

**Частное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж государственной и муниципальной службы»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧПОУ
«Колледж государственной
и муниципальной службы»

3.М.Хамхоева

2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

**ПМ.01 Преподавание физической культуры по основным
общеобразовательным программам.**

МДК.01.01. Методика обучения предмету «Физическая культура»

Для специальности 49.02.01 Физическая культура

2021 г.

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура (базовая подготовка), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 27.10.2014 г. № 1355

Организация-разработчик: ЧПОУ «КГиМС»

Рассмотрена и одобрена на заседании ПЦК ФК и ОБЖ

Протокол №3 от «27» августа 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	7
3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	9
4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	33
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)	38

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры.

1.1. Область применения программы

Программа профессионального модуля– является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01.

Физическая культура (углубленной подготовки) в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры.**

ПК 1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

Программа профессионального модуля может быть использована **в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке** работников физической культуры, спорта и туризма. Опыт работы не требуется.

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:

анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработки предложений по их совершенствованию;

определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре;

применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

уметь:

находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;

использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности;

устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;

осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;

осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий;

анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

знать:

сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий;

приемы, способы страховки и самостраховки;

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы профессионального модуля:

всего 600 часов, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 456 часов, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 454 часов;

самостоятельной работы обучающегося – 146 часов;

учебной практики – 36

часов и производственной практики – 108 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МО

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности **Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры,** в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.	Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.	Проводить внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 3.	Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 5.	Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 6.	Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.
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.
ОК 13.	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

3.1. Тематический план профессионального модуля

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля*	Всего часов (макс. учебная нагрузка и практики)	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)					Практика	
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося		Учебная, часов	Производственная (по профилю специальности), часов
			Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов	Всего, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ПК 2.1. – 2.6.	Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры.	600	456	232	32	146		36	108
ПК 2.1. – 2.6.	МДК 02.01 Методика внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры.	228	156	54	16	46		18	54

*

ПК 2.1. – 2.6.	МДК 02.02 Методика организации физкультурно- оздоровительной и спортивно- оздоровительной деятельности.	372	300	178	16	100		18	54
	Производственная практика (по профилю специальности), часов	-							-
	Всего:	600	456	232	32	146		36	108

3.2. Содержания обучения по профессиональному модулю (ПМ)

Наименование профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК), разделов и тем.	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объём часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<p>ПМ 02. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры</p>		310	2
<p>МДК 02.01. Методика внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры</p>		110	2
<p>Раздел 1. Формы внеурочной работы по физическому воспитанию учащихся. Тема 1.1. Классификация форм занятий в физическом воспитании</p>	<p>Классификация форм занятий в ФВ. Характеристика форм занятий в ФВ.</p>	32	2
<p>Тема 1.2. Урочные формы занятий в физическом воспитании.</p>	<p>Урочные формы занятий в ФВ. Структура урочных форм занятий в ФВ. Классификация урочных форм: по признаку основной направленности; по признаку решаемых задач; по признаку вида спорта.</p>	2	3

<p>Тема 1.3. Неурочные формы занятий физическими упражнениями.</p>	<p>Малые формы занятий ФУ. Утренняя гигиеническая гимнастика. Вводная производственная гимнастика. Физкультпаузы, физкультминутки, микропаузы активного отдыха. Домашние задания по школьному курсу ФВ и в спорте.</p> <p>Крупные формы занятий в ФВ. Самостоятельные тренировочные занятия. Занятия оздоровительно – реабилитационного или рекреативного характера.</p> <p>Соревновательные формы занятий в ФВ. Соревнования. Виды соревнований. Положение о соревновании. Организация. Судейство. Контрольные уроки. Зачёты. Тестирование. Сдача нормативов.</p>	<p>12</p>	<p>2</p>
<p>Тема 1.4. Формы организации ФВ в системе внешкольных учреждений.</p>	<p>Внеклассные формы работы по ФВ в школе. Цели и задачи внеклассной работы по ФВ в школе.</p> <p>Работа ДЮСШ и СДЮШОР. Формы работы. Цели и задачи. Группы начальной подготовки. Учебно – тренировочные группы. Группы спортивного совершенствования. Группы высшего спортивного мастерства. Занятия в физкультурно – оздоровительных центрах. ФК мероприятия в летних и зимних оздоровительных лагерях.</p> <p>ФК мероприятия в парках культуры и отдыха.</p> <p>Занятия ФУ и соревнования по месту жительства.</p> <p>Учебно–тренировочные и массово- оздоровительные занятия в туристских лагерях.</p>	<p>16</p>	<p>2</p>
<p>Практические и лабораторные работы</p>			
	<p>1.Составить схему «Формы занятий в ФВ».</p> <p>2.План – конспект основной части урока ФК.</p> <p>3.План – конспект подготовительной части урока ФК</p> <p>4.План – конспект заключительной части урока ФК.</p> <p>5.Комплекс утренней гигиенической гимнастики.</p>		

	<p>6.Комплекс вводной производственной гимнастики.</p> <p>7.Разработать упражнения для физкультминутки в младших, средних и старших классах.</p> <p>8.Физкультпауза.</p> <p>9.Микропауза активного отдыха.</p> <p>10.Положение о соревновании по виду спорта.</p>		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	<p>Анализ урочных и неурочных форм занятий ФУ.</p> <p>Анализ малых форм занятий ФУ.</p>		
	Учебная и производственная практики не предусмотрены		
Раздел 2. Формы внеклассной работы по физическому воспитанию в школе.		40	2
Тема 2.1. «Весёлые старты».	Подбор игр и эстафет для «Весёлых стартов». Методические особенности проведения «Весёлых стартов» с различным контингентом учащихся. Проведение «Весёлых стартов».	5	2
Тема 2.2. Школьные спортивные секции по видам спорта.	Школьная спортивная секция. Организация работы школьной спортивной секции. Секция ОФП, ритмической и атлетической гимнастики. План работы спортивной секции. Расписание работы спортивных секций. Ведение журнала работы спортивной секции. Организационно – пропагандистская и учебно – тренировочная работа преподавателя ФК.	9	2
Тема 2.3. Школьный спортивный клуб.	Школьный спортивный клуб. План работы. Органы управления. Материально – техническая база. Устав.	6	2
Тема 2.4. Внеклассная работа со школьниками различного возраста.	Особенности внеклассной работы по ФВ с младшими школьниками. Подвижные игры и «Весёлые старты». Внеклассная работа с учащимися средних классов. Организация и проведение соревнований по видам спорта. Проведение Президентских состязаний. Проведение Президентских спортивных игр.		

	«Кожаный мяч», «Золотая шайба», «Серебряная корзина».	20	2
	Внеклассная работа со старшеклассниками. Формирование сборных команд школы по видам спорта. Зимний и летний «Дни Здоровья».		
	Практические и лабораторные работы.		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составление программы «Весёлых стартов». 2. Проведение «Весёлых стартов». 3. Заполнение журнала школьной спортивной секции. 4. Разработка устава школьного спортивного клуба. 5. Проведение подвижных игр с младшими школьниками. 6. Ознакомиться с проведением Президентских состязаний. 7. Ознакомиться с проведением Президентских спортивных игр. 8. Составление положения по проведению внутришкольных соревнований на призы клуба: «Кожаный мяч», «Золотая шайба», «Серебряная корзина». 9. Составить программу и положения зимнего и летнего «Дней Здоровья» 		
	Самостоятельная работа при изучении Раздела 2.		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство и изучение нормативных документов по модернизации ФВ в системе образования. 2. Работа с документацией по внеклассной работе по ФВ в школе. 3. Ознакомление с историей возникновения и проведения детских Всесоюзных и Всероссийских соревнований по видам спорта. 4. Ознакомление с передовым педагогическим опытом в области постановки внеклассной работы по ФВ в школе. 		
	Учебная практика	36	2

	Производственная практика	72	3
	Курсовая работа	16	
Раздел 3. Физическое воспитание различных групп населения.		38	2
Тема 3.1. Физическое воспитание студенческой молодежи.	Значение и задачи ФВ студенческой молодежи. Содержание программы ФВ студентов. Возрастные особенности контингента, обучающихся в ВУЗах. Методические основы ФВ в ВУЗе. Особенности методики занятий по ФВ в различных учебных отделениях. Методики занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, по адаптивной физической культуре. Формы организации ФВ студентов.	12	2
Тема 3.2. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.	Социальное значение и задачи ФВ взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня. ФК в быту трудящихся. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.	10	2
Тема 3.3. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.	Старение и задачи физического воспитания в пожилом и старческом возрасте. Содержание и организационно – методические основы занятий физическими упражнениями.	8	2
Тема 3.4. Профессионально – прикладная физическая подготовка.	Назначение и задачи ППФП. Построение и основы методики ППФП.	8	2
	Практические и лабораторные работы		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработать годовой план – график прохождения учебного материала со студентами основного учебного отделения. 2. Теоретически раздел, практический раздел, контрольный раздел. 3. Основные направления ФВ студентов. 4. Учебные отделения: основное, специальное и спортивное. 5. Проведение занятий со студентами различных отделений. 		
	Самостоятельная работа при изучении Раздела 3.		
	1. Ознакомиться с программой по ФВ студентов.		

	<p>2. Определить цель и задачи ФВ студентов.</p> <p>3. Проанализировать возрастные особенности контингента, занимающихся в ВУЗах.</p> <p>4. Знать методики проведения занятий по ФВ в различных учебных отделениях.</p>		
	Учебная практика не предусмотрена		
	Производственная практика	36	2
МДК В 02.02. Методика организации физкультурно – оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности		200	2
Раздел 1. Классификация форм занятий в физическом воспитании.		19	2
Тема 1.1. Урочные формы занятий в физическом воспитании.	Классификация форм занятий в ФВ. Урочные формы. Урок ФК в школе. Структура. Спортивно – тренировочное занятие. Разминка. Основная часть. Заключительная. План – конспект тренировочного занятия.	11	2
Тема 1.2. Неурочные формы занятий в физическом воспитании.	Неурочные формы занятий в ФВ. Малые формы занятий ФУ. Утренняя гигиеническая гимнастика до занятий. Физкультминутки и физкультпаузы. Микропаузы активного отдыха. Игры и физические упражнения на больших переменах. Вводная производственная гимнастика.	8	2
Раздел 2. Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе.		5	2
Тема 2.1. Общий план работы по физическому воспитанию в школе.	Общий план работы по ФВ в школе. Внеклассная работа по ФВ в школе. Планирование внеклассной работы по ФВ в школе. Планирование спортивно – массовой и физкультурно – оздоровительной работы в школе.	5	2
Раздел 3. Внешкольная работа по физическому воспитанию школьников.		32	2
Тема 3.1. Формы внешкольной работы по	Внешкольная работа по ФВ. Работа ДЮСШ и СДЮСШОР. Планирование работы	4	2

физическому воспитанию.	ДЮСШ.		
Тема 3.2. Занятия в физкультурно – оздоровительных центрах и оздоровительных лагерях.	Физкультурно – оздоровительные центры. Летние и зимние оздоровительные лагеря. План спортивно – массовых мероприятий в лагере. Спартакиада в лагере труда и отдыха. Виды спорта, входящие в программу Спартакиады. Положение. Судейство. Подведение итогов Спартакиады.	12	2
Тема 3.3. Занятия физическими упражнениями по месту жительства.	Занятия ФУ, спортивные развлечения и соревнования по месту жительства или в физкультурно – спортивных клубах (ФСК). Разнообразные физкультурно – оздоровительные мероприятия в парках культуры и отдыха, на детских площадках, лыжных базах, лодочных станциях и других местах массового отдыха.	6	2
Тема 3.4. Летний и зимний Спортивные праздники или «Дни Здоровья».	Организация и проведение Спортивного праздника, Дня Здоровья. Положение. Программа. Виды спорта, забавы, аттракционы. Оформление. Судейство. Подведение итогов.	10	2
	Практические и лабораторные работы.		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составить комплексы утренней гигиенической гимнастики для учащихся младших, средних и старших классов. 2. Разработать и опробовать на одноклассниках физкультпаузы и физкультминутки. 3. Разработать и опробовать на учащихся комплексы ФУ и подвижных игр на больших переменах. 4. Составить и защитить общий план работы по ФВ в школе. 5. Разработать план физкультурно–оздоровительных и спортивно – массовых мероприятий в летнем и зимнем оздоровительном лагере. 6. Разработать положение о Спартакиаде лагеря. 7. Разработать положения о «Спортивном Вечере», «Спортивном Празднике», «Дне Здоровья», Дне бегуна, Дне прыгуна и т.д. 		
	Самостоятельная работа студентов		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомиться с законодательством и нормативными документами РФ по модернизации ФВ в системе образования. 2. Работа с научной литературой по данной проблематике. 		

	3. Использование в своей учебной деятельности интернет – ресурсов.		
	Учебная практика не предусмотрена		
	Производственная практика не предусмотрена		
Раздел 4. Туризм с методикой преподавания.		48	2
Тема 4.1. Введение.	Задачи курса. Значение туризма для формирования жизненно важных умений и навыков. Туризм в системе ФВ. История развития туризма. Возникновение. Туризм в России. Современная ситуация в сфере туризма. Виды туризма. Плановый и самостоятельный туризм. Классификация походов по средствам передвижения и месту проведения. Классификация походов в зависимости от их цели. Степенные и категорийные походы.	4	2
Тема 4.2. Основы туристской подготовки.	Личное и групповое снаряжение. Типы рюкзаков. Укладка рюкзака. Спальные мешки. Типы палаток. Приготовление пищи. Хозяйственный набор. Ремонтный набор. Специальное оборудование. Организация похода и путешествия. Определение цели и района путешествия. Комплектование группы. Распределение обязанностей. Составление сметы похода. Изучение района путешествия. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Подготовка личного и группового снаряжения. Составление сметы похода. Организация питания. Оформление документов. Подведение итогов похода. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе. Выбор места для бивака. Организация работы по развёртыванию лагеря. Уход за одеждой. Режим дня в походе. Разведение костра. Установка палатки. Питание в турпоходе. Значение питания. Организация питания. Составление меню. Список продуктов. Упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Техника и тактика движения в походе. Правила движения в походе. Порядок движения группы на маршруте. Режим движения. Обязанности направляющего и замыкающего в походе. Режим походного дня. Общие характеристики естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности. Преодоление препятствий.	14	2
Тема 4.3. Топографическая подготовка и спортивное ориентирование.	Топографическая и спортивная карты. Топография и топографическая карта. Масштаб, виды масштабов. Свойства карт. Определение точек координат на карте. Спортивная карта. Способы и правила копирования карт. Условные знаки. Формы рельефа и их изображение на карте. Компас, работа с компасом. Типы компасов. Устройство. Ориентирование по	16	2

	<p>компасу. Азимут. Движение по азимуту.</p> <p>Измерения расстояний. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Величина среднего шага, его измерение. Использование нитки. Таблица перевода шага в метры. Определение расстояния по времени движения.</p> <p>Ориентирование на местности. Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Чтение карты. Определение привязок на карте. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе. Вилы и организация движения в походе. Движение по легенде. Протокол движения. Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Виды стартов. Жеребьёвка команд и участников..</p>		
<p>Тема 4.4. Обеспечение безопасности в походе.</p>	<p>Гигиена туриста, профилактика заболеваний, походная медицинская аптечка. Понятие о гигиене. Личная гигиена туриста. Сущность закаливания. Солнце, воздух и вода. Вредные привычки. Состав походной медицинской аптечки. Назначение лекарств и их перечень. Личная аптечка туриста. Лекарственные травы.</p> <p>Оказание первой доврачебной помощи. Травмы, заболевания в походе. Профилактика травматизма и заболеваний в походе. Первая доврачебная помощь при травмах. Непрямой массаж сердца. Простудные заболевания. Укусы насекомых. Пищевые отравления. Обработка ран. Промывание желудка. Транспортировка пострадавшего.</p>	6	2
<p>Тема 4.5. Начальная судейская подготовка.</p>	<p>Организация и проведение туристских соревнований и слётов. Цели и задачи туристских соревнований и слётов. Организация соревнований и слётов. Судейская коллегия. Участники. Условия проведения. Выбор места проведения. Положение. Размещение участников и судей. Виды туристских соревнований. Понятие о дистанции и этапах. Подготовка инвентаря, оборудования и снаряжения. Техника безопасности. Виды страховки на дистанции и этапах. Правила туристских соревнований. Правила проведения туристских соревнований со школьниками.</p>	8	2
	<p>Лабораторные и практические работы</p>		

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Уход и ремонт туристского снаряжения. 2. Укладка рюкзака. 3. Разработка маршрута турпохода по Тегюшскому району. 4. Составление меню турпохода. 5. Работа с топографическими и спортивными картами. 6. Работа с компасом и картой. 7. Оказание первой доврачебной медицинской помощи. 8. Положение о турслёте. 		
	<p>Самостоятельная работа при изучении Раздела 4.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Работа с раздаточным материалом. 2. Работа с научно – методической литературой по туризму. 3. Работа с интернет- носителями. 4. Ознакомление с отчётами о турпоходах. 5. Изучение истории родного края. 		
Раздел 5. Плавание с методикой преподавания.		32	2
Тема 5.1. Введение. Плавание как учебная дисциплина.	Классификация предмета плавание. Спортивное плавание. Прикладное и оздоровительное плавание. Водные виды спорта. История развития плавания. Развитие плавания в мировой истории. Развитие плавания в России.	2	1
Тема 5.2. Основы методики обучения плаванию.	Цель и задачи обучению плаванию. Реализация принципов обучения при занятиях плаванием. Принципы: сознательности и активности; наглядности; систематичности и последовательности; прочности; доступности; научности; индивидуализации; связи теории с практикой. Методы обучения: словесные; наглядные и практические. Средства обучения: общеразвивающие и специальные упражнения; игры и развлечения на воде. Этапы обучения плаванию. Ошибки, причины их	4	2

	возникновения. Учёт возрастных особенностей в процессе обучения плаванию. Техника безопасности при проведении занятий плаванием.		
Тема 5.3. Методика обучения детей плаванию.	Организация и планирование занятий по плаванию. Организация и проведение урока по плаванию. Подготовка преподавателя к уроку плавания.	4	2
Тема 5.4. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов	Техника плавания кролем на груди. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания брассом на груди. Техника плавания баттерфляем. Техника поворотов в спортивном плавании. Техника стартов в спортивном плавании.	12	2
Тема 5.5. Прикладное плавание.	Нырание. Спасение утопающих. Прикладные способы плавания(на боку и брасс на спине). Переправы вплавь.	4	2
Тема 5.6. Организация и проведение соревнований по плаванию.	Типы соревнований в спортивном плавании. Основная документация: календарный план соревнований, положение о соревнованиях. Возраст участников, их обязанности и допуск к соревнованиям. Костюм участника. Представитель. Подготовка мест соревнований. Состав судейской коллегии и основные обязанности судей.	2	2
Тема 5.7. Физкультурно – оздоровительные технологии с использованием средств плавания.	Оздоровительное плавание. Гидроаэробика. Гидрошейпинг. Гидропрофилактика. Занятия в группах семейного плавания. Кондиционное плавание. Лечебно – оздоровительное плавание. Оборудование для занятий аквафитнесом.	4	2
	Лабораторные и практические работы		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Плавание кролем на груди. 2. Плавание кролем на спине. 3. Плавание брассом на груди. 4. Плавание баттерфляем. 5. Нырание. 6. Плавание на боку. 7. Плавание брассом на спине. 8. Переправы. 		
	Самостоятельная работа при изучении Раздела 5.		
	1. Работа с научно – методической литературой.		

	2. Положение о соревновании по плаванию. 3. Работа с интернет- носителями.		
	Учебная практика	36	2
	Производственная практика	72	3
Раздел 6. Хореография и танцевальная подготовка.		32	2
Тема 6.1.			
Раздел 7. Теория и методика оздоровительно – рекреативной и реабилитационной физической культуры.		32	2
Тема 7.1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	Оздоровительная направленность – важнейший принцип системы физического воспитания. Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Оздоровительно – рекреативная ФК. Рекреация. Оздоровительно – реабилитационная ФК. Спортивно – реабилитационная ФК. Гигиеническая ФК.	8	2
Тема 7.2. Теоретико – методические основы оздоровительной физической культуры.	Основы построения оздоровительной тренировки. Характеристика средств специально оздоровительной направленности. Оздоровительная ходьба. Оздоровительный бег. Плавание. Ходьба на лыжах. Езда на велосипеде. Прыжки со скакалкой.	8	2
Тема 7.3. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.	Аэробика. Ритмическая гимнастика. Шейпинг. Калланетика. Аквааэробика. Дыхательная гимнастика.	8	2
Тема 7.4. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.	Частота сердечных сокращений. Лестничная проба. Проба приседаниями. Проба с подскоками. Проба с приседаниями. Ортостатическая проба. Клиноостатическая проба. Жизненная ёмкость лёгких. Проба Штанге. Дневник самоконтроля.	8	2
	Лабораторные и практические работы		
	1. Комплекс аэробики. 2. Комплекс ритмической гимнастики.		

	<p>3. Комплекс упражнений для шейпинга.</p> <p>4. 30 упражнений калланетики.</p> <p>5. Виды дыхательной гимнастики.</p>		
	Самостоятельная работа студентов		
	<p>1. Ознакомиться с комплексами аэробики.</p> <p>2. Включить упражнения оздоровительной направленности в свою утреннюю гимнастику.</p> <p>3. Завести дневник самоконтроля.</p>		
	Учебная практика не предусмотрена		
	Производственная практика	36	2

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы модуля предполагает наличие учебного кабинета **«Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры»** и лаборатории **«Информатики и информационно-коммуникативных технологий»**

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета **«Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры»**

- комплекты учебно-методической документации (рабочих программ, учебно-тематических планов);

- примерные программы, методические разработки по проведению внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;

- образцы форм распространения педагогического опыта в сфере дополнительного образования в области физической культуры;

- образцы планов проведения внеурочных мероприятий по физкультурно-спортивной работе со школьниками и другими возрастными группами населения;

- образцы планов работы спортивных секций, кружков, детских объединений и т.д;

Образцы документации обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

- педагогическая и методическая литература по проблемам физической культуры.

Оборудование лаборатории и рабочих мест лаборатории:

- компьютеры, принтер, сканер, модем, проектор, программное обеспечение общего и профессионального назначения, комплект учебно-методической документации

Реализация профессионального модуля предполагает обязательную производственную практику.

Оборудование и технологическое оснащение рабочих мест: учебные столы и столы.

Спортивный комплекс:

универсальный спортивный зал;

зал ритмики и фитнеса;

тренажерный зал;

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;

стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

4.2.1. Основные источники:

Учебники:

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
2. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры – М., 1988.
3. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М., 1998.
4. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., воспитания и спорта
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры – М., 1991.
6. Лях В.И. Методика физического воспитания учащихся 10 – 11 классов. – М., 1997.
7. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., 1998.
8. Сермеев Б.В. Определение физической подготовленности школьников. – М., 1973.
9. Гужаловский А.А. Основы теории и методики физической культуры: Учебник для техникумов физической культуры – М., 1986.
10. Матвеев Л.П., Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания. – М., 1976.
11. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. Учебник для пединститутов – М., 1990.
12. Лях В.И., Мейксон Г.Б. Физическое воспитание учащихся 5 – 7 классов. – М., 1997.
13. Физическая культура; Примерная учебная программа для высших учебных заведений. – М., 1994.
14. Антонова О.Н., Кузнецов В.И. Лыжная подготовка: Методика преподавания. – М., 1999.
15. Бутин И.М. Лыжный спорт. – М., 2000.
16. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование. – М., 2000.
17. Гогунев Е.Н., Мартыянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. – М., 2000.
18. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. – М., 2000.
19. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. – М., 2000.

20. Жуков М.Н. Подвижные игры. – М., 2000.
21. Лазарев И.В., Кузнецов В.С., Орлов Г.А. Практикум по легкой атлетике. – М., 1999.
22. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. – М., 1997.
23. Смирнов Ю.И., Полевщиков М.М. Спортивная метрология. – М., 2000.
24. Суслов Ф.П., Холодов Ж.К. Теория и методика спорта. – М., 1997.

Отечественные журналы:

1. Физическая культура в школе
2. Теория и методика физического воспитания
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. Текстовые редакторы: Microsoft Word; Microsoft Excel.
2. Интернет: Internet Explorer; Opera
3. Графические редакторы: ACDSer Pro 3.0.475 Lite RePack Rus (MKN)
4. Мультимедиа: KMPlayer 2.9.4.1437 Final + 2.94.1435 Plus 22.05
(DXVA+CUDA+SVP)
5. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы
<http://www.nlr.ru>
<http://library.ru>
<http://lib.sportedu.ru>
<http://orel.rsl.ru/>

Поисковые системы:

<http://sigla.ru> (служба поиска библиографических записей в электронных каталогах библиотек России и зарубежных стран)

www.yandex.ru

www.rambler.ru

www.google.ru

4.3. Общие требования к организации образовательного процесса

Освоению данного профессионального модуля должно предшествовать изучение профессиональных дисциплин «Педагогика», «Психология», «Анатомия», «Физиология с основами биохимии», «Гигиенические основы физического воспитания», «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа», «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки», «Теория и история физической культуры», «Безопасность жизнедеятельности», профессиональных модулей «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам» и «Методическое обеспечение процесса физического воспитания».

В свою очередь обязательным условием допуска к производственной практике в рамках профессионального модуля «Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры» является освоение учебной практики для получения первичных профессиональных навыков в рамках профессионального модуля «Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры».

Самостоятельная работа студентов проводится вне аудиторных часов, составляет 1/2 от общей трудоемкости междисциплинарного комплекса.

Самостоятельная работа включает в себя работу с литературой, подготовку рефератов по выбранной теме, проведение исследований по курсовой работе, отработку практических умений и способствует развитию познавательной активности, творческого мышления обучающегося, прививает навыки самостоятельного поиска информации, формирует умения и навыки самостоятельной работы по физическому совершенствованию, а также формирует способность и готовность к самосовершенствованию, самореализации и творческой адаптации, формированию общих компетенций.

Учебную практику рекомендуется проводить рассредоточено, чередуя с теоретическими занятиями в рамках профессионального модуля или непрерывным циклом. Учебная практика проводится в специализированных кабинетах и лаборатории «Информатики и информационно-коммуникационных технологий» и на спортивных сооружениях. Учебная практика проходит под руководством преподавателей, осуществляющих преподавание междисциплинарного курса профессионального модуля.

4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по междисциплинарному курсу:

- наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю профессионального модуля «Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры» и специальности Физическая культура; Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой:

- наличие высшего профессионального образования по профилю «Физическая культура»;
- опыт работы в образовательных учреждениях не менее 5 лет;
- прохождение стажировки не реже 1 раза в 3 года.

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

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.	<ul style="list-style-type: none"> - разработка рабочей программы; - разработка рабочего (тематического) плана. - составление расписания физкультурно – оздоровительных занятий. - разработка плана-конспекта физкультурно-оздоровительного занятия; - составление положения о соревновании; - разработка календаря соревнований; - 	Текущий контроль в форме: -экспертной оценки на практическом занятии; - защиты практических работ; - тестирования; - зачетов по разделам; - контрольных работ по темам МДК; -экспертной оценки результатов самостоятельной подготовки студентов.
ПК 2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.	<ul style="list-style-type: none"> - разработка сценария спортивного праздника; - разработка и проведение соревнований по туризму; - проведение «Веселых стартов»; - проведение соревнований по видам спорта; - проведение учебно-тренировочных занятий по видам спорта; - составление плана-конспекта тренировочного занятия. 	Экспертная оценка действия на практике, анализа (самоанализа) деятельности, решения конкретных ситуаций в период производственной практики.
ПК 3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> - принимать участие в спортивных соревнованиях; - составление бесед, докладов на спортивные темы и выступления с ними; - разработка и проведение соревнований «Мама, папа, я – спортивная семья». 	
ПК 4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	<ul style="list-style-type: none"> - проведение оперативного, текущего, этапного и итогового контроля; - проведение учета успеваемости; - разработка тестовых заданий. 	
ПК 5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.	<ul style="list-style-type: none"> - проведение анализа внеурочного мероприятия или занятия; - разработка схемы анализа внеурочного мероприятия или занятия; 	
ПК 6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> - разработка многолетнего перспективного плана подготовки спортсмена; - разработка годовичного плана подготовки спортсмена; - разработка рабочего месячного плана тренировки спортсмена; 	

	<ul style="list-style-type: none"> - разработка недельного плана тренировки спортсмена; - составление плана-конспекта тренировочного занятия; - разработка плана подготовки к отдельным соревнованиям. 	
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

5.2 Контроль и оценка результатов освоения общих компетенций

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	– демонстрация интереса к своей будущей деятельности, владение умениями и навыками разных видов физкультурно-спортивной деятельности;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения программы профессионального модуля; активное участие в соревнованиях в роли спортсмена; участие в судействе соревнований; достижение высоких спортивных достижений; стабильность результатов; портфолио.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач организации и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры. самостоятельная оценка эффективности и качества выполнения профессиональных задач	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля; - оценка за решение проблемно-ситуационных задач на практических занятиях; - устный и письменный экзамен; - положительные отзывы руководителей производственной практики от учреждений ДО -баз практики.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	– решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области физического воспитания – определение и выбор способа разрешения проблемы в соответствии с заданными критериями; – проведение анализа ситуации по заданным критериям и определение рисков; – оценивание последствий принятых решений;	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации,	- эффективный поиск необходимой информации;	

<p>необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития</p>	<ul style="list-style-type: none"> – использование различных источников, включая электронные – поиск и использование информации для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития; 	
<p>ОК 5. Использовать информационно – коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> – корректное использование информационных источников для анализа, оценки и извлечения информационных данных, необходимых для решения профессиональных задач; – владение приемами работы с компьютером, электронной почтой, Интернетом, активное применение информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности. 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение рефератов, заданий для самостоятельной работы, курсовой работы (проекта); - разработка план-конспектов учебно тренировочных занятий; - технология планирования микро-, мезо- и макроциклов тренировочного процесса; - выполнение исследовательской творческой работы.
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами</p>	<ul style="list-style-type: none"> - эффективное взаимодействие с обучающимися, преподавателями и общение с коллегами и руководством; 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля;</p>
<p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся (воспитанников), организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса</p>	<ul style="list-style-type: none"> – владение механизмом целеполагания, планирования, организации, контроля, анализа, рефлексии, оценки успешности деятельности и коррекции результатов в области образовательной деятельности при осуществлении процесса физического воспитания ; - умение методически грамотно проводить Занятия и мероприятия по программам дополнительного образования в области физической культуры - ответственное отношение к результатам выполнения профессиональных обязанностей членами команды; - Владение механизмом самоанализа и коррекции результатов собственной работы; 	<ul style="list-style-type: none"> - участие в соревнованиях; - спортивное совершенствование; - судейство соревнований; - проведение тренировочных и внеурочных мероприятий и занятий на производственной практике.
<p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Организация самостоятельных занятий при изучении профессионального 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения</p>

личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	модуля; – владение способами физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки;	программы профессионального модуля; - умение анализировать учебно-практическую деятельность занимающихся; - умение вносить коррективы в свою профессиональную деятельность; - умение осуществлять текущий контроль; - формирование основ конструктивной деятельности в процессе освоения программы профессионального модуля.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	- проявление интереса к инновациям в области физического воспитания и организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры и их анализ;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля; - выполнение рефератов, заданий для самостоятельной работы, курсовой работы (проекта); - выполнение исследовательской творческой работы; - выполнение заданий учебной и производственной практики.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (воспитанников)	- владение приемами страховки и самостраховки; -обеспечение техники безопасности	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля; - выполнение заданий практического характера;
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм	– определение и выбор способа разрешения проблемы в соответствии с правовыми нормами;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля.
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	– Применение различных видов физкультурно-спортивной деятельности в области профессиональной деятельности	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля. Применение знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности. Судейство, организация и проведение соревнований.
ОК 13. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)	- участие во внеаудиторных мероприятиях патриотической направленности; - применение профессиональных знаний в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью студента в процессе освоения программы профессионального модуля.

