СОЧИНСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)
федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ»

Отделение среднего профессионального образования

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Петенко Александр Тимофеевич
Должность: Директор
Дата подписания: 28.03.2022
Уникальный программный ключ:
28acbc88a6d3ce11b5b992501f9a43df0be7b81d

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

"Технология физкультурно-спортивной деятельности"

(наименование дисциплины)

Освоение учебной дисциплины ведется в рамках реализации основной образовательной программы среднего профессионального образования (ОП СПО):

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности/профессии ОП СПО)

Квалификация:

Педагог по физической культуре и спорту

(наименование квалификации)

Сочи,
2022 г.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.14 Технология физкультурно-спортивной деятельности

название дисциплины

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП.14 Технология физкультурно-спортивной деятельности является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС "Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 г. № 976)"

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.

Учебная дисциплина ОП.14 Технология физкультурно-спортивной деятельности входит в общепрофесиональный цикл профессиональной подготовки.

1.3. Цели и задачи – требования к результатам освоения учебной дисциплины.

Содержание программы «Технология физкультурно-спортивной деятельности» направлено на достижение следующих задач:
обеспечить освоение студентами основ знаний в области технологий физкультурно-спортивной деятельности, целостное осмысление содержательной стороны (средств, методов, организационных форм) профессиональной деятельности в адаптивной физической культуре;
сформировать, у студентов практические умения и навыки выполнения основных физических упражнений, используемых в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;
обеспечить освоение студентами методических умений и навыков проведения занятий по различным видам адаптивной физической культуры с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности применительно к инвалидам и лицам с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп;
сформировать у студентов самостоятельность и творчество при использовании различных технологий физкультурно-спортивной деятельности, обеспечить освоение ими опыта творческой методической и практической деятельности в процессе применения физических упражнений и естественно-средовых и гигиенических факторов;
обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности в процессе практических знаний и педагогических практик на основе применения изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:
технику физических упражнений, составляющих основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности;
методику обучения двигательным действиям, используемым в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;
методику развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности с целью коррекции и компенсации имеющихся функциональных нарушений, профилактики конкретных заболеваний;
методы воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности взаимодействия в группе, способы коррекции и регуляции психоэмоционального состояния с помощью

физических упражнений;
особенности организации и построения занятий при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры;
показания и противопоказания для использования тех или иных физических упражнений с занимающимися различных возрастных и нозологических групп;
особенности медицинского и педагогического контроля и самоконтроля на занятиях с занимающимися;
способы оказания помощи и страховки, меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма, создания психологического комфорта на занятиях;
спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажеры, используемые в различных технологиях физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:

формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развитие и совершенствование физических способностей занимающихся, формы организации занятий;
проводить занятия с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности;
выполнять и показывать физические упражнения, составляющие основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности;
регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;
организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с участием занимающихся с ограниченными возможностями, включая инвалидов;
работать в единой мультидисциплинарной команде специалистов, сотрудничать с педагогами, воспитателями, врачами, дефектологами, логопедами, родителями детей-инвалидов;
правильно трактовать и учитывать в своей деятельности результаты медико-психолого-педагогической диагностики;
проводить педагогические наблюдения, тестирование, анализировать деятельность занимающихся и свою собственную, вносить необходимые коррективы в работу;
применять способы физической помощи и страховки, обеспечивать безопасность, профилактику травматизма, психологический комфорт на занятиях;
использовать в своей деятельности спортивные снаряды, инвентарь, технические средства, тренажеры, характерные для конкретных технологий физкультурно-спортивной деятельности:
осуществлять процесс воспитания занимающихся, исходя из личностно-ориентированной гуманистической концепции отношения общества к людям с ограниченными возможностями;
формировать у занимающихся умения и навыки самовоспитания в процессе занятий теми или иными видами технологий физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен иметь навыки и (или) опыт деятельности:

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Объем программы 329 часов, в том числе:
аудиторной учебной нагрузки обучающегося 220 часов;
самостоятельной работы обучающегося 109 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 1. Виды учебной работы по периодам освоения ООП СПО для формы обучения - очная.

Вид учебной работы	Всего, ак. ч.	Семестр(-ы)					
		5	6	7	8		
Контактная (аудиторная) работа (всего)	220	69	43	36	72		
в том числе:	-	-	-	-	-	-	-
лекции (если предусмотрено)	130	44	18	16	52		
в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено)	-	-	-	-	-		
лабораторные занятия (если предусмотрено)	-	-	-	-	-		
в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено)	-	-	-	-	-		
практические занятия (если предусмотрено)	90	25	25	20	20		
в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено)	-	-	-	-	-		
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	109	45	14	14	36		
в том числе:	-	-	-	-	-	-	-
в форме практической подготовки (если предусмотрено)	-	-	-	-	-		
Часов на контроль:	-	-	-	-	-		
Промежуточная аттестация в форме: (зачет/дифзачет/ экзамен)	-	Др	Др	ЗаО	Эк		
Общая трудоемкость час	329	114	57	50	108		

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.14 Технология физкультурно-спортивной деятельности

Таблица 2. Содержание дисциплины/МДК по видам учебной работы

НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛА ДИСЦИПЛИНЫ Содержание раздела (темы)	Вид учебной работы*	Кол-во часов
Раздел 1.Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина	**10**	
Технологии физкультурно-спортивной деятельности как базовый курс основных дисциплин специальности государственного образовательного стандарта по физической культуре и как научная дисциплина.	Лек	10
Раздел 2. Классификация и характеристика физических упражнений и технологий физкультурно-спортивной деятельности	**20**	
Классификация и характеристика физических упражнений и технологий физкультурно-спортивной деятельности. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Общая характеристика основных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности.	Лек	20

Раздел 3. Классификация и характеристика видов спорта в технологиях физкультурно-спортивной деятельности	**138**	
Классификация и характеристика видов спорта, преимущественно развивающих отдельные физические качества. Характеристика видов спорта комплексного, разностороннего воздействия на организм занимающихся. Краткая характеристика нетрадиционных систем физических упражнений.	Лек	24
Практические занятия	Пр	51
Самостоятельная работа	СР	63
Раздел 4. Теоретико-методические особенности занятий в игровых видах спорта	**45**	
Характеристика спортивных игр, их специфические признаки. Классификация спортивных игр. Спортивные игры как средство физического воспитания.	Лек	6
Практические занятия	Пр	25
Самостоятельная работа	СР	14
Раздел 5. Теоретико-методические особенности занятий в лыжном спорте	**12**	
Развитие лыжного спорта в России. Виды и дисциплины лыжного спорта. Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта.	Лек	12
Раздел 6. Теоретико-методические особенности занятий в легкой атлетике	**50**	
Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений. Особенности построения занятий в легкой атлетике.	Лек	16
Практические занятия	Пр	20
Самостоятельная работа	СР	14
Раздел 7. Теоретико-методические особенности занятий гимнастикой	**20**	
Задачи, методологические особенности, классификация видов гимнастики.	Лек	20
Раздел 8. Теоретические основы физического воспитания детей школьного возраста	**16**	
Методические особенности физического воспитания детей младшего школьного возраста. Методические особенности физического воспитания детей среднего школьного возраста. Методические особенности физического воспитания детей старшего школьного возраста.	Лек	16
Раздел 9. Технология обучения элементам спортивных игр, легкоатлетических упражнений, лыжного спорта, гимнастики в школьном возрасте	**28**	
Технология обучения элементам: спортивных игр, легкоатлетических упражнений, лыжного спорта в школьном возрасте. Технология обучения гимнастическим элементам в школьном возрасте. Общая характеристика оздоровительных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	Лек	20
Практические занятия	Пр	8

Раздел 10. Теоретико-методические основы современных видов оздоровительных технологий	**89**	
Характеристика западных оздоровительных технологий: аэробики и ее видов: аква-аэробики, степ-аэробики, фитбол-аэробики, слайд-аэробики, памп-аэробики, тераробики, слайкл-аэробики, таэ-бо и ки-бо-аэробики, пилатеса, ритмической гимнастики, шейпинга, бодибилдинга, стретчинга, калланетики. Характеристика восточных оздоровительных технологий: йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств. Характеристика отечественных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики К.П. Бутейко, дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой, самомассажа А.А. Уманской, система оздоровления Г.С. Шаталовой, система оздоровления Порфирия Иванова.	Лек	6
Практические занятия	Пр	30
Самостоятельная работа	СР	53
Экзамен	**8**	
Экзамен	Эк	8

** - Лек – лекции; Пр – практические занятия; СР – самостоятельная работа; ЛР – лабораторные работы.*

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены специальные помещения, приведенным в п 6.3 основной образовательной программы специальности.

Таблица 3. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Тип аудитории	**Оснащение аудитории** **Специализированное учебное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости)**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Комплект специализированной мебели, маркерная доска; кафедра; автоматизированное рабочее место преподавателя: компьютер AMD Ryzen, монитор LCD 24" Philips, интерактивная панель 86", имеется выход в интернет Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (Компьютерный класс)	Комплект специализированной мебели; доска аудиторная меловая, автоматизированные рабочие места (процессор не ниже Intel Core i5, оперативная память объемом не менее 16Gb;(SSD 500 GB HDD 1 TB); проектор EPSON, проекционный экран, имеется выход в интернет Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный
Аудитория для самостоятельной работы обучающихся	Комплект специализированной мебели; Телевизор LED LG 42" автоматизированные рабочие места (процессор не ниже AMD Ryzen, оперативная память объемом не менее 8 Гб; SDD 500 GB, моноблок Lenovo Intel i3), имеется выход в интернет Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Дворкин Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 148 с - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/bcode/494043

2. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 173 с - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/bcode/491838

3. Михайлов Н. Г., Михайлова Э. И., Деревлёва Е. Б. Методика обучения физической культуре. Аэробика : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 138 с - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/bcode/492698

4. Германов Г. Н., Никитушкин В. Г., Цуканова Е. Г. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 461 с - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/bcode/506927

Дополнительные источники:

Методические материалы для обучающихся

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Таблица 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Знания: технику физических упражнений, составляющих основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности; методику обучения двигательным действиям, используемым в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности; методику развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности с целью коррекции и компенсации имеющихся функциональных нарушений, профилактики конкретных заболеваний; методы воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности взаимодействия в группе, способы коррекции и регуляции психоэмоционального состояния с помощью физических упражнений; особенности организации и построения занятий при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры;	Анализ и оценка выполнения индивидуальных заданий, расчетных работ, опрос, тематический диктант, контрольная работа, практические занятия, домашние работы, компьютерное тестирование, Взаимоконтроль и самоконтроль студентов. Полнота и грамотность подготовленных докладов, сообщений, презентаций.

Умения: формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развитие и совершенствование физических способностей занимающихся, формы организации занятий; проводить занятия с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности; выполнять и показывать физические упражнения, составляющие основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности; регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий; организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с участием занимающихся с ограниченными возможностями, включая инвалидов; работать в единой мультидисциплинарной команде специалистов, сотрудничать с педагогами, воспитателями, врачами, дефектологами, логопедами, родителями детей-инвалидов; правильно трактовать и учитывать в своей деятельности результаты медико-психолого-	Наблюдение, контроль преподавателя за деятельностью обучающихся, анализ и оценка оптимальности метода решения задач, беседа, опрос, практические занятия, домашние работы, компьютерное тестирование
Практический опыт:	Наблюдение, контроль преподавателя за деятельностью обучающихся, анализ и оценка оптимальности метода решения задач, выполнение и защита индивидуальных заданий.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Технология физкультурно-спортивной деятельности»

Перечень вопросов для подготовки к занятиям и промежуточной аттестации, контрольных работ, содержание заданий для выполнения практических и самостоятельных работ, рекомендации по выполнению и критерии оценивания представлены в фонде оценочных средств по дисциплине «Технология физкультурно-спортивной деятельности» в Приложении к настоящей Рабочей программе дисциплины.

Оценочные средства позволяют провести текущий контроль по дисциплине. По каждому средству оценивается полнота и глубина освоения, характеризующиеся показателями и критериями оценивания

Таблица 6. Показатели и критерии оценивания

Показатель	Критерий
Пороговый (узнавание) «3»	Знает: базовые общие знания; Умеет: основные умения, требуемые для выполнения простых задач; Владеет: работает при прямом наблюдении.
Базовый (воспроизведение) «4»	Знает: факты, принципы, процессы, общие понятия в пределах области исследования; Умеет: диапазон практических умений, требуемых для решения определенных проблем в области исследования; Владеет: берет ответственность за завершение задач в исследовании, приспосабливает свое поведение к обстоятельствам в решении проблем
Высокий (компетентность) «5» max балл	Знает: фактическое и теоретическое знание в пределах области исследования с пониманием границ применимости; Умеет: диапазон практических умений, требуемых для развития творческих решений, абстрагирования проблем; Владеет: контролирует работу, проводит оценку, совершенствует действия работы

Максимальное количество баллов по каждому оценочному средству соответствует вербальному критерию «высокий».

7. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ

7.1 Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе обучения используются активные и интерактивные образовательные технологии (формы проведения занятий):

-лекции, фронтальные опросы, презентации и защита мини-проектов;

-кейс-стади (разбор конкретных ситуаций),

-имитационные компьютерные модели;

-организации самостоятельной учебно-познавательной деятельности (индивидуальные домашние задания).