисциплина

Тема 2.2. Основы организации соревнований в избранном виде спорта

Тема 2.3. Организационно-педагогические основы руководства деятельностью спортсмена в соревнованиях по избранному виду спорта

Тема 2.4. Психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсмена в избранном виде спорта

Тема 2.5. Структура соревновательной деятельности в избранном виде спорта

Раздел 3. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта

Тема 2.1. Теоретические основы построения процесса тренировки в избранном виде спорта

Учебная практика

Виды работ:

Анализ сайта базы практики:

- знакомство с администрацией, педагогическим коллективом, структурой управления учреждения;

- изучение Устава учреждения, локальных актов.

Изучение документов планирования и учета учебно-тренировочного процесса по избранному виду спорта. Составление конспекта УТЗ

Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе

Производственная практика

Виды работ:

Инструктаж по ознакомлению с должностными инструкциями, правилами охраны труда

Знакомство с материально-технической базой. Оценка технического состояния оборудования и инвентаря.

Изучение документов планирования и учета учебно-тренировочного процесса по ИВС

Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе

Проведение врачебно-педагогического контроля методом функциональных проб

Проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера

Разработка планов-конспектов занятий

Проведение учебно-тренировочных занятий самостоятельно.

Проведение контрольного учебно- тренировочного занятия
 Проведение спортивного отбора на
 этапах спортивной подготовки в ИВС
 Изучение и анализ документов планирования соревновательной деятельности в ИВС
 Руководство соревновательной деятельностью в ИВС.
 Участие в организации и судействе соревнований по ИВС
 Оформление отчетной документации по практике

Аннотация к рабочей программе профессионального модуля

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

1.1. Область применения программы

Рабочая программа профессионального модуля является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования 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. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
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.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Цели и задачи модуля – требования к результатам освоения модуля:

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

иметь практический опыт:

Код	Наименование результата обучения
ПО 1	анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;
ПО 2	определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения
ПО 3	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;
ПО 4	ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений

уметь:

Код	Наименование результата обучения
У 1	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;
У 2	комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся
У 3	планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);
У 4	подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся
У 5	организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство
У 6	применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности
У 7	осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
У 8	на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
У 9	использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знать:

Код	Наименование результата обучения
Зн 1	требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
Зн 2	сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
Зн 3	основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности
Зн 4	историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности
Зн 5	технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности
Зн 6	методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности
Зн 7	методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности
Зн 8	технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
Зн 9	основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
Зн 10	виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации
Зн 11	технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю

Зн 12	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
Зн 13	значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений
Зн 14	средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре
Зн 15	дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре
Зн 16	показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры
Зн 17	основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата
Зн 18	методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;.
Зн 19	понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; основные виды и приемы массажа

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**, в том числе профессиональными компетенциями (ПК), указанными в ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура:

Код	Наименование результата обучения
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

В процессе освоения ПМ студенты должны овладеть общими компетенциями (ОК):

Код	Наименование результата обучения
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

1.3. Структура и содержание профессионального модуля

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

МДК 02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки

МДК 02.01.01. Гимнастика

Раздел 1 Теоретико-методические основы гимнастики

Тема 1.1. Характеристика гимнастики

Тема 1.2 История гимнастики

Тема 1.3 Терминология гимнастики

Тема 1.4. Организация и проведение соревнований

Тема 1.5. Техника безопасности

Раздел 2. Освоение гимнастики с методикой обучения

Тема 2.1 Основы обучения гимнастическим упражнениям: строевые упражнения.

Тема 2.2 Обучение общеразвивающим упражнениям.

Тема 2.3. Обучение спортивно-прикладным упражнениям

Тема 2.4. Вольные упражнения

Тема 2.4. Обучение акробатическим упражнениям.

Тема 2.5. Художественная гимнастика

Тема 2.6. Обучение прикладным упражнениям.

Раздел 3. Основы оздоровительной тренировки и спортивно-массовой работы

Тема 3.1. Ритмическая гимнастика

Тема 3.2. Стретчинг

Тема 3.3. Атлетическая гимнастика

Тема 3.4. Пилатес

Тема 3.5. Калланетика

Тема 3.6. Методика занятий по оздоровительной гимнастике

Тема 3.7. Организация, планирование и проведение спортивно-массовых мероприятий (праздников) и оздоровительных занятий по гимнастике

МДК 02.01.02. Легкая атлетика

Раздел 1. Основы лёгкой атлетики как вида спорта

Тема 1.1. Структура и содержание предмета «Лёгкая атлетика»

Тема 1.2. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике

Раздел 2. Техника и методика обучения легкоатлетическим видам спорта

Тема 2.1. Эстафетный бег. Методика обучения технике приёма и передачи эстафетной палочки

Тема 2.2. Барьерный бег. Техника и методика обучения

Тема 2.3. Техника и методика обучения прыжкам в длину с разбега

Тема 2.4. Техника и методика обучения легкоатлетическим метаниям.

Тема 2.5. Методика проведения занятий легкой атлетикой с различными возрастными группами населения

МДК 02.01.03. Лыжный спорт

Раздел 1. Теоретико-методические основы лыжного спорта

Тема 1.1. Лыжный спорт в системе физического воспитания

Тема 1.2. Техника передвижения на лыжах

Тема 1.3. Методика обучения технике лыжных ходов на уроках физической культуры

Тема 1.4. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю

Тема 1.5. Планирование уроков по разделу «Лыжная подготовка»

Тема 1.6. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту

Раздел 2. Освоение техники лыжного спорта с методикой обучения

Тема 2.1. Методика обучения способам передвижения на лыжах.

Тема 2.2. Организация и проведение соревнований и мероприятий по лыжным гонкам во внеурочной деятельности

МДК 02.01.04 Баскетбол

Раздел 1. Баскетбол в системе физического воспитания

Тема 1.1. Спортивные игры в системе физического воспитания.

Тема 1.2. Методика преподавания баскетбола на занятиях с населением различных возрастных групп

Тема 1.3. Баскетбол как спортивная игра

Раздел 2. Техническая подготовка в баскетболе

Тема 2.1. Основы техники и методика обучения игре в баскетбол

Тема 2.2. Техника и методика обучения перемещениям в защите и нападении

Тема 2.3. Техника и методика обучения ведению мяча

Тема 2.4. Техника и методика обучения различным передачам

Тема 2.5. Техника и методика обучения ловле мяча

Тема 2.6. Техника и методика обучения броскам мяча

Раздел 3. Основы тактической подготовки в баскетболе

Тема 3.1. Методика обучения основам тактики игры в баскетбол

Тема 3.2. Тактика нападения

Тема 3.3. Тактика защиты

Тема 3.4. Игры и игровые упражнения, подготавливающие к игре в баскетбол

Тема 3.5. Методика преподавания баскетбола в различных звеньях системы ФВ

Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка баскетболистов

Тема 4.1. Основы общей и специальной физической подготовки баскетболистов

Тема 4.2. Методика воспитания физических качеств в баскетболе

Раздел 5. Правила игры

Тема 5.1. Правила игры и жесты судей

Тема 5.2. Организация и проведение соревнований по баскетболу для населения различных возрастных групп

МДК 02.01.05. Волейбол

Раздел 1. Основы волейбола

Тема 1.1. Волейбол как спортивная игра

Тема 1.2. Методика преподавания волейбола в различных звеньях физического воспитания

Тема 1.3. Организация и проведение соревнований по волейболу

Раздел 2. Техническая подготовка в волейболе

- Тема 2.1. Техническая подготовка и методика обучения технике игры в волейбол
- Тема 2.2. Техника и методика обучения стойкам и перемещениям по площадке
- Тема 2.3. Техника и методика обучения передаче мяча
- Тема 2.4. Техника и методика обучения подаче мяча
- Тема 2.5. Техника и методика обучения нападающему удару
- Тема 2.6. Техника и методика обучения блокированию
- Тема 2.7. Методика обучения технике приема подач

Раздел 3. Тактическая подготовка в волейболе

- Тема 3.1. Тактическая подготовка и методика обучения тактике игры в волейбол
- Тема 3.2. Тактика нападения
- Тема 3.3. Тактика защиты

Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка волейболистов

- Тема 4.1. Основы общей и специальной физической подготовки волейболистов
- Тема 4.2. Практика проведения занятий

МДК 02.01.06. Плавание

Раздел 1. Научно-теоретические основы плавания.

- Тема 1.1. Изучение истории, этапов развития плавания и техники безопасности.
- Тема 1.2. Плавание как вид спортивной деятельности.
- Тема 1.3. Изучение методики техники спортивного плавания.
- Тема 1.4. Организация и судейство в плавании по нормативам ВФСК ГТО.

Раздел 2. Обучение технике и методике двигательных действий в плавании.

- Тема 2.1. Изучение основ техники и методики обучения плаванию.
- Тема 2.2. Изучение техники и методики обучения плавания способом кроль на груди
- Тема 2.3. Контрольные занятия
- Тема 2.4. Изучение техники и методики обучения плавания способом кроль на спине.
- Тема 2.5. Изучение техники и методики обучения плавания способом брасс.
- Тема 2.6. Изучение техники и методики обучения плавания способом баттерфляй.
- Тема 2.7. Изучение техники и методики обучения стартам и поворотам в спортивном плавании.

- Тема 2.8. Контрольные занятия

Раздел 3. Обучение прикладному плаванию.

- Тема 3.1. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим на воде.
- Тема 3.2. Контрольные занятия

Раздел 4. Изучение содержания, форм организации и методики проведения занятий по плаванию в школе.

- Тема 4.1. Изучение форм организации и методики проведения занятий по плаванию в школе.

- Тема 4.2. Контрольные занятия

МДК 02.01.07. Футбол

Раздел 1. Общая характеристика футбола

- Тема 1.1. Футбол в общей системе физического воспитания

Раздел 2. Основы методики обучения технике, тактике игры, игровой и соревновательной деятельности

- Тема 2.1. Техника владения мячом, индивидуальная тактика, развитие двигательных качеств: координации стартовой скорости, общей выносливости.

- Тема 2.2. Освоение сложных технических приемов. Тактика игры. Развитие двигательных способностей.

- Тема 2.3. Обучение игровой и соревновательной деятельности. Организация и проведение соревнований по футболу

МДК 02.01.08. Кроссфит

- Тема 1. Вводное занятие. Основы тренировочного процесса в кроссфите.
- Тема 2. Аэробная тренировка
- Тема 3. Кардио тренировка
- Тема 4. Общая физическая подготовка
- Тема 5. Кондиционная подготовка

МДК 02.01.09. Конькобежный спорт

- Тема 1. Техника бега на коньках
- Тема 2. Техника бега по повороту
- Тема 3. Техника бега по прямой
- Тема 4. Техника выполнения старта

МДК 02.01.10. Аэробика

- Тема 1. История возникновения аэробики. Классификация видов аэробики
- Тема 2. Базовые шаги аэробики
- Тема 3. Оздоровительная аэробика: принципы оздоровительной аэробики.
- Тема 4. Урок аэробики: структура и составные части.
- Тема 5. Методы разучивания и составления комбинаций
- Тема 6. Степ-аэробика.
- Тема 7. Средства восстановления в аэробике.

МДК 02.01.11 Подвижные игры

Раздел 1. Основы междисциплинарного курса «Подвижные игры»

- Тема 1.1. Введение в предмет. Подвижные игры в физкультурно-спортивной деятельности

Раздел 2. Организация, планирование и методика применения подвижных игр в физкультурно-спортивной деятельности

- Тема 2.1. Методика проведение подвижных игр с учетом возраста
- Тема 2.2. Подвижные игры в физкультурно-спортивной деятельности по ИВС
- Тема 2.3. Организация и проведение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по подвижным играм

МДК 02.01.12. Самбо

Раздел 1. Самбо как средство физического воспитания

- Тема 1.1. Самбо и его место в системе физического воспитания
- Тема 1.2. Структура и организация
- Тема 1.3. Специальные упражнения разминки самбистов.
- Тема 1.4. Подводящие упражнения для самостраховки.

Раздел 2. Самостраховка с партнёром и без пратнёра. Подводящие упражнения для бросков.

- Тема 2.1. Самостраховка с партнёром.
- Тема 2.2. Подводящие упражнения для броска «боковая подсечка»
- Тема 2.3. Изучение броска «задняя подножка».
- Тема 2.4. Повторение самостраховки, специальных упражнений.

Раздел 3. Начальная подготовка

- Тема 3.1. Бросок «выхват за ногу»
- Тема 3.2. Болевые на локтевой сустав, ущемление ахиллово сухожилия.
- Тема 3.3. Повторение броска «выхват за ногу»
- Тема 3.4. Повторение броска «выхват двух ног».

Раздел 4. Броски через бедро, спину, подножки.

Тема 4.1. Бросок «через бедро подбивом».

Тема 4.2. Бросок «через спину».

Тема 4.3: Бросок «Задняя подножка»

Тема 4.4. Болевой на коленный сустав.

Тема 4.5. Задняя подножка с захватом ноги.

Тема 4.6. Болевые приемы на локтевой сустав.

Раздел 5. Массовые мероприятия

Тема 5.1. Организация и судейство соревнований по самбо

МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы

Тема 1. Цели и задачи физкультурно-спортивных мероприятий и занятий

Тема 2. Физкультурно-спортивные мероприятия с различными возрастными группами населения

Тема 3. Общая характеристика основных видов физкультурно-спортивной деятельности

Тема 4. Планирование физкультурно-спортивных мероприятий

Тема 5. Всероссийский физкультурно- спортивного комплекс «Готов к труду и оборона»

Тема 6. Основные документы, обеспечивающие организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

Тема 7. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.

МДК 02.03 Лечебная физическая культура и массаж

Раздел 1. Основы массажа

Тема 1.1. Массаж как метод лечения и профилактики заболеваний

Тема 1.2. Основные приемы массажа поглаживание, растирание

Тема 1.3. Основные приемы массажа разминание, вибрация

Тема 1.4 Техника массажа спины

Тема 1.5. Техника массажа верхней конечности

Тема 1.6 Техника массажа нижней конечности

Тема 1.7 Техника массажа воротниковой зоны и головы

Тема 1.8 Самомассаж. Техника и методика самомассажа отдельных частей тела

Тема 1.9 Особенности массажа при сколиозе

Тема 1.10 Методика спортивного массажа

Тема 1.11 Вакуумный массаж

Тема 1.12 Методика медового массажа

Тема 1.13 Сегментарный массаж: механизм действия, специальные приемы

Тема 1.14 Соединительно-тканый и периостальный массаж, техника выполнения

Тема 1.15 Кинезиотейпирование

Раздел 2 ЛФК. Общий раздел.

Тема 2.1 История развития ЛФК

Тема 2.2 ЛФК как средство физического воспитания с лечебной и профилактической целью

Тема 2.3 Средства ЛФК. Классификация физических упражнений

Тема 2.4 Механизм действия физических упражнений. Кинезиотерапия.

Тема 2.5 Упражнения на тренажерах и снарядах. Тема 2.6 Подвижные игры в ЛФК

Тема 2.7 Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК.

Тема 2.8 Формы ЛФК. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности.

Тема 2.9 Дополнительные формы ЛФК: гидрокинезитерапия, трудотерапия

Тема 2.10 Врачебно-педагогический наблюдение в ЛФК

Тема 2.11 Дыхательные упражнения в ЛФК

Тема 2.12 Терренкур как метод санаторно-курортного лечения

Раздел 3 ЛФК при патологии опорно-двигательного аппарата

Тема 3.1 Соматоскопия как метод обследования осанки у детей, с целью выявления нарушений

Тема 3.2 Методические особенности проведения ЛФК при нарушениях осанки

Тема 3.3 Методика ЛФК при нестабильности шейного отдела позвоночника

Тема 3.4 Методика ЛФК при плоскостопии

Тема 3.5 ЛФК при дисплазии соединительной ткани

Тема 3.6 Методика ЛФК при остеохондрозе

Тема 3.7 Методика ЛФК при деформирующих остеоартрозах

Тема 3.8 Методика ЛФК при миопатиях

Тема 3.9 ЛФК при травмах опорно- двигательного аппарата

Тема 3.10 Методика ЛФК при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей

Тема 3.11 Методика ЛФК при повреждениях нижних конечностей

Тема 3.12 Особенности реабилитации спортсменов после перенесенных травм и заболеваний ОДА

Тема 3.13 Методика ЛФК при термических травмах

Раздел 4 ЛФК при патологии нервной системы

Тема 4.1 Детский церебральный паралич (ДЦП)

Тема 4.2 ДЦП структура двигательных нарушений

Тема 4.3 Методика ЛФК при ДЦП

Тема 4.4 ЛФК при инсульте

Тема 4.5 Методика ЛФК на различных этапах восстановительного лечения при инсульте

Тема 4.6 Методика ЛФК при черепно-мозговой травме (ЧМТ)

Тема 4.7 Методика ЛФК при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ)

Тема 4.8 Методика ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы

Тема 4.9 ЛФК у детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)

Тема 4.10 Методика ЛФК при неврозах

Раздел 5 ЛФК при заболеваниях дыхательной СИСТЕМЫ

Тема 5.1 Методика ЛФК при пневмонии

Тема 5.2 Методика ЛФК при бронхите

Тема 5.3 ЛФК для детей часто и длительно (ДЧДБ) болеющих ОРВИ

Тема 5.4 Методика ЛФК при бронхиальной астме

Тема 5.5 Лечебная дыхательная гимнастика по Стрельниковой, Бутейко

Тема 5.6 Использование естественных факторов природы в ЛФК. Закаливание.

Тема 5.7 ЛФК при операциях на грудной клетке

Раздел 6 ЛФК при заболеваниях органов пищеварения

Тема 6.1 Методика ЛФК при гастритах

Тема 6.2 Методика ЛФК при язвенной болезни

Тема 6.3 ЛФК при холецистите и дискинезии желчевыводящих путей

Тема 6.4 Методика ЛФК при спланхноптозе

Тема 6.5 Методика ЛФК при дискинезии кишечника

Тема 6.6 ЛФК при хирургических вмешательствах на органах брюшной полости

Раздел 7 ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Тема 7.1 ЛФК при инфаркте миокарда

Тема 7.2 Методика ЛФК на различных этапах физической реабилитации

Тема 7.3 Методика ЛФК при гипертонической болезни

Тема 7.4 Методика ЛФК при гипотонической болезни

Тема 7.5 Методика ЛФК при нейроциркуляторной дистонии (НЦД)

Тема 7.6 Методика ЛФК при пороках сердца

Раздел 8 ЛФК при заболеваниях эндокринной системы

Тема 8.1 Методика ЛФК при ожирении

Тема 8.2 Методика ЛФК при сахарном диабете

Раздел 9 Особенности занятий ЛФК с различными контингентами населения

Тема 9.1 Гимнастика детей раннего возраста

Тема 9.2 Особенности занятий ЛФК при нарушении слуха.

Тема 9.3 Особенности занятий ЛФК при нарушении зрения

Тема 9.4 Особенности занятий ЛФК при нарушении интеллекта

Тема 9.5 Особенности занятий ЛФК у лиц среднего и пожилого возраста

Производственная практика (по профилю специальности)

Виды работ

Инструктаж по ознакомлению с должностными инструкциями, правилами охраны труда

Знакомство с материально-технической базой. Оценка технического состояния оборудования и инвентаря.

Изучение документов планирования и учета учебно-тренировочного процесса по ИВС

Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе

Проведение врачебно-педагогического контроля методом функциональных проб

Проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера

Разработка планов-конспектов занятий

Проведение учебно-тренировочных занятий самостоятельно.

Проведение контрольного учебно-тренировочного занятия

Проведение спортивного отбора на

этапах спортивной подготовки в ИВС

Изучение и анализ документов планирования соревновательной деятельности в ИВС

Руководство соревновательной деятельностью в ИВС.

Участие в организации и судействе соревнований по ИВС

Оформление отчетной документации по практике

Аннотация к рабочей программе профессионального модуля

ПМ.03. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа профессионального модуля является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Цели и задачи модуля – требования к результатам освоения модуля:

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

иметь практический опыт:

Код	Наименование результата обучения
ПО 1	анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий
ПО 2	планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;
ПО 3	планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;
ПО 4	разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;
ПО 5	изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;
ПО 6	руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;
ПО 7	организации физкультурно-спортивной деятельности;
ПО 8	отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы;
ПО 9	оформления портфолио педагогических достижений;

уметь:

Код	Наименование результата обучения
У 1	анализировать программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать учебно-тренировочный и соревновательный процесс;
У 2	планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
У 3	разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований;
У 4	определять пути самосовершенствования педагогического мастерства;
У 5	определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя;
У 6	использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;
У 7	отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки;
У 8	оформлять результаты исследовательской работы;
У 9	готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты;

знать:

Код	Наименование результата обучения
Зн 1	теоретические основы и методику планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта;
Зн 2	теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
Зн 3	методику планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;
Зн 4	основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;
Зн 5	логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту;

Зн 6	погрешности измерений;
Зн 7	теорию тестов;
Зн 8	метрологические требования к тестам;
Зн 9	методы количественной оценки качественных показателей;
Зн. 10	теорию оценок, шкалы оценок, нормы;
Зн. 11	методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте;
Зн.12	статистические методы обработки результатов исследований.

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности», в том числе профессиональными компетенциями, указанными в ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура, в том числе компетенциями ПК 3.1.-3.5. по специальности 49.02.01 Физическая культура:

Код	Наименование результата обучения
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 процессе освоения ПМ студенты должны овладеть общими компетенциями (ОК):

Код	Наименование результата обучения
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.

1. 3. Структура и содержание профессионального модуля

ПМ.03. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

МДК 03.01.Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту

Раздел 1. Методическое обеспечение организации и проведения спортивной подготовки в избранном виде спорта

Тема 1.1. Основы методического обеспечения организации тренировочного процесса и руководства деятельностью спортсмена

Тема 1.2. Характеристика положений, требований технологии планирования на многолетних этапах спортивной подготовки.

Тема 1.3. Общая характеристика комплексного контроля и учета в подготовке спортсменов

Раздел 2. Исследовательская и проектная деятельность в области физической культуры и спорта

Тема 2.1. Основы научно-методической деятельности в сфере физической культуры и спорта

Тема 2.1. Методы и средства измерения в физическом воспитании

Тема 2.3. Статистическая обработка результатов педагогического эксперимента

Раздел 3. Анализ и систематизация педагогического опыта в области физической культуры и спорта

Тема 3.1. Изучение и анализ проблем в области физической культуры и спорта.

Тема 3.2. Организация деятельности педагога по самообразованию и самовоспитанию.

Тема 3.3. Разработка и оформление портфолио спортивно-педагогических достижений

Раздел 4. Методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения

Тема 4.1. Теоретические и методические основы и методика планирования физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий

Производственная практика**Виды работ:**

1. Ознакомление и анализ с деятельности учреждений дополнительного образования, осуществляющих спортивную подготовку (ДЮСШ, ДОСШОР, ЦСП). Составление аналитической справки

2. Изучение и анализ учебно-методических материалов: стандарта, программы, учебно-методических планов, обеспечивающих тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта.

3. Разработка конспектов тренировочных занятий в избранном виде спорта на различные этапы СОГ, НП, УТГ, тематического плана на месяц на основе макетов, образцов, требований;

4. Разработка положения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия (праздника, соревнования), протоколов, отчета мероприятия.

5. Участие в проведении и организации физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия (на основе макета составление отчета), отметить положительные и целесообразность применения средств и методов.

6. Анализа статей из профессиональной литературы, разработка выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки (по шаблону составление выступления по курсовой исследовательской работе).

7. Подбор материала и оформление портфолио спортивно-педагогических достижений; разработка выступления, презентации (по шаблону).

Примерная тематика курсовых работ

1. Скоростные способности, методика их воспитания в избранном виде спорта.
2. Определение понятий «Система подготовки спортсмена» и «Спортивная тренировка», их соотношение и характеристика.
3. Общая выносливость и методика ее воспитания в избранном виде спорта
4. Специальная выносливость и методика ее воспитания применительно к предмету специализации.
5. Гибкость и основы методики ее воспитания в избранном виде спорта.
6. Основные направления в развитии спортивного движения в избранном виде спорта.
7. Координационные способности и методика их воспитания в избранном виде спорта.
8. Краткая характеристика текущего и оперативного планирования.
9. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена в избранном виде спорта
10. Перспективное планирование спортивной подготовки спортсмена в избранном виде спорта.
11. Моделирование соревновательной деятельности (применительно к предмету спортивной специализации).
12. Годичное планирование спортивной подготовки в избранном виде спорта.
13. Спортивные достижения, тенденция развития и факторы, их определяющие.
14. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями в избранном виде спорта.
15. Система восстановления и повышения работоспособности в ИВС.
16. Спортивный отбор в системе многолетней спортивной подготовки.
17. Формирование личности спортсмена в процессе занятий избранным видом спорта.
18. Содержание психологической подготовки спортсмена в избранном виде спорта.
19. Задачи и содержание технической подготовки спортсмена в избранном виде спорта.
20. Цель и прогнозирование результатов в ИВС.
21. Комплексный контроль в системе управления спортивным совершенствованием.
22. Спортивно-тактическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
23. Общая и специальная физическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
24. Содержание и особенности соревновательной деятельности (применительно к предмету спортивной специализации).
25. Соревновательная нагрузка и проблемы ее нормирования в избранном виде спорта.
26. Проблемы оптимального построения системы спортивных состязаний в избранном виде спорта.
27. Основные факторы и их роль в системе спортивной подготовки спортсмена.
28. Специальные принципы спортивной тренировки и их реализация в избранном виде спорта.
29. Физическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
30. Тактическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
31. Техническая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
32. Структура и содержание отдельного тренировочного занятия.
33. Структура малых циклов тренировки в избранном виде спорта.
34. Структура средних (мезоциклов) циклов тренировки в избранном виде спорта.
35. Основы периодизации круглогодичной тренировки в избранном виде спорта.
36. Использование тренажёрных устройств и специального оборудования для повышения эффективности тренировочного процесса в избранном виде спорта
37. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты тренировочного процесса в избранном виде спорта.
38. Прогнозирование и моделирование подготовки спортсменов в избранном виде спорта

39. Средства восстановления работоспособности организма спортсменов в период интенсивных тренировок.