Приложение 2.19
к ОПОП по специальности
49.02.01 Физическая культура

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности

2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
5.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» является обязательным учебным предметом общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СРО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое назначение дисциплина имеет при формировании и реализации ОК 01: ОК 04, ОК 06, ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Изучение учебного предмета ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» направлено на достижение следующих целей:

Код ОК	**Умения**	**Знания**
ОК 01;	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно спортивной деятельности;
ОК 04;	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
ОК 06,	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
ОК 08;	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
Код ПК	**Содержание компетенции**	
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу;	
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные м спортивно-массовые мероприятия;	
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-	

	спортивного комплекса;
ПК 2.1;	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем часов**
Объем образовательной программы учебной дисциплины (максимальная нагрузка)	1238
Обязательная нагрузка, в том числе;	1238
Лекции, уроки	
Практические занятия	
Лабораторные занятия	
Индивидуальные/курсовые проекты	
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	
Консультации	
Самостоятельная работа	
экзамен	
ОП.13. 1 Гимнастика	**257**
Лекции, уроки	-
Практические занятия	249
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	-
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	8
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	
Консультации	-
Самостоятельная работа	-
экзамен	-
ОП.13.2 Спортивные игры	**270**
Лекции, уроки	-
Практические занятия	242
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	Не предусмот
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	10
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	18
Консультации	4
Самостоятельная работа	10
экзамен	4
ОП.13.3 НВФСЗ	**222**

Лекции, уроки	21
Практические занятия	189
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	-
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	12
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	
Консультации	-
Самостоятельная работа	-
экзамен	-
ОП.13.4 Туризм	**70**
Лекции, уроки	27
Практические занятия	39
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	-
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	4
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	-
Консультации	-
Самостоятельная работа	-
экзамен	-
ОП.13.5 Легкая атлетика	**241**
Лекции, уроки	-
Практические занятия	-
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	12
Промежуточная аттестация в форме экзамена, в том числе:	-
Консультации	-
Самостоятельная работа	-
экзамен	-
ОП.13. 6 Лыжи	**178**
Лекции, уроки	4
Практические занятия	164
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	-
ОП.17.В	**32**
Лекции, уроки	32
Практические занятия	
Лабораторные занятия	-
Индивидуальные/курсовые проекты	-
Промежуточная аттестация по итогам учебных семестров (дифференцированный зачет, рубежный контроль, тестирование, контрольная работа и т.д.)	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме профессиональной направленности, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
ОП.13. 1 Гимнастика			
3 семестр		**32**	
Тема 1.1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.	-	
	Практические занятия	**20**	
	1. Рассмотрение задач и методических особенностей гимнастики.	2	
	2. Разработка таблицы видов гимнастики и их характеристика.	2	
	3. Раскрытие основных задач и значения урока физической культуры с гимнастической направленностью.	2	
	4. Рассмотрение структуры урока физической культуры с гимнастической направленностью.	2	
	5. Разработка таблицы – организация учебного труда на уроке его характеристика.	2	
	6. Рассмотрение основных документов планирования: годовой план, план-график прохождения учебного материала; план-конспект урока физической культуры с гимнастической направленностью.	2	
	7. Оформление документов планирования: годовой плана, плана-графика прохождения учебного материала по гимнастическому разделу школьной программы для	2	

	конкретного класса.		
	8. Рассмотрение цели, форму зачета, масштаб, представительства и характер соревнований по гимнастике.	2	
	9. Оформление положения неклассификационных соревнований по гимнастике в школе.	2	
	10. Оформление плана, сценария проведения гимнастического выступления учащихся на спортивном празднике.	2	
Тема 1.2. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	**Содержание учебного материала**	**-**	
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1. Разработка памятки «Основные причины травматизма».	2	
	2. Анализ требований к местам проведения занятий по гимнастике.	2	
	3. Рассмотрение вариантов установки гимнастических снарядов.	2	
	4. Написание реферата на тему: «Страховка, помощь и само страховка как меры предупреждения травматизма».	2	
	5. Написание сообщения «Обучение приемам страховки и помощи»; «Врачебный контроль и самоконтроль».	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	
4 семестр		**46**	
Тема 1.3. Гимнастическая терминология	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1	-	
	Практические занятия	**18**	
	1. Характеристика гимнастической терминологии.	2	
	2. Рассмотрение правил гимнастической терминологии, правил применения терминов.	2	
	3. Правила сокращения (опускание отдельных терминов).	2	
	4. Анализ записи гимнастических упражнений (без предмета, с предметами).	2	

	5. Изготовление наглядных пособий – «Положения и движения звеньев тела».	2	
	6. Написание сообщения «Правила записи общеразвивающих упражнений».	2	
	7. Разработка учебных карточек с правилами записи упражнений на снарядах: -вольной гимнастики.	2	
	8 Разработка учебных карточек с правилами записи упражнений на снарядах: -акробатической гимнастики.	2	
	9. Разработка учебных карточек с правилами записи упражнений на снарядах: -художественной гимнастики.	2	
Тема 1.4. Основы обучения гимнастическим упражнениям	**Содержание учебного материала**		ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.		
	Практические занятия	**12**	
	1. Теоретические и методологические основы обучения гимнастическим упражнениям.	2	
	2. Определение подходов процесса обучения гимнастическим упражнениям в теоретическом и практическом плане.	2	
	3. Анализ знаний, двигательных умений, навыков и способностей гимнастов.	2	
	4. Рассмотрение методов, приемов и условий успешного обучения гимнастическим упражнениям.	2	
	1. Оформление презентации на тему «Обучение гимнастическим упражнениям».	2	
	2. Подготовка сообщения на тему «Практическая реализация принципов дидактики при обучении упражнениям».	2	
Тема 1.5. Основы техники гимнастических упражнений	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2
	1.	**-**	
	Практические занятия	**14**	
	1. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.	2	

	2. Рассмотрение закономерностей лежащих в основе гимнастических упражнений.	2	ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	3. Составление таблицы статические, динамические упражнения и их характеристика.	2	
	4. Оформление презентации «Анализ техники динамических и статических упражнений».	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	
5 семестр		**48**	
Тема 1.6. Методика обучения строевым упражнениям	**Содержание учебного материала**		ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.		
	Практические занятия	**14**	
	1. Рассмотрение методов и методических приемов обучения строевым упражнениям (на месте).	2	
	2. Овладение практическими навыками выполнения строевых упражнений (в движение).	2	
	3. Выполнение строевых упражнений на зачёт.	2	
	4. Разработка учебных карточек с техникой построения.	2	
	5. Разработка учебных карточек с техникой перестроения.	2	
	6. Разработка учебных карточек с техникой передвижения.	2	
	7. Разработка учебных карточек с техникой дробления.	2	
Тема 1.7. Методика обучения общеразвивающим упражнениям	**Содержание учебного материала**	-	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.	-	
	Практические занятия	**25**	
	1. Общеразвивающие упражнения.	2	
	2. Рассмотрение методов и методических приемов обучения общеразвивающим упражнениям.	2	
	3. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (без предмета, с предметами).	2	
	4. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами гантели).	2	
	5. Овладение практическими навыками выполнения	2	

	комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами обручи).		
	6. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами фитболы).	2	
	7. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами гимнастическая палка).	2	
	8. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами скамейка).	2	
	9. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами медболы).	2	
	10. Овладение практическими навыками выполнения комплексов общеразвивающих упражнений (с предметами изотонические кольцо).	2	
	11. Применение способов проведения общеразвивающих упражнений (раздельным, поточным, проходным, круговым способами).	2	
	12. Выполнение комплексов общеразвивающих упражнений на зачёт.	2	
Тема 1.8. Методика обучения акробатическим упражнениям	**Содержание учебного материала**	-	
	1.	-	
	Практические занятия	**8**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1. Характеристика и назначение акробатических упражнений.	2	
	2. Передвижение в обход, противоходом, змейкой, перестроения на месте и в движении. Акробатика – стойка на лопатках, кувырок вперёд и назад. Кольца – простые висы, вис прогнувшись, согнувшись.	2	
	3. Совершенствование передвижение в обход, противоходом, змейкой, перестроения на месте и в движении. Акробатика – стойка на лопатках, кувырок вперёд и назад. Кольца – простые	2	

	висы, вис прогнувшись, согнувшись.		
	4. Перестроение из одной шеренги в две, три и обратно – уступом. Передвижение с изменением частоты шага, передвижение по точкам зала. ОРУ без предметов. Конь\махи – махи в стороны, в упоре сзади, в упоре ноги врозь. Опорный прыжок: вскок в упор на голени, соскок прогнувшись.	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
6 семестр		**57**	
	Содержание учебного материала		
	1.		
	Практические занятия	**54**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1. Совершенствование перестроение из одной шеренги в две, три и обратно – уступом. Передвижение с изменением частоты шага, передвижение по точкам зала. ОРУ без предметов. Конь\ махи – махи в стороны, в упоре сзади, в упоре ноги врозь. Опорный прыжок: вскок в упор на голени, соскок прогнувшись, толчком другой.	3	
	2. Перестроение из одной шеренги в две, три и обратно – уступом. Передвижение с изменением частоты шага, передвижение по точкам зала. ОРУ без предметов. Перекладина низкая висы простые и смешанные, подъём переворотом, махом одной, толчком другой. Брусья: подъём махом вперёд из упора на предплечьях, в сед ноги врозь, соскок махом вперёд.	3	
	3. Совершенствование Перекладина низкая висы простые и смешаные, подъём переворотом, махом одной, толчком другой. Брусья: подъём махом вперёд из упора на предплечьях, в сед ноги врозь, соскок махом вперёд.	3	
	4. ОРУ с обручем. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре дроблением и сведением. Размыкание дугами.	3	
	5. К/махи: одноимённые перемахи с прыжка в упоре на руках, вперёд и назад, соскок с поворотом боком. О/прыжок вскок в упор присев, соскок прогнувшись.	3	

	6. ОРУ с гимнастическими палками. Передвижения с изменением направления. Перестроение из шеренги в колонну, захождением плечом.	3	
	7. Акробатика: стойка на руках, кувырок вперёд. Кольца: размахивания в висе, соскок махом вперёд.	3	
	8. Совершенствование Акробатика: стойка на руках, кувырок вперёд. Кольца: размахивания в висе, соскок махом вперёд.	3	
	9. ОРУ с обручем. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре дроблением и сведением. Размыкание дугами.	3	
	10. Перекладина: подъём одной, разноимённый перемах с поворотом кругом, соскок отмахом назад с поворотом. Брусья: подъём махом вперёд из упора на предплечьях, в сед ноги врозь, соскок махом вперёд.	3	
	11. Составление комбинаций из ранее изученных комбинаций «Кольца Акробатика».	3	
	12. Составление комбинаций из ранее изученных комбинаций «Опорный прыжок, конь махи».	3	
	13. Составление комбинаций из ранее изученных комбинаций «Брусья, перекладина»	3	
	14. Составление комбинаций из ранее изученных комбинаций «Опорный прыжок, конь махи».	3	
	15. Составление комбинаций из ранее изученных комбинаций «Брусья, перекладина».	3	
	16. Общеразвивающие упражнения. Школьной программы 1 классов. Подвижная игра.	3	
	17. Школьная программа 2 класса. Упражнения на развития координации. Подвижная игра.		
	18. Школьная программа 3 класса. Упражнения на развитие на развитие силовых способностей. Подвижная игра.	3	
Промежуточная аттестация	**Контрольные упражнения (тесты)**	**3**	
7 семестр		**30**	
	Практические занятия	**22**	ОК1, ОК 2, ОК 3,

	1. Школьная программа 4 класса. Упражнения на развитие гибкости. Подвижная игра.	2	ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	2. Школьная программа 5 класса. Кувырки, стойки. Игра на внимание.	2	
	20. Школьная программа 6 класса. Опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне. Подвижная игра.	2	
	3. Школьная программа 7 класса. Упражнения на низкой перекладине, упражнения на брусьях параллельных. Подвижная игра.	2	
	4. Школьная программа 8 класса. Упражнения на высокой перекладине. Упражнения на разновысоких брусьях. Подвижная игра.	2	
	5. Школьная программа 9 класса. Прикладные упражнения. Игра на гибкость.	2	
	6. Школьная программа 10 класса. Перекладина средняя, брусья разновысокие. Игра на гибкость.	2	
	7. Школьная программа 10 класса. Перекладина высокая, упражнения на бревне.	2	
	8. Школьная программа 11 класса. Брусья параллельные, акробатические упражнения.	2	
	9. Школьная программа 11 класса. Кольца высокие, опорный прыжок. Игра с прыжками и на равновесие.	2	
	10. Овладение практическими навыками выполнения акробатическими упражнениями: -группировка из различных исходных положений; -кувырки: вперёд – из упора присев; с шага; из стойки-ноги врозь; с опорой и без опоры руками; из упора лёжа, с выпада, из горизонтального равновесия; длинный, прыжком прогнувшись; кувырки назад – из седа, из упора присев, из основной стойки после седа с прямыми ногами, из стойки ноги врозь, через стойку на руках; -кувырок вперёд и назад; -переворот в сторону; -переворот вперёд с опорой головой и руками;	2	

	-рондат; -мосты с опорой руками и ногами, на предплечьях, на одну руку, на одну ногу, разноименно, на коленях; -равновесия: горизонтальное на правой (левой) ноге, переднее, боковое, с наклоном, «кольцом», вертикальное (шпагатом). -стойки: на лопатках, голове и руках, на руках, на предплечьях, на плечах и голове; -мосты; -шпагаты; -парные акробатические упражнения.		
Тема 1.9. Методика обучения упражнениям гимнастического многоборья	**Содержание учебного материала**	-	
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1. Упражнения гимнастического (мужские, женские) многоборья.	2	
	2. Овладение практическими навыками выполнения вольным упражнениям: -групповые вольные упражнения с предметами и без них, под музыку; -индивидуальные вольные упражнения (спортивные упражнения и учебные комбинации).	2	
	3. Овладение практическими навыками выполнения упражнений на брусьях (статические, силовые, динамические и маховые упражнения).	2	
Промежуточная аттестация	**Дифференцированный зачет**	**2**	
8 семестр		**44**	
	Содержание учебного материала	-	
	1.	-	
	Практические занятия	**42**	
	1. Смешанные висы: -простые висы. -смешанные упоры. -простые упоры.	2	
	2 Стойка на плечах из положений седа ноги врозь, из упора	2	

	углом и махом.		
	3. Кувырок вперед из седа ноги врозь, из упора стоя согнувшись и др.	2	
	4. Маховые упражнения.	2	
	5. Прямые прыжки: прыжки ноги врозь, согнувшись.	2	
	6. Боковые прыжки.	2	
	7. Боковые прыжки.	2	
	8. Висы и упоры. Смешанные и простые.	2	
	9. Овладение практическими навыками выполнения упражнений на перекладине (мужские). Висы: Простые: и смешанные.	2	
	10. Упоры: упор, упор сзади, упор присев; упор – правая (левая) в сторону, с опорой ступней о перекладину, упор ноги врозь правой (левой), то же вне; упор стоя согнувшись, то же ноги врозь.	2	
	11. Подъёмы: переворотом из виса; правой (левой) из подъема разгибом; из размахивания в висе.	2	
	12. Повороты: из упора ноги врозь правой (левой) перемахом ноги вперёд с поворотом кругом.	2	
	13. Обороты: вперед в упоре; вперёд в упоре – ноги врозь правой (левой); назад в упоре – ноги врозь правой (левой).	2	
	14. Размахивания: изгибами, подтягиванием и с прыжка. Соскоки: махом вперед, махом назад и соскок дугой.	2	
	15. Выполнение зачётных комбинаций на перекладине (низкой, высокой).	2	
	16. Овладение практическими навыками выполнения упражнений на коне. Перемахи, круги. Соскоки, вскоки.	2	
	17. Передвижения: различные виды ходьбы и бега, подскоков, танцевальных шагов и сочетания из этих элементов (с различными движениями рук, головы, туловища).	2	
	18. Повороты: на носках в положении стоя и в приседе, на двух и на одной ноге, в упорах присев, в упорах на коленях и седах.	2	
	19. Прыжки: на месте, с продвижением и с поворотами.	2	

	20. Акробатические упражнения: кувырки перевороты.	2	
	21. Статические упражнения: равновесия, стойки, мосты, шпагаты.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	
Итого.		**257**	
Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала и форм организации деятельности обучающихся**	**Объем, акад. ч/в том числе в форме практической подготовки, акад. ч**	**Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы**
1	***2***	***3***	***4***
ОП.13.2 Спортивные игры		**270**	
3 семестр		**32**	
Тема 1.1. Футбол. Средства и методы на отдельных этапах обучения.	**Содержание учебного материала**	-	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	
	1.Обучение к подготовительной части урока в спортивных играх. Требования к инвентарю и оборудованию на занятиях по соблюдению мер технической безопасности.	2	
	2.Особенности подготовительных, подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам.	2	
	3.Подбор средств и методов для различных частей урока в соответствии с их педагогическими задачами.	2	
	4.Спортивная секция – одна из форм проведения дополнительных занятий по спортивным играм. Задачи секционной работы по спортивным играм в школе. Специфика подбора средств и методов для решения задач.	2	
	5.Планирование, организация и проведение соревнований по спортивным играм. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Системы розыгрыша. Составление календаря игр. Порядок определения победителей.	2	

Тема 1.2. Волейбол. Средства и методы на отдельных этапах обучения.	**Содержание учебного материала**	**-**	
	1.	-	
	Практические занятия	**8**	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.Обучение к подготовительной части урока в спортивных играх. Требования к инвентарю и оборудованию на занятиях по соблюдению мер технической безопасности.	2	
	2.Особенности подготовительных, подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам.	2	
	3.Спортивная секция – одна из форм проведения дополнительных занятий по спортивным играм. Задачи секционной работы по спортивным играм в школе. Специфика подбора средств и методов для решения задач.	2	
	4.Планирование, организация и проведение соревнований по спортивным играм. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Системы розыгрыша. Составление календаря игр. Порядок определения победителей.	2	
Тема 1.3 Баскетбол. Средства и методы на отдельных этапах обучения.	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	
	1.Обучение к подготовительной части урока в спортивных играх. Требования к инвентарю и оборудованию на занятиях по соблюдению мер технической безопасности.	2	
	2.Особенности подготовительных, подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам.	2	
	3.Спортивная секция – одна из форм проведения дополнительных занятий по спортивным играм. Задачи секционной работы по спортивным играм в школе. Специфика подбора средств и методов для решения задач.	2	
Тема 1.4. Гандбол. Средства и методы на отдельных этапах обучения.	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	
	1.Обучение к подготовительной части урока в спортивных играх. Требования к инвентарю и оборудованию на занятиях по	2	

	соблюдению мер технической безопасности.		ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	2.Особенности подготовительных, подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам.	2	
	3.Спортивная секция – одна из форм проведения дополнительных занятий по спортивным играм. Задачи секционной работы по спортивным играм в школе. Специфика подбора средств и методов для решения задач.	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
4 семестр		**46**	
Тема 1.1. Методика обучения технике игры в футбол.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.		
	Практические занятия	**12**	
	1. Овладение техникой перемещений.	2	
	2. Овладение техникой ударов по мячу.	2	
	3. Овладение техникой ведения мяча.	2	
	4. Овладение техникой отбора мяча.	2	
	5. Овладение приёму и передачи мяча.	2	
	6. Овладение техникой в вода мяча.	2	
Тема 1.2. Методика обучения технике игры в волейбол.	**Содержание учебного материала**	-	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.		
	Практические занятия	**12**	
	1. Овладение техникой перемещений и расстановки игроков.	2	
	2. Овладение техникой ударов по мячу при по дачи.	2	
	3. Овладение техникой розыгрыша мяча на удар.	2	
	4. Овладение техникой Блокирование мяча.	2	
	5. Овладение приёму и передачи мяча.	2	
	6. Овладение техникой перемещений и расстановки игроков.	2	
Тема 1.3. Методика обучения технике игры в баскетбол.	**Содержание учебного материала**	-	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	

	1. Овладение техникой перемещений и расстановки игроков.	2	11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	2. Овладение техникой бросков мяча.	2	
	3. Овладение техникой розыгрыша мяча на бросок.	2	
	4. Овладение техникой Блокирование мяча.	2	
	5. Овладение приёму и передачи мяча.	2	
Тема 1.4. Методика обучения технике игры в гандбол.	**Содержание учебного материала**	-	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	
	1. Овладение техникой перемещений и расстановки игроков.	2	
	2. Овладение техникой бросков мяча.	2	
	3. Овладение техникой розыгрыша мяча на бросок.	2	
	4. Овладение техникой Блокирование мяча.	2	
	5. Овладение приёму и передачи мяча.	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
5 семестр		**32**	
Тема 1.1. Футбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**	-	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12 ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 3.2
	1.	-	
	Практические занятия	**8**	
	1.Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму и передачи мяча	2	
	2. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам и ударам по мячу.	2	
	3. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении технически ведения мяча.	2	
	4. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении технике отбора мяча.	2	
Тема 1.2. Волейбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	1.Основы техники и тактики, методика обучения и тренировки		
	Практические занятия	**8**	

	1.Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму и передачи мяча	2	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	2. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам и ударам по мячу.	2	
	3. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму мяча.	2	
	4. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении технике блокированию мяча.	2	
Тема 1.3. Баскетбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.Основы техники и тактики, методика обучения и тренировки		
	Практические занятия	**8**	
	1.Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму и передачи мяча	2	
	2. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приемам и броскам мяча.	2	
	3. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму мяча.	2	
	4. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении технике блокированию мяча.	2	
Тема 1.4. Гандбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	
	1.Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму и передачи мяча	2	
	2. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническим приему и броскам мяча.	2	
	3. Комплексы: подводящих и специальных упражнений в обучении техническому приёму мяча.	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
6 семестр		**38**	
Тема 1.1. Футбол. Основы	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02;

техники и тактики, методика обучения.	**1.**	-	ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	Практические занятия	**8**	
	1. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике перемещений.	2	
	2. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике ударов по мячу.	2	
	3. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении техники ведения мяча.	2	
	4. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике отбора мяча.	2	
Тема 1.2. Волейбол. Основы техники и тактики, методика обучения и тренировки	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.		
	Практические занятия	**8**	
	1. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике перемещений.	2	
	2. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике ударов по мячу.	2	
	3. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении техники приёма мяча.	2	
	4. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике блокирование мяча.	2	
Тема 1.3. Баскетбол. Основы техники и тактики, методика обучения и тренировки	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	
	1. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике перемещений.	2	
	2. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике бросков мяча.	2	
	3. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении техники ведения мяча.	2	
	4. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике отбора мяча.	2	
	5.Совершенствование игры.	2	

Тема 1.4. Гандбол. Основы техники и тактики, методика обучения и тренировки	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.		
	Практические занятия	**10**	
	1. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике перемещений.	2	
	2. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике бросков мяча.	2	
	3. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении техники ведения мяча.	2	
	4. Совершенствование: подводящих и специальных упражнений в обучении технике отбора мяча.	2	
	5.Совершенствование игры.	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
7 семестр		**60**	
Тема 1.1. Футбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ВД 3(2): ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; ВД 3(3): ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	
	1. Совершенствование техники перемещений и расстановки игроков.	2	
	2. Совершенствование техники ударов по мячу.	2	
	3. Совершенствование техники ведения мяча.	2	
	4. Совершенствование техники отбора мяча.	2	
	5. Совершенствование приёму и передачи мяча.	2	
Тема 1.2. Волейбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**	-	
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	
	1. Совершенствование техники перемещений и расстановки игроков.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1;
	2. Совершенствование техники ударов по мячу при в воде мяча в игру.	2	
	3. Совершенствование техники розыгрыша мяча на удар.	2	
	4. Совершенствование техники блокирования мяча.	2	
	5. Совершенствование приёму и передачи мяча.	2	

			ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
Тема 1.3. Баскетбол. Основы техники и тактики, методика обучения и тренировки	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1.		
	Практические занятия	**6**	
	1. Совершенствование техники перемещений и расстановки игроков.	2	
	2. Совершенствование техники бросков мяча.	2	
	3. Совершенствование техники розыгрыша мяча на бросок.	2	
Тема 1.4. Гандбол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**	**8**	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1. Совершенствование техники перемещений и расстановки игроков.	2	
	2. Совершенствование техники бросков мяча.	2	
	3. Совершенствование техники розыгрыша мяча на бросок.	2	
	4. Совершенствование игры.	2	
Тема 1.5. Настольный Теннис. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1.		
	Практические занятия	**12**	
	1. Овладение техникой перемещений.	2	
	2. Овладение техникой ударов по мячу.	2	
	3. Овладение техникой игры.	2	
	4. Овладение техникой игры.	2	
	5. Овладение техникой игры 2х2.	2	
	6. Овладение техникой игры 2х2.	2	
Тема 1.6. Флор бол. Основы техники и тактики, методика обучения.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	1.		
	Практические занятия	**12**	
	1. Овладение техникой перемещений.	2	
	2. Овладение техникой ударов по мячу.	2	

			ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	3. Овладение техникой ведения мяча.	2	
	4. Овладение техникой отбора мяча.	2	
	5. Овладение приёму и передачи мяча.	2	
	6. Овладение техникой в вода мяча.	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
8 семестр		**44**	
Тема 1.1. Футбол. Совершенствование техники и тактики, методика обучения тренировки.	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	
	1. Совершенствование тактикой индивидуальных действий в нападении и защите.	2	
	2. Совершенствование техникой овладения мячом.	2	
	3. Совершенствование техникой ведения мяча.	2	
Тема 1.2. Волейбол. Совершенствование техники и тактики, методика обучения тренировки.	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	
	1. Совершенствование техники нападающего удара.	2	
	2. Совершенствование техники блокирования.	2	
	3. Схема техникой перестановке игроков.	2	
Тема 1.3. Баскетбол Совершенствование техники и тактики, методика обучения тренировки.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.-
	1.		
	Практические занятия	**6**	
	1. Совершенствование тактикой индивидуальных действий в нападении и защите.	2	
	2. Совершенствование тактикой групповых действия в	2	

	нападении и защите.		ПК 3.3.;
	3. Совершенствование тактикой командных действий в нападении и защите.	2	
Тема 1.4. Гандбол. Совершенствование техники и тактики, методика обучения тренировки.	**Содержание учебного материала**	**6**	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1. Совершенствование тактикой индивидуальных действий в нападении и защите.	2	
	2. Совершенствование тактикой групповых действия в нападении и защите.	2	
	3. Совершенствование тактикой командных действий в нападении и защите.	2	
Тема 1.5 Настольный Теннис. Совершенствование техники и тактики, методика обучения тренировки.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1.		
	Практические занятия	**10**	
	1. Совершенствование техники перемещений.	2	
	2. Совершенствование техникой ударов по мячу.	2	
	3. Совершенствование тактической игры.	2	
	4. Совершенствование техникой игры 1х1.	2	
	5. Совершенствование техникой игры 2х2.	2	
Тема 1.6 Флор бол. Совершенствование техники и тактики, методика обучения тренировки.	**Содержание учебного материала**		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ВД 3(1): ПК 3.1.- ПК 3.3.;
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	
	1. Совершенствование тактической расстановки.	2	
	2. Совершенствование технике удара по мячу.	2	
	3. Совершенствование технике ведения мяча.	2	
	4. Совершенствование технике отбора мяча.	2	

	5. Совершенствование приёму и передачи мяча.	2	
Промежуточная аттестация	**экзамен**	**18**	
Всего		**270**	
ОП.13.3 НВФСЗ		222	
3 семестр		**32**	
Тема 3.1 Введение в предмет. Фитнес-технология в педагогической практике	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1. Исторические сведения и этапы развития фитнеса и аэробики. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий фитнесом. Основные направления развития современных видов фитнес-аэробики и терминология. Правила безопасного поведения в фитнес-залах; способы и приёмы предупреждения травматизма при занятиях фитнесом. Требования к одежде и месту проведения занятий.	2	
Тема 3.2 Основы техники и методика проведения занятий фитнес-аэробикой	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1. Классификация упражнений различной интенсивности, используемых в оздоровительной физической тренировке.	2	
	Практические занятия	**16**	
	1. Техника выполнения и методика обучения базовым движениям (шагам) оздоровительной классической аэробики.	2	
	2. Техника и методика обучения хореографии движений руками в сочетании с базовыми движениями.	2	
	3. Техника и методика обучения базовым движениям (шагам) в степ-аэробике.	2	
	4. Техника и методика обучения базовым движениям (шагам) фитбол-аэробики. Игры и игровые упражнения с использованием инвентаря и оборудования фитнеса.	2	
	5. Техника и методика выполнения упражнений кондиционной гимнастики: на мышцы ног.	2	
	6. Техника и методика выполнения упражнений кондиционной гимнастики: на мышцы плечевого пояса и рук.	2	
	7. Техника и методика выполнения упражнений кондиционной гимнастики: на мышцы брюшного пресса и спины.	2	

	8. Техника и методика выполнения упражнений для развития гибкости. Основы стретчинга.	2	
Тема 3.3 Методика развития физических качеств в фитнес аэробике	**Содержание учебного материала**	**1**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1. Методика развития физических качеств в оздоровительных видах фитнесс аэробики.	1	
	Практические занятия	**1**	
	1. Комплексное развитие физических качеств в оздоровительных видах фитнес-аэробике.	1	
Тема 3.4 Сущность тренировки в оздоровительном фитнесе	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1. Сущность тренировки в оздоровительном фитнесе.	2	
	Практические занятия	**2**	
	1. Разработка учебно-тренировочного занятия в оздоровительном фитнесе.	2	
Тема 3.5 Документальное обеспечение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий оздоровительной фитнес-аэробикой	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1. Документы планирования учебной работы по фитнес-аэробике. Виды документации, обеспечивающей функционирование фитнес залов.	2	
	Практические занятия	**2**	
	1. Требования к ведению и оформлению документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий по фитнесу.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	
4 семестр		**46**	
Тема 3.6 История, этапы развития и терминология атлетической гимнастики	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1. История развития разновидности атлетической гимнастики и ее разновидности (бодибилдинг, культуризм, фитнес). Анатомические основы атлетической гимнастики.	2	
	Практические занятия	-	
	1.	-	
Тема 3.7 Теоретические основы подготовки атлета	**Содержание учебного материала**	**10**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1
	1. Характеристика силовых видов спорта. Цель занятий	2	

	атлетизмом. Воздействие упражнений на мышцы. Основные группы мышц.		ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	2. Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса, для мышц ног, для мышц живота.	2	
	3. Методика использования упражнений для увеличения мышечной массы, для устранения избыточной массы тела.	2	
	4. Методика использования упражнений для увеличения максимальной силы. Тренировочное занятие: структура и его формы. Техника безопасности в процессе атлетической подготовки.	2	
	5. **Современные физиологические требования к рациональному питанию.** Принцип сбалансированного питания. Энергетическая ценность и состав рациона питания. Виды БАД. Режим водопотребления.	2	
	Практические занятия	-	
	1.	-	
Тема 3.8 Методика обучения техники атлетических упражнений	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**32**	
	1. Изучения атласа анатомии для атлетической гимнастики. Изучение схем групп мышц, участвующих в определенных упражнениях. Обучение работе на тренажерных устройствах.	2	
	2. Составление программы тестирования физических способностей.	2	
	3. Методика обучения правильному дыханию при выполнении упражнений.	2	
	4. Обучение базовым упражнениям для развития главных мышечных групп.	2	
	5. Обучение упражнениям для развития мышц плечевого пояса.	2	
	6. Обучение упражнениям для развития тазового пояса и туловища.	2	
	7. Обучение упражнениям с экспандером, с резиновыми амортизаторами.	2	
	8. Методика обучения выполнения упражнений со штангой, с гантелями	2	
	9. Составление комплекса упражнений по заданной цели тренировки.	2	

	10. Составление комплекса упражнений по заданной цели тренировки	2	
	11. Составление и выполнение комплекса упражнений для увеличения мышечной массы.	2	
	12. Составление и выполнение комплекса упражнений для устранения избыточной массы тела.	2	
	13. Составление комплекса упражнений для увеличения максимальной силы.	2	
	14. Составление рациона питания на неделю.	2	
	15. Методика обучения правильному дыханию при выполнении упражнений.	2	
	16. Обучение упражнениям для выработки навыков расслабления.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	
5 семестр		**32**	
Тема 3.9 Аэробика. Ритмическая гимнастика	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**30**	
	1. Step-curl – перенос тела на одну ногу, а другой выполняется захлест.	2	
	2. Step-plie – приседание с выпрямленной ногой.	2	
	3. Step-lunge – ход вперед, другой ногой коснуться пола.	2	
	4. Step-knee – движение в сторону, противоположная нога сгибается в колене перед туловищем.	2	
	5. Knee-up – шаг вперед и другую ногу сгибаем в колене, по очереди ноги возвращаются в начальное положение.	2	
	6. Grape-wine – движение в сторону, ноги сводятся накрест, первой еще раз в сторону, противоположную приставляет к лидирующей.	2	
	7. **Команды инструктора. Способы разучивания комбинаций.** Подборка музыкальных произведений в аудиозаписи для проведения комплекса аэробики. Термин «Repeat» означает команду.	2	
	8. Команды инструктора. Способы разучивания комбинаций. Подборка музыкальных произведений в аудиозаписи для проведения	2	

	комплекса аэробики.		
	9. Базовые шаги по классической аэробике (Упражнения без смены лидирующей ноги V-step, Cross).	2	
	10. Направление групповых программ. Техника выполнения базовых шагов.	2	
	11. Базовые шаги по классической аэробике (Упражнения без смены лидирующей ноги March, Mambo).	2	
	12. Double Step-touch – два приставных перемещения в одном направлении (вправо-влево), потом в другом (вправо-влево).	2	
	13. Step-tap – боковой шаг с касанием одной ноги перед второй.	2	
	14. Chasse – движение вбок, приставляется другая нога, первая шагает на месте.	2	
	15. Step-lift – перемещение направо или налево с махом другой ноги вперед, назад, в сторону.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	
6 семестр		**38**	
Тема 3.10 Step-аэробика	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**36**	
	1. Диагностическое обследование подвижности суставов и эластичности различных групп мышц занимающихся. В степ-аэробике существует два вида шагов: шаги без смены лидирующей ноги, шаги со сменой лидирующей ноги.	2	
	2. Правила техники при работе на STEP-платформе. Структура урока STEP-аэробика. Базовые шаги STEP-аэробика. Техника выполнения базовых шагов.	2	
	3. Техника выполнения базовых шагов. Мамбо, Straddle (Стредл ап) Turn-step (Тёрн степ) комплекса упражнений STEP-аэробики, направленного на развитие подвижности суставов и эластичности различных групп мышц.	2	
	4. Техника выполнения базовых шагов. Мамбо, Straddle (Стредл ап), Turn step (Тёрн степ). Способы разучивания комбинаций.	2	

	5. Техника выполнения базовых шагов. V-step (Ви-степ), basic-over (бейсик-овер).	2	
	6. Техника выполнения базовых шагов. V-step (Ви-степ), basic-over (бейсик-овер).	2	
	7. Техника выполнения базовых шагов. Over the top (Ове зе топ), cha-cha-cha (ча-ча-ча), l-step (8 шагов).	2	
	8. Техника выполнения базовых шагов. Over the top (Ове зе топ), cha-cha-cha (ча-ча-ча), l-step (8 шагов).	2	
	9. Техника выполнения базовых шагов. Step touch (Степ-тач), basic step (бэйсик степ) выполняется на 4 счета.	2	
	10. Техника выполнения базовых шагов. Step touch (Степ-тач), basic step (бэйсик степ) выполняется на 4 счета.	2	
	11. Техника выполнения базовых шагов. Step-up (степ-ап – шаг-колено). Способы разучивания комбинаций.	2	
	12. Техника выполнения базовых шагов. Step-up (степ-ап – шаг-колено). Способы разучивания комбинаций.	2	
	13. Техника выполнения базовых шагов. Step kick (степ кик – шаг-кик), step-back (степ-бэк – шаг-бэк).	2	
	14. Техника выполнения базовых шагов. Step kick (степ кик – шаг-кик), step-back (степ-бэк – шаг-бэк).	2	
	15. Способы разучивания комбинаций.	2	
	16. Способы разучивания комбинаций.	2	
	17. Способы разучивания комбинаций.	2	
	18. Способы разучивания комбинаций.	2	
Промежуточная аттестация	**Тестирование**	**2**	
7 семестр		**30**	
Тема 3.11 Силовая аэробика	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3.
	1.	-	
	Практические занятия	**28**	

	1. Выполнение комплекса упражнений с медболом (медицинский мяч).	2	ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	2. Выполнение упражнений используемые в силовых классах.	2	
	3. Выполнение комплекса упражнений на многофункциональная раме.	2	
	4. Выполнение комплекса упражнений с гантелями с весом 1 кг (девушки), 2 кг (юноши).	2	
	5. Выполнение комплекса упражнений с пампами (специальные штанги для аэробики).	2	
	6. Выполнение комплекса упражнений с бодибарами (утяжеленные палки).	2	
	7. Выполнение комплекса упражнений с дисками (блины от штанги).	2	
	8. Выполнение комплекса упражнений с фитболом (большой мяч для фитнеса).	2	
	9. Выполнение комплекса упражнений с резиновыми амортизаторами.	2	
	10. Выполнение комплекса на многофункциональной раме.	2	
	11. Выполнение комплекса на многофункциональной раме.	2	
	12. Выполнение комплекса упражнений с гантелями с весом 1 кг (девушки), 2 кг (юноши).	2	
	13. Выполнение комплекса упражнений с гантелями с весом 1 кг (девушки), 2 кг (юноши).	2	
	14. Выполнение комплекса упражнений с пампами (специальные штанги для аэробики).	2	
Промежуточная аттестация	**Дифференцированный зачет**	**2**	
8 семестр		**44**	
Тема 3.12 Функциональный тренинг	**Содержание учебного материала**	-	ОК 01. ОК 02. ОК 05. ОК 08. ПК 1.1 ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5. ПК 3.6
	1.	-	
	Практические занятия	**42**	
	1. Выполнение основной части учебно-тренировочного занятия на все группы туловища.	2	
	2. Выполнение основной части учебно-тренировочного занятия на все группы туловища.	2	
	3. Выполнение комплекса упражнений с пампами (специальные штанги	2	

	для аэробики).		
	4. Выполнение комплекса упражнений с бодибарами (утяжеленные палки).	2	
	5. Выполнение комплекса упражнений с бодибарами (утяжеленные палки).	2	
	6. Выполнение комплекса упражнений с дисками (блины от штанги).	2	
	7. Выполнение комплекса упражнений с дисками (блины от штанги).	2	
	8. Выполнение комплекса упражнений с фитболом (большой мяч для фитнеса).	2	
	9. Выполнение комплекса упражнений с фитболом (большой мяч для фитнеса).	2	
	10. Выполнение комплекса упражнений с резиновыми амортизаторами.	2	
	11. Формирование и закрепление осанки в процессе выполнения упражнений шейпинга».	2	
	12. Составление и демонстрация комплекса упражнений шейпинга.	2	
	13. Составление и демонстрация комплекса упражнений шейпинга.	2	
	14. Составление и демонстрация комплекса упражнений шейпинга.	2	
	15. Эффективность занятий функциональных тренировок и их разновидность.	2	
	16. Эффективность занятий функциональных тренировок и их разновидность.	2	
	17. Эффективность занятий функциональных тренировок и их разновидность.	2	
	18. Выполнение комплекса на развитие мышц стабилизаторов. Формирование и закрепление осанки в процессе выполнения упражнений шейпинга».	2	
	19. Формирование мышечного баланса.	2	
	20. Выполнение комплекса упражнений на развитие мышц стабилизаторов. Формирование и закрепление осанки в процессе выполнения упражнений шейпинга».	2	
	21. Выполнение комплекса упражнений на развитие мышц стабилизаторов.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**2**	

ВСЕГО		**222**	
ОП.13.4 Туризм		**70**	
Раздел 1. Основы туристской подготовки			
7 семестр		**32**	
Тема 1. 1. Введение. Туризм в системе физического воспитания	**Содержание учебного материала**	**2**	
	1. Место и роль учебной дисциплины «Туризм» в системе профессиональной подготовки учителя физической культуры. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельно прикладных навыков	2	
	Практические занятия	**2**	
	1. Разработать памятку «Виды туризма и их характеристика. Роль туристских походов, путешествий.	2	
Тема 1. 2. Личное и групповое снаряжение	**Содержание учебного материала**	**6**	
	1. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для различных походов, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке, подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Хозяйственный набор. Ремонтный набор. Специальное снаряжение.	2	
	2. Международный туризм: популярные направления, визовые и таможенные требования	2	
	3. Риски в туризме: природные, техногенные, социальные. Оценка и минимизация	2	
	Практические занятия	**4**	
	1. Подготовка снаряжения и укладка рюкзаков.	2	
	2 Работа со снаряжением, уход за ним и ремонт.	2	
Тема 1. 3. Организация и подготовка похода и путешествия	**Содержание учебного материала**	-	
	1.	-	
	Практические занятия	**6**	
	1. Определение цели и района похода. Комплектование группы. Распределение обязанностей в группе. Составление плана похода.	2	

	Изучение района похода.		
	2. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Составление сметы похода.	2	
	3. Организация питания. Оформление документов, подведение итогов похода.	2	
Тема 1.4. Организация и проведение похода и путешествия	**Содержание учебного материала**	**2**	
	1. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий. Выбор места для бивака. Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря, планирование лагеря (выбор места для палаток и костра).	2	
	Практические занятия	**6**	
	1. Выбор мест, пригодных для организации привалов и ночлегов.	2	
	2. Развертывание и свертывание лагеря (бивака), разжигание костра.	2	
	3. Установка палаток в различных условиях 3. Разжигание различных виды костров.	2	
Тема 1. 5. Питание в туристическом походе	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Значение правильного питания. Организация питания в походах выходного дня и многодневных.	2	
	Практические занятия	**2**	
	1. Составление меню, списки продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**	**-**	
8 семестр		**38**	
Тема 1. 6. Техника и тактика движения в походе	**Содержание учебного материала**	**6**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.;
	1. Правила движения в походе. Режим ходового дня.	2	
	2. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй.	2	
	3. Режим движения, темп, обязанности направляющего и замыкающего в группе.	2	
	Практические занятия	**4**	

	1. Отработка техники движения по тропам, по пересеченной местности, преодоления препятствий.	2	ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	2. Соблюдение режима движения. Методика обучения вязание узлов. Наведение страховочных перил.	2	
Тема 1.7. Действия группы в аварийных ситуациях.	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Характеристика условий, создающих затруднение для нормального движения.	2	
	Практические занятия	**4**	
	1. Организация бивака в экстремальных ситуациях.	2	
	2. Организация и тактика поиска группы. Подготовка и составление отчёта о походе.	2	
Раздел 2. Топография и ориентирование			
Тема 2.1. Топографическая и спортивная карта	**Содержание учебного материала**	**4**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Топографическая карта. Масштаб, виды масштабов. Свойства карт. Определение точек координат на карте. Назначение спортивной карты.	2	
	2. Способы и правила копирования карт. Чтение карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.	**2**	
	Практические занятия	**3**	
	1. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба. Измерение расстояния на карте.	3	
Тема 2. 2. Содержание учебного материала	**Содержание учебного материала**	**1**	ОК.01.; ОК.02.;
	1. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Величина	1	

Компас, работа с ним. Измерение расстояний	среднего шага, его измерение. Использование нитки. Таблица перевода шага в метры. Определение расстояния по времени движения.		ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	Практические занятия	**3**	
	1. Разработать учебно-методический материал - компас, его типы, устройство. Ориентирование. Движение по азимуту, его применение.	3	
Раздел 3. Обеспечение безопасности			
Тема 3. 1. Основы гигиены туриста, профилактика заболеваний	**Содержание учебного материала**	**3**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Личная гигиена туриста: гигиена тела, значение водных процедур. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировочных походов и путешествий.	3	
	Практические занятия		
	1.	-	
Тема 3.2. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных трав	**Содержание учебного материала**	-	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1.	-	
	Практические занятия	**3**	
	1. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Состав походной аптечки для похода выходного дня и многодневных походов. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов	3	
Раздел 4. Начальная судейская подготовка			
Тема 4. 1. Организация и проведение туристических соревнований и слетов	**Содержание учебного материала**	**3**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Организация слетов, судейская коллегия, участники, условия проведения и выбор места проведения. Положение о слете и соревнованиях. Размещение участников и судей, оборудование места соревнований.	3	
	Практические занятия	**4**	
	1. Составление положения туристического соревнования. Участие в разработке и проведении соревнований и слета.	2	
	2. Составление положения туристического соревнования. Участие в разработке и проведении соревнований и слета.	1	
	3. Составление положения туристического соревнования. Участие в		

	разработке и проведении соревнований и слета.		
Промежуточная аттестация	**Контрольный тест**		
ВСЕГО		**70**	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и форм организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч/в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
ОП.13.5 легкая атлетика			
3 семестр		**32**	
Тема 1 История и этапы развития легкой атлетики	**Содержание учебного материала**	**-**	
	1.	**-**	
	Практические занятия	**14**	
	1. История, этапы развития лёгкой атлетики в мире и Российской Федерации.	2	
	2.Легкая атлетика в дореволюционной России, участие русских легкоатлетов. Олимпийских играх 1912 года. Современное состояние легкой атлетики. России и в мире.	2	
	3. Правила установки инвентаря. Предупреждение травматизма. Приемы страховки и само страховки. Требование к месту проведения занятий.	2	
	4. Применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений.	2	
	5. Подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря.	2	
	6. Составление таблицы «Развитие легкой атлетики»..	*2*	
	7. Анализ учебно-методической литературы, обзор журнальных и газетных статей	*2*	
Тема 2 Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	**Содержание учебного материала.**		**ЛР 4, ЛР 7, ЛР 9**
	Практические занятия	**4**	
	1. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике (метание гранаты).	2	
	2. Составить основные требования по технике безопасности на	2	

	занятиях легкой атлетикой.		
	Практические занятия	**20**	**ЛР 4, ЛР 7, ЛР 9**
	1. Основы техники специальных беговых упражнений.	2	
	2. Значение общеразвивающих и специальных упражнений для овладения техникой легкоатлетических упражнений и развитие физических качеств.	2	
	3.Их характеристика и место на уроке физической культуры в школе. Последовательность и методика обучения.	2	
	4. Значение современного освоения основ спортивной техники..	2	
	5. Изменение в технике в связи с изменением правил соревнований. Оценка техники движений	2	
	6. Роль дальнейшего совершенствования техники и повышения качества спортивных результатов..	2	
	7. Учет индивидуальных особенностей при изучении спортивной техники.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**		
4 семестр		**46**	
Тема 5 Терминология изучения легкой атлетики	**Содержание учебного материала**	**-**	**ЛР 4, ЛР 7, ЛР 9**
	Практические занятия	**8**	
	1. Общие спортивные понятия и термины.	2	
	2. Понятия и термины в легкой атлетике на практических занятиях по бегу, в прыжках, метаниях и соревнованиях.	2	
	3. Использовать терминологию на уроках по легкой атлетике.	2	
	4. Анализ учебно-методической литературы по понятиям и терминам.	2	
Тема 6 Бег на короткие дистанции. Техника и методика обучения	**Содержание учебного материала**	-	**ЛР 4, ЛР 7, ЛР 9**
	1.	**-**	
	Практические занятия	**16**	

	1. Основы техники бега на короткие дистанции и методика обучения.	2	
	2. Особенности бега на короткие дистанции.	2	
	3. Основы техники. Движения ног. Оптимальное соотношение длины и частоты беговых шагов.	2	
	4. Бег с низкого старта. Разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции.	2	
	5. Бег с низкого старта по прямой. Финиширование. Повторный бег с различной скоростью на отрезках, уточняя положение туловища, рук, головы..	2	
	6. Бег с низкого старта в гору, под уклон. Контрольный бег. Последовательность и методика обучения	2	
	7. Практика судейства соревнований.	2	
	8. Разработка специальных упражнений бегуна на короткие дистанции, составить их описание, рассчитать дозировку для разных групп занимающихся.	*2*	
Тема 7 Эстафетный бег. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**	-	**ЛР 4, ЛР 7, ЛР 9**
	Практические занятия	**10**	
	1. Основы техники эстафетного бега и методика обучения.	2	
	2. Эстафета – командный вид легкой атлетики.	2	
	3. Технические характеристики эстафетного бега. Способы передачи эстафетной палочки. Имитация передачи на месте, в ходьбе, в движении.	2	
	4. Передача по сигналу преподавателя, передача по сигналу партнера. Передача в беге по отдельным дорожкам.	2	
	5. Контрольный бег. Последовательность и методика обучения.	2	
	6. Практика судейства соревнований в эстафетном беге.	2	
	7. Подготовка реферата на тему: «Особенности командных действий в эстафетном беге».	2	
Тема 8 Прыжки в высоту. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**	-	
	Практические занятия	**12**	
	1. Особенности техники прыжков высоту, способы прыжков...	2	
	2.Упражнения для обучения технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и его совершенствования. Подход и отталкивание	2	

	3. Прыжки через планку с прямого разбега «на взлете». Прыжки через планку с прямого разбега «на взлете», Переход через планку и приземление. Последовательность и методика обучения	2	
	4. Практика судейства соревнований по прыжкам в высоту.	2	
	5. Подборка и запись упражнений для воспитания специальных физических качеств, необходимых прыгуну в высоту..	*2*	
	6.Разработка подводящих упражнений для овладения техникой прыжка в высоту	*2*	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**		
5 семестр		**32**	
Тема9. Спортивная ходьба. Техника, методика обучения и тренировки	**Содержание учебного материала**		
	Практические занятия	**10**	
	1. Основы техники спортивной ходьбы и методика обучения.	**2**	
	2. Значение и место спортивной ходьбы.	**2**	
	3. Основы техники спортивной ходьбы: движения ног и таза, движение рук и плечевого пояса.	**2**	
	4.Совершенствование техники спортивной ходьбы (ходьба по разметкам, ходьба с фиксированным положением рук). Контроль техники спортивной ходьбы.	**2**	
	5.Последовательность и методика обучения. Практика судейства соревнований.	**2**	
Тема 10. Прыжки в длину. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**	-	
	Практические занятия	**22**	
	1. Основы техники прыжков в длину и методика обучения.	2	
	2. Прыжки – естественный вид спорта.	2	
	3.Основы техники прыжка в длину. Способы и фазы прыжков в длину.	2	
	4. Особенности техники прыжка в длину способом «согнув ноги»,	2	

	«прогнувшись», «ножницы»		
	5.Овладение техникой прыжков в длину с места разбег, отталкивание, движение в полете, приземление.	2	
	6. Прыжки с короткого, среднего, полного разбега. Последовательность и методика обучения.	2	
	Практика судейства соревнований по прыжкам в длину.	2	
	7.Прыжки с места в различных вариантах «спиной вперед», «с поворотом на 180 и 360 градусов.	2	
	8. Подборка и запись упражнений для воспитания специальных физических качеств, необходимых прыгуну в длину.	2	
	9. Разработка подводящих упражнений для овладения техникой прыжка в длину.	2	
	10.Разработка специальных упражнений для овладения техникой прыжка в длину.	2	
6 семестр		**57**	
Тема 10 Метание малого мяча, гранаты. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**	-	
	Практические занятия	**10**	
	1. Основы техники метаний. Упражнения для обучения технике метания мяча, гранаты. Метание гранаты, мяча с места и с разбега.	2	
	2.Разбег и отведение снаряда, акцентируя работу ног. Последовательность и методика обучения**.**	2	
	3. Практика судейства соревнований по метанию гранаты, мяча.	2	
	4. Разработка схемы исправления ошибок, возникающих при первоначальном обучении в метаниях. Разработка подводящих упражнений для овладения техникой метания мяча, гранаты.	*2*	
	5. Разбег и отведение снаряда, акцентируя работу ног. Последовательность и методика обучения**.**	*2*	
Тема 11 Толкание ядра. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**	**-**	

	Практические занятия	**16**	
	1. Основы техники толкания ядра и методика обучения.	2	
	2. Значение и место упражнений с толканием ядра. Метания ядра из разных положений. Основы техники толкания ядра.	2	
	3. Имитация скачка без ядра. Скачки на правой ноге с отведением назад ногой.	2	
	4.Последовательность и методика обучения.	2	
	5. Толкание ядра с места и со скачка	2	
	6.Толкание ядра на результат	2	
	7.Практика судейства соревнований по толканию ядра.	2	
	8. Подборка и запись упражнений для воспитания специальных физических качеств, необходимых метателю.	2	
Тема 12 Барьерный бег	**Содержание учебного материала**	**-**	
	Практические занятия	**6**	
	1. Основы техники барьерного бега и методика обучения.	2	
	2. Подбор специальных упражнений для обучения техники барьерного бега.	2	
	3. Отработка имитационных упражнений для правильного преодоления барьера.	2	
Тема 13 Многофункциональная рама	**Содержание учебного материала**		
	Практические занятия	**6**	
	1. Использование элементов отработки проведения урока с требованием чемпионата	2	
	2.«Профессионалы» направленных на верхний плечевой пояс (канат, медицин мячи, перекладина).	2	
	3. Разработать комплекс упражнений направленных на развитие мышц брюшного пресса.	2	
Тема 14 Подготовка к выполнению заданий	**Содержание учебного материала**		

чемпионата «Профессионалы»			
	Практические занятия	**4**	
	1. Модуль «А» Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися по легкой атлетики.	2	
	2. Разработать конспект индивидуально тренировочного занятия по разделу легкая атлетика (тема на выбор).	2	
Тема 15 Координационная лестница	**Содержание учебного материала**	-	
	Практические занятия	**5**	
	1. Отработка комплекса упражнений на координационной лестнице с требованием чемпионата «Профессионалы»	3	
	2. Подобрать 15 упражнений на координационной лестнице.	2	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**		
7 семестр		**30**	
Тема 16 Бег на короткие дистанции. Техника и методика обучения	**Содержание учебного материала**		
	Практические занятия	**30**	
	1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции и методика обучения.	2	
	2 Совершенствование бега на короткие дистанции.	2	
	3. Совершенствование техники. Движения ног. Оптимальное соотношение длины и частоты беговых шагов.	2	
	4. Совершенствование бега с низкого старта. Разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции.	2	
	5. Совершенствование бега с низкого старта по прямой. Финиширование. Повторный бег с различной скоростью на отрезках, уточняя положение туловища, рук, головы..	2	

	6. Совершенствование бега с низкого старта в гору, под уклон. Контрольный бег. Последовательность и методика обучения	2	
	7. Совершенствование судейства соревнований.	3	
8 семестр		**44**	
Тема 17 Эстафетный бег. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**		
	Практические занятия	**14**	
	1. Совершенствование техники эстафетного бега и методика обучения.	2	
	2. Эстафета – командный вид легкой атлетики.	2	
	3. Совершенствование технически характеристики эстафетного бега. Способы передачи эстафетной палочки. Имитация передачи на месте, в ходьбе, в движении.	2	
	4. . Совершенствование передачи по сигналу преподавателя, передача по сигналу партнера. Передача в беге по отдельным дорожкам.	2	
	5. Контрольный бег. Последовательность и методика обучения.	2	
	6. . Совершенствование практики судейства соревнований в эстафетном беге.	2	
	7. Подготовка реферата на тему: «Особенности командных действий в эстафетном беге».	2	
Тема 18 Прыжки в высоту. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**		
	Практические занятия	**18**	
	1. Совершенствование техники прыжков высоту, способы прыжков.	2	
	2. . Совершенствование технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и его совершенствования. Подход и отталкивание	2	
	3. Совершенствование прыжка через планку с прямого разбега «на	2	

	взлете».,		
	4. Совершенствование прыжка через планку с прямого разбега «на взлете»	2	
	5.Переход через планку и приземление. Последовательность и методика обучения	2	
	6. Совершенствование специальных упражнений бегуна на короткие дистанции, составить их описание, рассчитать дозировку для разных групп занимающихся.	2	
	7. Совершенствование практики судейства соревнований по прыжкам в высоту.	2	
	8. Подборка и запись упражнений для воспитания специальных физических качеств, необходимых прыгуну в высоту..	*2*	
	9. . Совершенствование подводящих упражнений для овладения техникой прыжка в высоту	*2*	
Тема 19Метание малого мяча, гранаты. Техника, методика обучения и тренировка	**Содержание учебного материала**		
	Практические занятия	**12**	
	1. . Совершенствование техники метаний. Упражнения для обучения технике метания мяча, гранаты. Метание гранаты, мяча с места и с разбега.	*2*	
	2. Совершенствование разбег и отведение снаряда, акцентируя работу ног. Последовательность и методика обучения**.**	*2*	
	3. . Совершенствование практики судейства соревнований по метанию гранаты, мяча.	*2*	
	4. Разработка схемы исправления ошибок, возникающих при первоначальном обучении в метаниях.	*2*	
	5. . Совершенствование подводящих упражнений для овладения техникой метания мяча, гранаты.	*2*	
	6. . Совершенствование разбега и отведение снаряда, акцентируя работу ног. Последовательность и методика обучения**.**	*2*	
Промежуточная аттестация	**Рубежный контроль**		

ОП.13.5 ЛЫЖИ	**178**	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и форм организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч/в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
3 семестр		**32**	
Тема 1.1. Основы техники передвижения на лыжах	**Содержание учебного материала**	**4**	ОК.01.;ОК.02. ОК.04.;ПК.1.1 ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Классификация способов передвижения на лыжах. Определения, термины и понятия техники лыжного спорта. Основные элементы техники передвижения на лыжах.	2	
	2. Классификация способов передвижения на лыжах. Определения, термины и понятия техники лыжного спорта. Основные элементы техники передвижения на лыжах.	2	
	Практические занятия	**16**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	3. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
	4. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
	5. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
	6. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
	7. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика.	2	

	Анализ техники передвижения на лыжах.		
	8. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
	9. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
	10. Изучение основ техники передвижения на лыжах. Разбор схемы сил, действующих на лыжника, и их характеристика. Анализ техники передвижения на лыжах.	2	
Тема 1. 2. **Техника и методика обучения попеременным классическим ходам.**	**Содержание учебного материала**	**-**	ОК.01.;ОК.02. ОК.04.;ПК.1.1 ПК.2.1.;ПК.2.4. ПК.3.1.;ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Методика обучения технике попеременного двухшажного хода. Методика обучения технике попеременного четырехшажного хода. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	-	
	Практические занятия	**10**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение технике попеременного двухшажного хода попеременного четырехшажного хода .Разбор ошибок и способы их устранения. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	2. Обучение технике попеременного двухшажного хода попеременного четырехшажного хода .Разбор ошибок и способы их устранения. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	3. Обучение технике попеременного двухшажного хода попеременного четырехшажного хода .Разбор ошибок и способы их устранения.	2	

	Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.		
	4. Обучение технике попеременного двухшажного хода попеременного четырехшажного хода .Разбор ошибок и способы их устранения. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	5. Обучение технике попеременного двухшажного хода попеременного четырехшажного хода .Разбор ошибок и способы их устранения. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
Промежуточная аттестация	**Контрольные упражнения (тесты)**	**2**	
4 семестр		**46**	
	Содержание учебного материала	**-**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.;ПК.1.1.; ПК.2.1.;ПК.2.4. ПК.3.1.;ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Методика обучения технике одновременного бесшажного хода. Методика обучения технике одновременного одношажного хода. Методика обучения технике одновременного двухшажного хода.	**-**	
Тема 1.3. Техника и методика обучения одновременным классическим ходам.	**Практические занятия**	**44**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	2. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	3. Обучение технике одновременного бесшажного хода,	2	

	одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием		
	4. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	5. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	6. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	7. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	8. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием	2	

	элементов отработки проведения урока с требованием		
	9. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	10. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	11. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	12. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	13. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	14. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода.	2	

	Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием		
	15. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	16. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	17. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	18. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	19. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	20. Обучение технике одновременного бесшажного хода,	2	

	одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием		
	21. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	22. Обучение технике одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода, одновременного двухшажного хода. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
Промежуточная аттестация	**тестирование**	**2**	
5 семестр		**32**	
Тема 1.4. Техника и методика обучения способам перехода с одного лыжного хода на другой.	**Содержание учебного материала**	**-**	
	1.	-	
	Практические занятия	**20**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	2. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный	2	

	через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..		
	3. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	4. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	5. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	6. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	7. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг,	2	

	с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..		
	8. 8. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	9. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
	10. Обучение технике перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный ход без шага, с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг, с попеременного двухшажного хода на одновременный через два шага, с одновременного на попеременный двухшажный ход..	2	
Тема 1.5. Техника и методика обучения преодоления спусков и подъемов	**Содержание учебного материала**	**-**	
	1.	-	
	Практические занятия	**10**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	2. Обучение технике преодоления спусков в низкой и	2	

	средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.		
	3. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	4. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	5. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной	2	

	подготовке.		
Промежуточная аттестация	**Контрольные упражнения (тесты)**	**2**	
6 семестр		**38**	
	Практические занятия	**10**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	2. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	3. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
	4. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов	2	

	скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.		
	5. Обучение технике преодоления спусков в низкой и средней стойке, при спуске «наискось». Технике подъёмов скользящим шагом, ступающим шагом, «полу ёлочкой», «ёлочкой», «лесенкой». Обучение технике преодоления бугра, впадины, встречного склона, склона со спадом, выката после спуска, преодоления уступа. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке.	2	
Тема 1.6. Техника и методика обучения поворотам и торможениям на лыжах.	**Содержание учебного материала**	-	
	1. Методика обучения технике поворотов на месте и в движении.	-	
	Практические занятия	**26**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	2. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым	2	

	соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием		
	3. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	4. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	5. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	6. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении	2	

	и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием		
	7. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	8. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	9. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	10. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг	2	

	пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием		
	11. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	12. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	13. Обучение поворотам на месте переступанием вокруг пяток и носков лыж, поворотов махом, поворотам прыжком с опорой и без опоры на палки. Обучение поворотам в движении и- переступанием, упором, плугом, на параллельных лыжах. Обучение торможению плугом, полу плугом, упором, боковым соскальзыванием, преднамеренным падением. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке Практические занятия (с использованием элементов	2	

	отработки проведения урока с требованием		
Промежуточная аттестация	**Контрольные упражнения (тесты)**	**2**	
7 семестр		**30**	
Тема 1.7. Техника и методика обучения коньковым ходам.	**Содержание учебного материала**	**-**	
	1. Методика обучения технике коньковым ходам.	**-**	
	Практические занятия	**14**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	2. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	3. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	4. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	5. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	6. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки проведения урока с требованием	2	
	7. Обучение технике коньковым ходам. Проведение фрагментов и целых занятий по лыжной подготовке. Практические занятия (с использованием элементов отработки	2	

	проведения урока с требованием		
Тема 1.8. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам.	**Содержание учебного материала**	-	
	1. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	-	
	Практические занятия	**14**	ОК.01.; ОК.02.; ОК.04.; ПК.1.1.; ПК.2.1.; ПК.2.4.; ПК.3.1.; ПК.3.3; ПК.3.5
	1. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
	2. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
	3. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
	4. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
	5. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
	6. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
	7. Составление документов планирования по организации и проведению соревнований по лыжным гонкам. Проведение игр и игровых заданий по лыжной подготовке. Практическое судейство соревнований.	2	
Промежуточная аттестация	**Дифференцированный зачет**	**2**	

ВСЕГО		**178**	

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся**	**Объем, акад. ч / в том числе профессиональной направленности, акад ч**	**Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы**
1	**2**	**3**	
8 семестр			**39**
Раздел 1. Национальные виды спорта. Алтай шатра			
Тема 1.Терминология, основные понятия и правила игры	**Содержание учебного материала**	**2**	
	1.Ознакомление с игрой, инвентарем и правилами терминологией.	2	
	Практические занятия	**4**	
	1. Разучивание правил ходов шатры.	2	
	2. Разработка сообщения: История развития игры алтай шатра.	2	
Тема 2.Правила и ход игры	**Содержание учебного материала**	**2**	
	1.Разучивание правил ходов бием и батыром	2	
	Практические занятия	**6**	
	1.Разучивание особых правил ходов фигурами. Фигуры и их расположение на доске.	2	
	2.Разучивание комбинаций в начале игры Дебют-правильное теоретическое начало. Разучивание комбинаций в середине игры. Миттельшпиль- правильная игра в середине. Эндшпиль – правильное завершение игры		
	3.Возможные ошибки. Связь начала и середины игры. Игра по краям доски. Защита своего бия.	2	
	4.Размен фигурами, Сведение игры к ничьей. Размен шатрами: выгодный и невыгодный. Теоретически ничейные положения.		
	5.Создание ничейных положений. Расчет ходов. Простейшие комбинации. Запись ходов. Понятия об атаке и защите. Решение стратегических задач на отдельных этапах игры. Игры при различных окончаниях. Понятие оппозиции.	2	

Тема 3 .Судейство и соревнования	**Содержание учебного материала**	**12**	ЛР 18;ЛР 20; ЛР 19; ЛР 21;ЛР22;РЛ 23; РЛ 24;РЛ 25.
	1.Разрядные нормативы и требования спортивной классификации.	2	
	2. Присвоение спортивных разрядов. Учет результата партии .	2	
	3. Выход участника из соревнований. Обязанности главного судьи соревнований.	2	
	4 Положение о проведении соревнований по алтай шатре. Судейство соревнований по швейцарской и круговой системам.	2	
	5. Положение о проведении соревнований по алтай шатре. Судейство соревнований по швейцарской и круговой системам	2	
	6. Дополнительные правила для командных соревнований. Пользование контрольными часами.	2	
	Практические занятия	**7**	
	1. Практическое судейство соревнований. Составление положения и протоколов соревнований. Оформление итоговой документации.	2	
	2. Практическое судейство соревнований. Составление положения и протоколов соревнований. Оформление итоговой документации.	2	
	3. Практическое судейство соревнований. Составление положения и протоколов соревнований. Оформление итоговой документации.	2	
	4.Практическое судейство соревнований. Составление положения и протоколов соревнований. Оформление итоговой документации.		
Промежуточная аттестация	Контрольная работа	1	
Всего		**32**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 примерной образовательной программы по данной специальности.;

(универсальный) спортивный зал, оснащенный в соответствии с п.6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности;

оборудованные открытые спортивные площадки, оснащенные в соответствии с п.6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности;

плавательный бассейн, оснащенный в соответствии с п.6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

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

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

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

Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с.

Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 720 с.

Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с.

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с.

Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с.

Семенов, Л. А. Базовые и инновационные подходы в физическом воспитании: коррекционное развитие кондиционных физических качеств у детей дошкольного возраста / Л. А. Семенов. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 116 с. — ISBN 978-5-507-45383-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/302582 (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: баскетбол / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, Л. Н. Шелкова [и др.]. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 180 с. — ISBN 978-5-507-45116-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/284141 (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
Яковлева, В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/292931 (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
Ширинян, А. А. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Практикум по спортивному ориентированию / А. А. Ширинян. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 48 с. — ISBN 978-5-507-44940-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/276638 (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.2. Основные электронные издания

Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 300 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13356-1. — Текст : электронный
Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15283-8. — Текст : электронный.
Баршай В. Гимнастика : учебник / Баршай В., М., Курысь В., Н., Павлов И. Б. — Москва : КноРус, 2022. — 312 с. — ISBN 978-5-406-09711-3. — URL: https://book.ru/book/943651
Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL:https://book.ru/book/940095 (дата обращения: 28.02.2022). — Текст : электронный.
Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст : электронный
Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный
Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476145
Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный

3.2.3. Дополнительные источники

Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст : электронный

Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Ф. Мишенькина [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 136 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65000.html

Гандбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Ф. Кириченко [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 164 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65013.html

4.

Легкая атлетика с методикой тренировки : учебно-методическое пособие для СПО / составители С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Саратов : Профобразование, 2019. — 80 с. — ISBN 978-5-4488-0316-1. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: https://profspo.ru/books/86139

Томилин, К. Г. Игровые виды рекреации (на воде и у воды) : учебное пособие для СПО / К. Г. Томилин, И. Н. Овсянникова. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 170 с. — ISBN 978-5-4488-0275-1, 978-5-4497-0054-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: https://profspo.ru/books/83824

Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288с.

Железняк Ю. Д, Нестеровский Д.И. , В.А. Иванов и др. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учебных заведений/под ред. Ю.Д. Железняка. - 8-е изд. Перераб.М.: Издательский центр "Академия", 2013. - 464 с.

Крючек Е. С., Терехина Р. Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студентов высш. проф. образования/- 2-е издание, стер.-М: издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.

Литвинов А.А., Козлов А.В. Ивченко Е.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. А.А. Литвинова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 272с.

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ Р.Н. Терехина, Е.С.Крючек, Л.В.Люйк и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2012. - 288 с.

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры: учебник для студ. учреждений высш. образования/ - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 272 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:		
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-	- использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями;	оценка результатов выполнения

спортивной деятельности технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.	- описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.	практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:		
выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике; - соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности	оценка результатов выполнения практических заданий; тестирование; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации

применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия; - применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; -соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.	