

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)  
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ

Директор

« 28 »  Шилов С.П.

2020 г.



ОП.15 ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки  
специалистов среднего звена  
49.02.01 Физическая культура  
(углубленная подготовка)  
Форма обучения – очная

Новоселова А.Ю. Технологии физкультурно-спортивной деятельности. Рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 49.02.01 Физическая культура. Форма обучения – очная. Tobolsk, 2020.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 года, № 1355

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте Tobolsкого пединститута им. Д.И.

Менделеева (филиал) ТюмГУ: Технологии физкультурно-спортивной деятельности.

[электронный ресурс] / Режим доступа: <https://tobolsk.utmn.ru/sveden/education/#>

© Tobolsкий педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал) Тюменского государственного университета, 2020

© Новоселова Анна Юрьевна, 2020

## Содержание

1. Паспорт рабочей программы дисциплины	3
2. Структура и содержание дисциплины	5
3. Условия реализации дисциплины	10
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	11

## **1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины**

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

Рабочая программа дисциплины – является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Дисциплина «Технологии физкультурно – спортивной деятельности» входит в профессиональный учебный цикл.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- технику физических упражнений, составляющих основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям, используемым в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- методику развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности организации и построения занятий при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности в различных видах физической культуры;
- показания и противопоказания для использования тех или иных физических упражнений с занимающимися различных возрастных групп;
- особенности медицинского и педагогического контроля и самоконтроля на занятиях за занимающимися;
- способы оказания помощи и страховки, меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма, создания психологического комфорта на занятиях;
- спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажеры, используемые в различных технологиях физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развитие и совершенствование физических способностей занимающихся, формы организации занятий;
- регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;
- организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с участием занимающихся;
- проводить педагогические наблюдения, тестирование, анализировать деятельность занимающихся и свою собственную, вносить необходимые коррективы в работу;
- использовать в своей деятельности спортивные снаряды, инвентарь, технические средства, тренажеры, характерные для конкретных технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- формировать у занимающихся умения и навыки самовоспитания в процессе занятий теми или иными видами технологий физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для

постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

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

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

#### **1.4. Количество часов на освоение дисциплины:**

Семестр 3;

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 96 часов, в том числе:

обязательной аудиторной нагрузки обучающегося 64 часа;

самостоятельной работы обучающегося 28 часов.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	96
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	64
в том числе:	
лабораторные занятия	
практические занятия	32
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	28
<i>Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности.			
Тема 1.1.  Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина.	Содержание учебного материала Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина. Предмет и задачи; средства и методы. Классификация и характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности.	4	Ознакомительный
	Самостоятельная работа обучающихся. 1. Педагогические проблемы физической подготовки детей к школе в детском саду. 2. Воспитание нравственно-волевых качеств личности ребенка в процессе занятий физическими упражнениями.	4	продуктивный
Раздел 2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности.			
Тема 2.1. История возникновения и развития аэробики	Содержание учебного материала Классификации аэробики. Структура и содержание занятий аэробикой. Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом. Планирование, педагогический контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой.	4	Ознакомительный
	Самостоятельная работа обучающихся. Современные направления и инновационные системы образования и развития детей и подростков.	4	продуктивный
Тема 2.2. Характеристика технологий	Содержание учебного материала Фитбол-аэробика. Ритмическая гимнастика. Базовая аэробика. Степ-аэробика. Шейпинг. Пилатес. Стрейчинг.	2	Ознакомительный
Тема 2.3 Характеристика	Содержание учебного материала Содержание и этапы развития игры в баскетбол Методы и организация	16	

технологий	<p>проведения оздоровительной тренировки по баскетболу. Основные средства обучения игры в баскетбол.</p> <p>Содержание и этапы развития игры в волейбол. Методы и организация проведения оздоровительной тренировки по волейболу. Основные средства обучения игры в волейбол.</p> <p>Организация урока по спортивным играм с детьми младшего возраста.</p> <p>Организация урока по спортивным играм с детьми среднего возраста.</p> <p>Организация урока по спортивным играм с детьми старшего школьного возраста.</p> <p>Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Развитие физических способностей средствами легкой атлетики. Этапы развития легкой атлетики.</p> <p>Методика проведения занятий по легкой атлетике в школе и среди населения.</p> <p>История развития лыжного спорта. Значение лыжной подготовки в физическом воспитании. Организация мест занятий. Структура проведения занятий. Правила подбора лыж и палок. Экипировка лыжника.</p> <p>Технология обучения элементам лыжным гонкам с детьми младшего возраста.</p> <p>Технология обучения элементам лыжным гонкам с детьми среднего возраста. Технология обучения элементам лыжным гонкам с детьми старшего школьного возраста.</p> <p>Историческая справка. Виды гимнастики и их классификация. Составление упражнений. Меры обеспечения безопасности на занятиях гимнастикой.</p> <p>Особенности методики проведения уроков по гимнастике с детьми младшего возраста.</p> <p>Особенности методики проведения уроков по гимнастике с детьми среднего возраста.</p> <p>Особенности методики проведения уроков по гимнастике с детьми старшего школьного возраста.</p>		Ознакомительный
	<p>Практические занятия</p> <p>Особенности методики проведения уроков по гимнастике с детьми школьного возраста.</p> <p>Особенности методики проведения уроков по спортивным играм с детьми</p>	24	репродуктивный

	школьного возраста. Особенности методики проведения уроков по легкой атлетике с детьми школьного возраста. Особенности методики проведения уроков по лыжной подготовке с детьми школьного возраста.		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Стрейчинговые упражнения в работе с детьми по развитию гибкости. 2. Циклические упражнения в работе с детьми для развития выносливости. 3. Элементы хатха-йоги в работе с детьми. 4. Особенности физического воспитания детей с ослабленным здоровьем. 5. Формирование представлений о своих двигательных способностях у детей и подростков. 6. Эффективность применения круговой тренировки на занятиях и уроках по физической культуре. 7. Совершенствование содержания средств и методов воспитания детей и подростков с учетом их функциональных возможностей. 8. Преемственность в работе детского сада и начальной школы по формированию здоровья детей.	18	продуктивный
Раздел 3. Особенности организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся			
Тема 3.1 Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы.	Содержание учебного материала Субъекты физической культуры и спорта в Российской Федерации. Государственные физкультурно-спортивные организации. Негосударственные физкультурно-спортивные организации. Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Виды планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Виды и методы педагогического контроля в физкультурно-спортивной деятельности.	4	Репродуктивный
	Практические занятия Положение о соревнованиях.	4	Репродуктивный
	Самостоятельная работа обучающихся Кружковая работа с детьми как средство формирования здоровья детей.	2	продуктивный

Тема 3.2 Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.	Содержание учебного материала Спортивные соревнования и мероприятия. Общая характеристика соревнований. Виды, уровень и ранг соревнований.	2	Ознакомительный
	Практические занятия Система розыгрышей на соревнованиях.	4	Репродуктивный

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

### 3. Условия реализации дисциплины

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины требует наличия:

- Кабинета методики физического воспитания оснащенный следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное аудиовизуальное оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение:

— Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web.

Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий: основной и дополнительной литературы, Интернет-ресурсов.**

Основная литература:

1. Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник/ Евсеева О.Э., Евсеев С.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 384 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55569.html> (дата обращения: 21.04.2020). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

2. Третьякова Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Третьякова Н.В., Андрюхина Т.В., Кетриш Е.В. — Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 280 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55566.html> (дата обращения: 21.04.2020). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

Дополнительная литература:

1. Луценко, С. А. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебно-методическое пособие / С. А. Луценко. — Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2010. — 52 с. — ISBN 978-5-8179-0122-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/29982.html> (дата обращения: 21.04.2020). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

2. Михайлова, Э.И. Аэробика в школе: учебно-методическое пособие / Э.И. Михайлова, Н.Г. Михайлов. — Москва: Советский спорт, 2014. — 124 с. — ISBN 978-5-9718-0708-7. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/69832> (дата обращения: 21.04.2020). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

Интернет-ресурсы:

1. Знаниум - <https://new.znanium.com/>
2. Лань - <https://e.lanbook.com/>
3. IPR Books - <http://www.iprbookshop.ru/>
4. Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
5. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
6. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
7. "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
8. Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:** Платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

#### 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.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развитие и совершенствование физических способностей занимающихся, формы организации занятий	Тестирование, доклады, экзамен
регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий	
организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с участием занимающихся	
проводить педагогические наблюдения, тестирование, анализировать деятельность занимающихся и свою собственную, вносить необходимые коррективы в работу	
использовать в своей деятельности спортивные снаряды, инвентарь, технические средства, тренажеры, характерные для конкретных технологий физкультурно-спортивной деятельности	
формировать у занимающихся умения и навыки самовоспитания в процессе занятий теми или иными видами технологий физкультурно-спортивной деятельности	
технику физических упражнений, составляющих основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности;	
методику обучения двигательным действиям, используемым в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности	
методику развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности	
особенности организации и построения занятий при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности в различных видах физической культуры	
показания и противопоказания для использования тех или иных физических упражнений с	

занимающимися различных возрастных групп	
особенности медицинского и педагогического контроля и самоконтроля на занятиях за занимающимися	
способы оказания помощи и страховки, меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма, создания психологического комфорта на занятиях	
спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажеры, используемые в различных технологиях физкультурно-спортивной деятельности	