



РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО  
На заседании педагогического совета  
СПБ ГБ ПОУ «Малоохтинский  
колледж»

Протокол № 8 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора СПБ ГБ ПОУ  
«Малоохтинский колледж»

Приказ № 180 от 30.08.2021 г.

Председатель Педагогического совета  
СПБ ГБ ПОУ «Малоохтинский колледж»  
Директор \_\_\_\_\_ И.М. Безубяк



## ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

**Уровень профессионального образования**  
Среднее профессиональное образование

**Образовательная программа**  
подготовки специалистов среднего звена  
на базе основного общего образования

срок реализации программы – 3 года 10 месяцев

**Специальность 49.02.01 «Физическая культура»**

**Форма обучения:** очная

**Квалификация выпускника:** педагог по физической культуре и спорту

**Форма обучения:** очная

**Организация разработчик:** СПБ ГБ ПОУ «Малоохтинский колледж»



**СОГЛАСОВАНО:**

**Предприятие:**

СПб РО ОГ ФСО «Юность России»

**Эксперт:**

Должность: председатель



/В.П. Шихов/

«          » \_\_\_\_\_ 2021 г.

**РАССМОТРЕНО И РЕКОМЕНДОВАНО**

Методическим советом

СПб ГБ ПОУ «Малоохтинский колледж»

Протокол № 1 от 27.08.2021 года

Председатель *Моцак* /Г.В. Моцак /

**РАССМОТРЕНО**

Методическим объединением преподавателей физического воспитания и ОБЖ

Протокол № 1 от 27.08.2021г

Председатель *Селезнева* /Ю.Ю. Селезнева/



## Содержание

### Раздел 1. Общие положения

### Раздел 2. Общая характеристика образовательной программы

### Раздел 3. Характеристика профессиональной деятельности выпускника

### Раздел 4. Планируемые результаты освоения образовательной программы

#### 4.1 Общие компетенции

#### 4.2 Профессиональные компетенции

#### 4.3 Личностные результаты

### Раздел 5. Структура образовательной программы

#### 5.1 Рабочий учебный план

#### 5.2 Календарный учебный график

#### 5.3 Рабочая программа воспитания

#### 5.4 Календарный план воспитательной работы

### Раздел 6. Условия реализации образовательной программы

#### 6.1 Требования к материально-техническому оснащению образовательной программы

#### 6.2 Требования к кадровым условиям реализации образовательной программы

#### 6.3 Примерные расчеты нормативных затрат оказания государственных услуг по реализации образовательной программы

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### I. Программы профессиональных модулей

Приложение I.1 Рабочая программа профессионального модуля ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

Приложение I.2 Рабочая программа профессионального модуля ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения

Приложение I.3 Рабочая программа профессионального модуля ПМ.03 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

### II. Программы профессиональной подготовки

Приложение II.1 Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.01 Основы философии

Приложение II.2 Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.02 История

Приложение II.3 Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.03 Психология общения

Приложение II.4 Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 Иностранный язык

Приложение II.5 Рабочая программа учебной дисциплины ЕН.01 Математика

Приложение II.6 Рабочая программа учебной дисциплины ЕН.02 Информатика и ИКТ в профессиональной деятельности

Приложение II.7 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.01 Анатомия

Приложение II.8 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.02 Физиология с основами биохимии

Приложение II.9 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.03 Гигиенические основы физической культуры и спорта

Приложение II.10 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.04 Основы врачебного контроля

Приложение II.11 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05 Педагогика

Приложение II.12 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.06 Психология

Приложение II.13 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта

Приложение II.14 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.08 Правовое обеспечение профессиональной деятельности



Приложение II.15 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.09 Основы биомеханики  
Приложение II.16 Рабочая программа учебной дисциплины ОП.10 Безопасность жизнедеятельности

### **III. Программы практик**

Приложение III.1 Рабочая программа учебной практики УП.01  
Приложение III.2 Рабочая программа учебной практики УП.02  
Приложение III.3 Рабочая программа производственной практики ПП.01  
Приложение III.4 Рабочая программа производственной практики ПП.02  
Приложение III.5 Рабочая программа производственной практики ПП.03  
Приложение III.6 Рабочая программа производственной практики (преддипломной)

### **IV. Программы общеобразовательных базовых и профильных дисциплин**

Приложение IV.1 Рабочая программа дисциплины ОБД.01 Русский язык  
Приложение IV.2 Рабочая программа дисциплины ОБД.02 Литература  
Приложение IV.3 Рабочая программа дисциплины ОБД.03 Иностранный язык  
Приложение IV.4 Рабочая программа дисциплины ОБД.04 История  
Приложение IV.5 Рабочая программа дисциплины ОБД.05 Обществознание (вкл. экономику и право)  
Приложение IV.6 Рабочая программа дисциплины ОБД.06 Математика  
Приложение IV.7 Рабочая программа дисциплины ОБД.07 Физика  
Приложение IV.8 Рабочая программа дисциплины ОБД.08 Физическая культура  
Приложение IV.9 Рабочая программа дисциплины ОБД.09 Основы безопасности жизнедеятельности  
Приложение IV.10 Рабочая программа дисциплины ОБД.10 Астрономия  
Приложение IV.11 Рабочая программа дисциплины ОБД.11 География  
Приложение IV.12 Рабочая программа дисциплины ОПД.01 Информатика и ИКТ  
Приложение IV.13 Рабочая программа дисциплины ОПД.02 Химия  
Приложение IV.14 Рабочая программа дисциплины ОПД.03 Биология  
Приложение IV.15 Рабочая программа дисциплины ПОО.01 Индивидуальный проект

### **V. Комплекты контрольно-оценочных средств**

Приложение V.1 Комплект контрольно-оценочных средств профессионального модуля ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта  
Приложение V.2 Комплект контрольно-оценочных средств профессионального модуля ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения  
Приложение V.3 Комплект контрольно-оценочных средств профессионального модуля ПМ.03 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности  
Приложение V.4 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОГСЭ.01 Основы философии  
Приложение V.5 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОГСЭ.02 История  
Приложение V.6 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОГСЭ.03 Психология общения  
Приложение V.7 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОГСЭ.04 Иностранный язык  
Приложение V.8 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ЕН.01 Математика  
Приложение V.9 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ЕН.02 Информатика и ИКТ в профессиональной деятельности  
Приложение V.10 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.01 Анатомия



- Приложение V.11 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.02  
Физиология с основами биохимии
- Приложение V.12 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.03  
Гигиенические основы физической культуры и спорта
- Приложение V.13 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.04  
Основы врачебного контроля
- Приложение V.14 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.05  
Педагогика
- Приложение V.15 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.06  
Психология
- Приложение V.16 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.07  
Теория и история физической культуры и спорта
- Приложение V.17 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.08  
Правовое обеспечение профессиональной деятельности
- Приложение V.18 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.09  
Основы биомеханики
- Приложение V.19 Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.10  
Безопасность жизнедеятельности

#### **VI. Программа воспитательной работы**

Приложение VI.1 Рабочая программа воспитания

Приложение VI.2 Календарный план воспитательной работы



## **Раздел 1. Общие положения**

1.1. Настоящая основная образовательная программа (далее - ООП) по специальности 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка) среднего профессионального образования разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура Утвержденного Приказом Минобрнауки России № 976 от 11 августа 2014 г (далее- ФГОС СПО)

ООП определяет объем и содержание среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, результаты освоения образовательной программы, условия образовательной деятельности.

Образовательная программа, разработана для реализации образовательной программы на базе основного общего образования, на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования и ФГОС СПО с учетом получаемой специальности 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка).

1.2. Нормативные основания для разработки ООП:

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Приказ Минобрнауки России от 11 августа 2014г. № 976 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 августа 2014 г., регистрационный № 33826).

– Приказ Минобрнауки России от 14 июня 2013 г. № 464 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 30 июля 2013 г., регистрационный № 29200) (далее – Порядок организации образовательной деятельности);

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05 августа 2020г. № 885/390 «О практической подготовке обучающихся» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 11 сентября 2020г., регистрационный № 59778);

– Приказ Минобрнауки России от 16 августа 2013 г. № 968 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 1 ноября 2013 г., регистрационный № 30306);

– Приказ Минобрнауки России от 25 октября 2013 № 1186 «Об утверждении Порядка заполнения, учета и выдачи дипломов о среднем профессиональном образовании и их дубликатов» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 29 ноября 2013 г., регистрационный № 30507);

– Приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 07 июня 2012 г., № 24480);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. № 952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 января 2021 г., регистрационный № 62203).





– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2014 г. № 630н «Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 26 сентября 2014г., регистрационный № 34135).

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. N 193н «Об утверждении профессионального стандарта «Спортивный судья» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 апреля 2019 г., регистрационный № 54517);

– Устав Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Малоохтинский колледж».

1.3. Перечень сокращений, используемых в тексте ООП:

ФГОС СПО – Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования;

ООП – основная образовательная программа;

МДК – междисциплинарный курс

ПМ – профессиональный модуль

ОК – общие компетенции;

ПК – профессиональные компетенции.

Цикл ОГСЭ - Общий гуманитарный и социально-экономический цикл

Цикл ЕН- Математический и общий естественнонаучный цикл

ЛР – личностные результаты

## **Раздел 2. Общая характеристика образовательной программы**

Квалификация, присваиваемая выпускникам образовательной программы:

педагог по физической культуре и спорту.

Формы обучения: очная.

При получении квалификации специалиста среднего звена «педагог по физической культуре и спорту»:

объем и сроки получения среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура на базе основного общего образования: 5940 часов. В соответствии с Приказом Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05 августа 2020г. № 885/390 «О практической подготовке обучающихся» часть образовательной программы в объеме **3901** час реализуется в форме практической подготовки для получения опыта по выполнению обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление и развитие практических навыков, умений и знаний, необходимых для выполнения трудовых функций в соответствии с требованиями профессиональных стандартов:

– ПС «Тренер-преподаватель» (Приказ Минтруда России от 24.12.2020 N 952н, зарег. в Минюсте России 25.01.2021 N 62203);

– ПС «Инструктор-методист» (Приказ Минтруда России от 08.09.2014 N 630н (ред. от 12.12.2016), зарег. в Минюсте России 26.09.2014 N 34135);

– ПС «Спортивный судья» (Приказ Минтруда России от 28.03.2019 N 193н, зарег. в Минюсте России 25.04.2019 N 54517).

## **Раздел 3. Характеристика профессиональной деятельности выпускника**

3.1. Область профессиональной деятельности выпускников: организация и руководство



тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта и физкультурно-спортивной деятельностью различных возрастных групп населения в образовательных организациях, физкультурно-спортивных организациях, по месту жительства, в учреждениях (организациях) отдыха, оздоровительных учреждениях (организациях).

3.2. Объектами профессиональной деятельности выпускников являются:

- задачи, содержание, методы, средства, формы организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью, занимающихся избранным видом спорта;

- процесс спортивной подготовки и руководства соревновательной деятельностью занимающихся избранным видом спорта;

- задачи, содержание, методы, средства, формы организации физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения;

- процесс организации физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения;

- задачи, содержание, методы, средства, формы организации и процесс взаимодействия с коллегами и социальными партнерами (местными органами самоуправления, учреждениями/организациями социальной сферы, родителями (лицами, их заменяющими)) по вопросам организации тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов в избранном виде спорта и физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения;

- документационное обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов, организации физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.

3.3. Педагог по физической культуре и спорту готовится к следующим видам деятельности:

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

3.3.2. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.

3.3.3. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.

#### **Раздел 4. Планируемые результаты освоения образовательной программы**

##### **4.1. Общие компетенции, включающие в себя способность:**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития,





заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

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

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

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

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

#### **4.2. Профессиональные компетенции, соответствующие видам деятельности:**

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

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

4.2.2. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

4.2.3. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.



#### 4.3 Личностные результаты

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b>	<b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	<b>ЛР 1</b>
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	<b>ЛР 2</b>
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	<b>ЛР 4</b>
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	<b>ЛР 5</b>
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	<b>ЛР 8</b>
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	<b>ЛР 9</b>
Забочащийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	<b>ЛР 11</b>
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию	<b>ЛР 12</b>



семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: активный, проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий и сотрудничающий с коллективом, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	<b>ЛР 13</b>
Оценивающий возможные ограничители свободы своего профессионального выбора, предопределенные психофизиологическими особенностями или состоянием здоровья, мотивированный к сохранению здоровья в процессе профессиональной деятельности.	<b>ЛР 14</b>
Готовый к профессиональной конкуренции и конструктивной реакции на критику.	<b>ЛР 15</b>
Ориентирующийся в изменяющемся рынке труда, гибко реагирующий на появление новых форм трудовой деятельности, готовый к их освоению, избегающий безработицы, мотивированный к освоению функционально близких видов профессиональной деятельности, имеющих общие объекты (условия, цели) труда, либо иные схожие характеристики.	<b>ЛР 16</b>
Содействующий поддержанию престижа своей профессии, отрасли и образовательной организации.	<b>ЛР 17</b>
Принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного и социокультурного развития России, готовый работать на их достижение.	<b>ЛР 18</b>
Управляющий собственным профессиональным развитием, рефлексивно оценивающий собственный жизненный опыт, критерии личной успешности, признающий ценность непрерывного образования,	<b>ЛР 19</b>
Способный генерировать новые идеи для решения задач цифровой экономики, перестраивать сложившиеся способы решения задач, выдвигать альтернативные варианты действий с целью выработки новых оптимальных алгоритмов; позиционирующий себя в сети как результативный и привлекательный участник трудовых отношений.	<b>ЛР 20</b>
Самостоятельный и ответственный в принятии решений во всех сферах своей деятельности, готовый к исполнению разнообразных социальных ролей, востребованных бизнесом, обществом и государством	<b>ЛР 21</b>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Малоохтинский колледж»

Раздел 5. Структура образовательной программы

5.1 Рабочий учебный план

Индекс	Наименование курсов, разделов, дисциплин, профессиональных модулей, МДК, ФКД, ФЭКД	Формы промежуточной аттестации																						Учебная нагрузка обучающихся, ч.																						Распределение часов по курсам и семестрам																																																																																			
		Экзамены		Зачеты		Дифференциальные экзамены		Курсовые проекты		Курсовые работы		Материалы		Семестровые экзамены		Курсовые проекты		Курсовые работы		Итоговый проект (защита с.р.)		Материалы		Семестровые экзамены		Курсовые проекты		Курсовые работы		Итоговый проект (защита с.р.)																																																																																																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128
00	Итого часов (с учетом часов, занятых в период обучения по плану)	2100																						2100																						2100																																																																																			
01	Среднее общее образование	1000																						1000																						1000																																																																																			
02	Русский язык	100																						100																						100																																																																																			
03	История	100																						100																						100																																																																																			
04	Математика	100																						100																						100																																																																																			
05	Физика	100																						100																						100																																																																																			
06	Химия	100																						100																						100																																																																																			
07	Биология	100																						100																						100																																																																																			
08	География	100																						100																						100																																																																																			
09	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
10	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
11	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
12	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
13	Математика	100																						100																						100																																																																																			
14	Физика	100																						100																						100																																																																																			
15	Химия	100																						100																						100																																																																																			
16	Биология	100																						100																						100																																																																																			
17	География	100																						100																						100																																																																																			
18	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
19	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
20	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
21	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
22	Математика	100																						100																						100																																																																																			
23	Физика	100																						100																						100																																																																																			
24	Химия	100																						100																						100																																																																																			
25	Биология	100																						100																						100																																																																																			
26	География	100																						100																						100																																																																																			
27	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
28	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
29	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
30	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
31	Математика	100																						100																						100																																																																																			
32	Физика	100																						100																						100																																																																																			
33	Химия	100																						100																						100																																																																																			
34	Биология	100																						100																						100																																																																																			
35	География	100																						100																						100																																																																																			
36	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
37	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
38	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
39	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
40	Математика	100																						100																						100																																																																																			
41	Физика	100																						100																						100																																																																																			
42	Химия	100																						100																						100																																																																																			
43	Биология	100																						100																						100																																																																																			
44	География	100																						100																						100																																																																																			
45	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
46	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
47	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
48	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
49	Математика	100																						100																						100																																																																																			
50	Физика	100																						100																						100																																																																																			
51	Химия	100																						100																						100																																																																																			
52	Биология	100																						100																						100																																																																																			
53	География	100																						100																						100																																																																																			
54	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
55	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
56	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
57	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
58	Математика	100																						100																						100																																																																																			
59	Физика	100																						100																						100																																																																																			
60	Химия	100																						100																						100																																																																																			
61	Биология	100																						100																						100																																																																																			
62	География	100																						100																						100																																																																																			
63	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
64	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
65	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
66	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
67	Математика	100																						100																						100																																																																																			
68	Физика	100																						100																						100																																																																																			
69	Химия	100																						100																						100																																																																																			
70	Биология	100																						100																						100																																																																																			
71	География	100																						100																						100																																																																																			
72	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
73	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
74	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
75	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
76	Математика	100																						100																						100																																																																																			
77	Физика	100																						100																						100																																																																																			
78	Химия	100																						100																						100																																																																																			
79	Биология	100																						100																						100																																																																																			
80	География	100																						100																						100																																																																																			
81	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
82	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
83	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
84	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
85	Математика	100																						100																						100																																																																																			
86	Физика	100																						100																						100																																																																																			
87	Химия	100																						100																						100																																																																																			
88	Биология	100																						100																						100																																																																																			
89	География	100																						100																						100																																																																																			
90	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
91	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
92	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
93	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
94	Математика	100																						100																						100																																																																																			
95	Физика	100																						100																						100																																																																																			
96	Химия	100																						100																						100																																																																																			
97	Биология	100																						100																						100																																																																																			
98	География	100																						100																						100																																																																																			
99	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
100	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
101	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
102	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
103	Математика	100																						100																						100																																																																																			
104	Физика	100																						100																						100																																																																																			
105	Химия	100																						100																						100																																																																																			
106	Биология	100																						100																						100																																																																																			
107	География	100																						100																						100																																																																																			
108	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
109	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
110	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
111	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
112	Математика	100																						100																						100																																																																																			
113	Физика	100																						100																						100																																																																																			
114	Химия	100																						100																						100																																																																																			
115	Биология	100																						100																						100																																																																																			
116	География	100																						100																						100																																																																																			
117	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
118	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
119	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
120	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
121	Математика	100																						100																						100																																																																																			
122	Физика	100																						100																						100																																																																																			
123	Химия	100																						100																						100																																																																																			
124	Биология	100																						100																						100																																																																																			
125	География	100																						100																						100																																																																																			
126	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
127	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
128	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
129	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
130	Математика	100																						100																						100																																																																																			
131	Физика	100																						100																						100																																																																																			
132	Химия	100																						100																						100																																																																																			
133	Биология	100																						100																						100																																																																																			
134	География	100																						100																						100																																																																																			
135	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
136	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
137	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
138	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
139	Математика	100																						100																						100																																																																																			
140	Физика	100																						100																						100																																																																																			
141	Химия	100																						100																						100																																																																																			
142	Биология	100																						100																						100																																																																																			
143	География	100																						100																						100																																																																																			
144	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
145	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
146	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
147	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
148	Математика	100																						100																						100																																																																																			
149	Физика	100																						100																						100																																																																																			
150	Химия	100																						100																						100																																																																																			
151	Биология	100																						100																						100																																																																																			
152	География	100																						100																						100																																																																																			
153	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
154	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
155	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
156	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
157	Математика	100																						100																						100																																																																																			
158	Физика	100																						100																						100																																																																																			
159	Химия	100																						100																						100																																																																																			
160	Биология	100																						100																						100																																																																																			
161	География	100																						100																						100																																																																																			
162	Искусство	100																						100																						100																																																																																			
163	Информатика	100																						100																						100																																																																																			
164	Иностранный язык	100																						100																						100																																																																																			
165	Обществознание (включая экономику и право)	100																						100																						100																																																																																			
166	Математика	100																						100																						100																																																																																			











### Распределение вариативной части

Вариативная часть распределена следующим образом:

Код	Название дисциплины	ВСЕГО	Обязательная часть	Остаток часов от ОО	Вариативная часть	Обоснование
ОП.01	Анатомия	76	60		16	Необходимость расширения базовых знаний, обучающихся для освоения профессиональных модулей.
ОП.02	Физиология с основами биохимии	112	60		52	
ОП.03	Гигиенические основы физической культуры и спорта	42	42			
ОП.04	Основы врачебного контроля	66	60		6	
ОП.05	Педагогика	100	80		20	
ОП.06	Психология	121	62		59	
ОП.07	Теория и история физической культуры и спорта	114	62		52	
ОП.08	Правовое обеспечение профессиональной деятельности	66	34	30	2	Требование профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»: знать антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями
ОП.09	Основы биомеханики	60	60			
ОП.10	Безопасность жизнедеятельности	68	68			
	ИТОГО	825	588	30	207	

Вариативная часть профессиональных модулей – 801 час, которые распределены по профессиональным модулям.

Усиление профессиональных модулей за счёт вариативной части в достаточно большом объёме 801 час связано с одновременной подготовкой арбитров по футболу и ППСЗ по специальности

	Вариативная часть	190 часов от физической культуры	Обязательная часть	Итого	Обоснование
--	-------------------	----------------------------------	--------------------	-------	-------------



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

МДК.01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов	38	90	310	438	На углубление и расширение базовых знаний в области физической культуры необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности.
МДК.01.02 Система подготовки судей в избранном виде спорта (футбол)	382			382	Обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Спортивный судья»
ПП.01 Производственная практика	36		72	108	ОТФ по ПС D: Организация судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине, или этапа спортивного соревнования. ОТФ С: Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по завершению соревнований Подготовка к получению дополнительной квалификации «Футбольный арбитр»
МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки: лёгкая атлетика, гимнастика, плавание, баскетбол, волейбол, фитнес-технологии, единоборства, лыжный спорт, кроссфит, настольный теннис, туризм, подвижные игры.	66 (30 фитнес технологии и 36 курсовой проект)	100	617	783	30 часов на фитнес технологии для обеспечения соответствия требованиям WorldSkills – знание и понимание методов и приемов работы со спортивным оборудованием и инвентарем и изучение современных инновационных методик обучения двигательным действиям. 36 часов на курсовой проект с целью углубленного изучения программного материала 100- На углубление и расширение базовых знаний в области физической культуры необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности.
МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы	79		14	93	Обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Инструктор-методист»
МДК.02.03 Лечебная физическая культура	40		82	122	Изучение современных инновационных методик лечебной физкультуры
МДК.03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту	160		117	277	Обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Инструктор-методист», «Тренер-преподаватель»
ИТОГО	801	190	1212	2203	



МДК.01.02 Углубленное изучение системы подготовки судей в избранном виде спорта (футбол) вводится за счет вариативной части и предусматривает изучение теоретических материалов по судейству в футболе и проведение практических занятий по данному курсу.

В рамках изучения МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно- спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки, МДК 03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту предусмотрены выполнение курсовых проектов. По ОП.09 Основы биомеханики предусмотрена курсовая работа.

Тематика курсовых проектов определяется преподавателем, ведущим курс. Выполнение курсового проекта реализуется в пределах времени, отведённого на изучение МДК. Выполнение курсовой работы реализуется в пределах времени, отведённого на изучение дисциплины ОП.09 Основы биомеханики.



### **5.3 Рабочая программа воспитания**

#### **5.3.1 Цели и задачи воспитания обучающихся при освоении ими образовательной программы:**

**Цель рабочей программы воспитания** – личностное развитие обучающихся и их социализация, проявляющиеся в развитии их позитивных отношений к общественным ценностям, приобретении опыта поведения и применения сформированных общих компетенций квалифицированных рабочих, служащих/специалистов среднего звена на практике.

#### **Задачи:**

- формирование единого воспитательного пространства, создающего равные условия для развития обучающихся профессиональной образовательной организации;
- организация всех видов деятельности, вовлекающей обучающихся в общественно-ценностные социализирующие отношения;
- формирование у обучающихся профессиональной образовательной организации общих ценностей, моральных и нравственных ориентиров, необходимых для устойчивого развития государства;
- усиление воспитательного воздействия благодаря непрерывности процесса воспитания.

#### **5.3.2 Программа разработана в соответствии с предъявляемыми требованиями (Приложение VI.1).**

### **5.4. Календарный план воспитательной работы**

Календарный план воспитательной работы представлен в Приложении VI.2.



## **6. Условия реализации образовательной программы**

### **6.1 Требования к материально-техническому оснащению образовательного процесса**

6.1.1. Специальные помещения должны представлять собой учебные аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы, а также мастерские и лаборатории, оснащенные оборудованием, техническими средствами обучения и материалами, учитывающими требования международных стандартов.

#### **Перечень специальных помещений**

##### **Кабинеты:**

гуманитарных и социально-экономических дисциплин;  
педагогике и психологии;  
анатомии и физиологии человека;  
иностранного языка;  
безопасности жизнедеятельности;  
теории и истории физической культуры;  
теории и методики избранного вида спорта;  
методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности;  
лечебной физической культуры и массажа.

##### **Лаборатории:**

информатики и информационно-коммуникационных технологий;  
физической и функциональной диагностики.

##### **Спортивный комплекс:**

универсальный спортивный зал;  
зал ритмики и фитнеса;  
тренажерный зал;  
спортивный зал;  
открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;  
стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

##### **Залы:**

библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет;  
актовый зал.

**6.1.2. Материально-техническое оснащение лабораторий, мастерских и баз практики**  
Образовательная организация, реализующая программу по профессии, должна располагать материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической работы обучающихся, предусмотренных учебным планом и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам. Минимально необходимый для реализации ООП перечень материально-технического обеспечения, включает в себя:

#### **6.1.2.1 Оснащение лабораторий**

##### *Лаборатория физической и функциональной диагностики*

Рабочее место преподавателя

Рабочие места обучающихся

Доска маркерная

Технические средства обучения:

Интерактивная доска





Компьютер персональный с лицензионным программным обеспечением

Принтер

Кодоскоп и демонстрационный материал к нему, таблицы и схемы

Цифровая лаборатория

Наглядные пособия:

Плакаты

Лабораторное оборудование:

Спирометр – 4 шт.

Прибор для сравнения содержания CO<sub>2</sub> во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе – 1 шт.

Фонендоскоп – 4 шт.

Тонометр – 4 шт.

Спиртовой термометр – 4 шт.

Металлический барометр – 4 шт.

Стационарный психометр – 1 шт.

Секундомер (электронный) – 4 шт.

Кистевой динамометр – 4 шт.

Метроном – 2 шт

*Лаборатория информатики и информационно-коммуникационных технологий*

Посадочные места по количеству обучающихся

Рабочее место преподавателя

Технические средства обучения:

ПК с лицензионным программным обеспечением Microsoft Office 2013 Standart

Интерактивная доска

#### 6.1.2.2 Требования к оснащению баз практик

Учебную практику планируется проводить на базе колледжа. Учебная практика проводится преподавателями специальных дисциплин или мастерами производственного обучения.

Производственная практика проводится в организациях, направление деятельности которых соответствует профилю подготовки обучающихся. Сроки учебной и производственной практик установлены с учетом теоретической подготовленности обучающихся, возможностями учебно-производственной базы мастерских и наличия рабочих мест в организациях по месту прохождения практик. Порядок проведения учебной и производственной практики описан в Рабочей программе по видам практик.

Базам практик, где намечается прохождение учебной и производственной практик обучающимися, предъявляют следующие требования:

современность оснащенности и технологии выполнения производственных работ;

нормальная обеспеченность средствами технического обслуживания и т.д.

соответствие требованиям безопасности, санитарии и гигиены.

#### 6.2 Требования к кадровому составу, реализующему ООП

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области



профессиональной деятельности, имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет.

Квалификация педагогических работников образовательной организации должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2015 г. № 608н.

Педагогические работники, привлекаемые к реализации образовательной программы, должны получать дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в организациях, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности. Сквозные виды профессиональной деятельности в промышленности, не реже 1 раза в 3 года с учетом расширения спектра профессиональных компетенций.

Доля педагогических работников (в приведенных к целочисленным значениям ставок), обеспечивающих освоение обучающимися профессиональных модулей, имеющих опыт деятельности не менее 3 лет в организациях, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, в общем числе педагогических работников, реализующих образовательную программу, должна быть не менее 25 процентов.

### **6.3. Примерные расчеты нормативных затрат оказания государственных услуг по реализации образовательной программы**

Расчеты нормативных затрат оказания государственных услуг по реализации образовательной программы осуществляется в соответствии с Методикой определения нормативных затрат на оказание государственных услуг по реализации образовательных программ среднего профессионального образования по профессиям (специальностям) и укрупненным группам профессий (специальностей), утвержденной Минобрнауки России 27 ноября 2015 г. № АП-114/18вн.

Нормативные затраты на оказание государственных услуг в сфере образования по реализации образовательной программы включают в себя затраты на оплату труда преподавателей и мастеров производственного обучения с учетом обеспечения уровня средней заработной платы педагогических работников за выполняемую ими учебную (преподавательскую) работу и другую работу в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г. № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение I.1  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ПМ.01 ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ  
ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ  
СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Санкт-Петербург  
2021 г.



## **СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)



## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ.**

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

Рабочая программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура**.

Рабочая программа профессионального модуля может быть использована в дополнительном профессиональном образовании по программам повышения квалификации и переподготовки и в профессиональной подготовке по профессии: спортивный судья (профессиональный стандарт утвержден приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 193н «Об утверждении профессионального стандарта «Спортивный судья», зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019 N 54517).

### **1.2. Место профессионального модуля ПМ.01 в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Профессиональный модуль ПМ.01 «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта» относится к профессиональному учебному циклу основной профессиональной образовательной программы.

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

Обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

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

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.



Обучающийся должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

**В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен уметь:**

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

**за счет вариативных часов:**

- владеть спортивной терминологией в избранном виде спорта, в том числе на английском языке.

**знать:**

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;

- основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;

- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;





- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
- способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;
- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;
- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;
- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

**иметь практический опыт:**

- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий;
- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- собственного спортивного совершенствования;
- ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

**1.4 Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций**

Результатом освоения учебной программы данного профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности программы подготовки специалистов среднего звена ППССЗ СПО, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:



Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

**1.5. Количество часов на освоение программы профессионального модуля ПМ.01:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 1354 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 820 часов,

самостоятельной работы обучающегося – 390 часов,

учебной практики – 36 часов,

производственной практики - 108 часов.



**1.6. Количество вариативных часов на освоение программы ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ: 272 часа.**

Из вариативной части на изучение МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов выделено 38 часов для обеспечения трудовой функции А: Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся профессионального стандарта «Тренер-преподаватель» (утв. Приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н, зарег. в Минюсте России 25.01.2021 г. рег. № 62203).

Таблица 1

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен:	Дидактические единицы	Количество часов
А/01.6 Планирование содержания занятий физической культурой и спортом	Иметь практический опыт: планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; Уметь: обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта	Практические занятия: Организация занятий по технической подготовке.	38

По согласованию с работодателем: «Федерация футбола Санкт-Петербурга» за счет вариативной части вводится МДК 01.02 Система подготовки судей в избранном виде спорта (футбол). На изучение междисциплинарного курса выделено 382 часа. Рабочая программа разработана на основе профессионального стандарта «Спортивный судья», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. № 193н. Умения, знания полученные обучающимися при освоении программы МДК01.02 и практический опыт на практике позволяют им получить дополнительную квалификацию «Футбольный арбитр», обеспечивают готовность к выполнению обобщенных трудовых функций С: Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по завершению соревнований, Д: Организация судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования, мероприятий по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов).



Таблица 2

Дополнительные ПК	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен иметь практический опыт, уметь, знать	Дидактические единицы	Количество часов	Обоснование
<b>ОТФ С: Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по завершению соревнований</b>				
С/01.3 Обеспечение работы секретариата спортивного соревнования	Практический опыт: Разработка штатного расписания и организационной структуры секретариата соревнований. Разработка схемы документооборота в процессе обработки результатов соревнований. Координация работы секретариатов судейских бригад Обеспечение взаимодействия секретариата с другими службами соревнований, пресс-центром и судейскими бригадами Знать: Основы кадрового дела и делопроизводства. Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией.	Тема 5. Безопасность участников и зрителей при проведении спортивно-массовых мероприятий. Информирование и контроль размещения зрителей при проведении спортивного соревнования. Тема 7. Взаимодействие с участниками спортивных соревнований для организации и координации их действий. Информирование о подготовке, ходе проведения и о результатах спортивных соревнований всех заинтересованных лиц. Тема 8. Правило №7 (Продолжительность матча). Правило №8	60 ч.	Обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Спортивный судья»
С/02.3 Документационное оформление проведения спортивного соревнования С/03.4 Ведение протокола главной судейской коллегии	Практический опыт: Контроль полноты поступивших из мандатной комиссии документов и организация их хранения до завершения спортивного соревнования. Проведение жеребьевки, работы по подготовке и выпуску рабочих, промежуточных и официальных итоговых протоколов результатов спортивных соревнований. Подготовка отчетной документации по проведению спортивного соревнования.			Обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Спортивный судья»



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Получение от представителей участников спортивного соревнования протестов, подготовка материалов, необходимых для их рассмотрения, и передача их главному судье, контроль вынесения решений по протестам.	(Начало и возобновление игры). Правило №9 (Мяч в игре и не в игре). Протесты в футболе. Тема 12. Подготовка и обеспечение эксплуатации спортивного и технологического оборудования, инвентаря, экипировки. Тема 18. Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по завершению соревнований.		
--	---	--	--	--

**ОТФ по D: Организация судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования, мероприятий по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов)**

D/01.4 Обеспечение готовности к проведению спортивного соревнования по определенному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования	Иметь практический опыт: Определение требований к материально-технической базе, составу и квалификации судейского корпуса для проведения спортивного соревнования по футболу или этапа спортивного соревнования, исходя из правил вида спорта и положения или регламента спортивных соревнований. Инспектирование в составе главной судейской коллегии места проведения спортивного соревнования по футболу или этапа спортивного соревнования, осмотр инвентаря, оборудования, спортивных снарядов, контрольно-измерительных приборов на предмет соответствия требованиям правил	Тема 1. Введение в предмет. Тема 2. Этические нормы в области спорта. Правило №5 (Судья) Тема 3 Регламент соревнований по футболу. Правило №1 (Поле для игры). Правило №2 (Мяч). Правило №4 (Экипировка игроков). Правило №12. (Нарушения правил и	322 ч.	Обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Спортивный судья»
---	---	---	--------	---



	<p>вида спорта и положения или регламента спортивных соревнований. Разработка планов-графиков и расписания спортивных соревнований по футболу или этапа спортивного соревнования.</p> <p><b>уметь:</b> Использовать методы календарного и сетевого планирования. Выполнять документальную проверку спортивных объектов и контрольно-измерительных приборов. Использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам. Пользоваться специальными информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.</p> <p><b>знать:</b> Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, в том числе общероссийские антидопинговые правила и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями, а также методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние. Квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта. Способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря, оборудования в целях проведения соревнований.</p>	<p>недисциплинированное поведение), основные понятия и определения. Тема 4. Правило №3 (Игроки). Правило №12 (Нарушения правил и недисциплинированное поведение), техническая часть правила. Тема 6. Правило №6 (Другие официальные лица матча). Тема 9. Правило №10 (Определение результата матча). Правило №14 (11-метровый удар). Тема 10. Правило №13 (Штрафной и сводный удары). Правило №15 (Вбрасывание мяча). Правило №16 (Удар от ворот). Правило №17 (Угловой удар). Тема 11. Правило №11 (Вне игры). Тема 13. Развитие и эволюция правил игры в футбол. Тема 14. Тактическая, психологическая и методическая подготовка судьи по футболу.</p>		
--	---	--	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>D/02.4 Фиксация технических действий и определение результатов выступлений участников спортивных соревнований по отдельному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования</p>	<p>Знать: Правила подачи сигналов, в том числе жестов, спортивными судьями в соответствии с правилами футбола. Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией Передовой отечественный и зарубежный опыт спортивного судейства Порядок составления установленной отчетности Уметь: Анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения или регламента соревнований. Обосновывать мотивы принятых решений подавать сигналы, в том числе жестами, спортивным судьям в соответствии с правилами вида спорта.</p>	<p>Тема 15. Физическая подготовка судьи по футболу. Тема 16. Система подготовки и совершенствования судей по футболу в рамках работы местных (городских, районных, областных, межрегиональных) федераций футбола. Тема 17. Разрешение спорных и неурегулированных правилами вида спорта ситуаций. Тема 19. Система восстановительных мероприятий.</p>		<p>Обеспечения соответствия профессиональному стандарту ««Спортивный судья»»</p>
<p>D/03.4 Координация судейства спортивного соревнования по отдельному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования</p>	<p>Уметь: Определять необходимое количество и квалификацию спортивных судей для назначения на судейские должности спортивного соревнования, исходя из правил футбола, квалификационных требований к спортивным судьям и статуса спортивного соревнования. Ставить цели и определять задачи судейской работы Определять качество судейства спортивных судей Вести разъяснительную работу и осуществлять инструктаж</p>	<p>Тема 20. Самоанализ в профессиональной деятельности спортивного судьи. Тема 21. Спортсмены-инвалиды. Адаптивный спорт. Тема 22. Допинг в современном спорте. Тема 23. Качество судейства.</p>		<p>Обеспечения соответствия профессиональному стандарту ««Спортивный судья»»</p>
<p>D/04.4 Контроль выполнения правил вида спорта во время</p>	<p>Практический опыт: Контроль подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и</p>			<p>Обеспечения соответствия профессиональному</p>





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>проведения спортивного соревнования по отдельному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования</p>	<p>спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта</p> <p>Остановка или иное вмешательство в ход отдельного направления или этапа спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта при возникновении факторов, влекущих за собой нарушения правил вида спорта и положения или регламента о спортивном соревновании, при возникновении угрозы жизни и здоровью участников соревнования и иных лиц, а также в иных случаях, предусмотренных правилами вида спорта</p> <p>Расследование и квалификация на основе собственных наблюдений и показаний спортивных судей, фото- и видеосъемки инцидентов, имевших место в ходе проведения соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине, или этапа спортивных соревнований, определение степени нарушения правил вида спорта, виновников и последствий нарушений</p> <p>Дисквалификация участников соревнования по соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, спортивных судей этапа или направления спортивного соревнования и иных лиц при нарушении ими правил вида спорта или неподчинении указаниям</p>			<p>стандарту ««Спортивный судья»»</p>
<p>D/05.4 Разрешение спорных и</p>	<p><b>Практический опыт:</b></p>			<p>Обеспечения соответствия профессиональному</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

неурегулированных правилами вида спорта ситуаций.	<p>Принятие решения по вопросам, вызывающим разногласия среди спортивных судей соревнования по футболу или этапа спортивного соревнования</p> <p>Принятие решения по вопросам, возникающим при проведении соревнований, урегулирование которых не предусмотрено правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании</p> <p>Принятие решения по вопросам, возникающим при расхождении мнения спортивных судей с результатами, зарегистрированными средствами объективного контроля.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>Анализировать события и технические действия участников, а также решения судей с точки зрения правил футбола и положения (регламента) спортивных соревнований либо практики судейства, этических норм в области спорта.</p> <p>Выявлять факты нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам.</p>			стандарту ««Спортивный судья»»
<b>ИТОГО</b>			382 ч.	



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего часов (макс. учебная нагрузка и практики)	В форме практической подготовки	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарных курсов, час.				Практика, час.	
				Учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося	Учебная	Производственная
				Всего	в том числе				
					Лекции	Практич. занятия			
ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 1.7 ПК 1.8	МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов.	<b>632</b>	<b>438</b>	<b>438</b>	312	126	194		
ПС «Спортивный судья» ТФ С, D	МДК 01.02 Система подготовки судей в избранном виде спорта (футбол)	<b>578</b>	<b>382</b>	<b>382</b>	182	200	196		
	Учебная практика	<b>36</b>	<b>36</b>					36	
	Производственная практика	<b>108</b>	<b>108</b>						108
	<b>Всего</b>	<b>1354</b>	<b>964</b>	<b>820</b>	494	326	<b>390</b>	<b>36</b>	<b>108</b>



**2.1. Тематический план по ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.**

Наименование разделов профессионального модуля, междисциплинарных курсов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Элементы формируемой компетенции	
1	2	3	4	
<b>ПМ. 01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.</b>		<b>1354</b>		
<b>Раздел 1. Применение средств, методов, приемов обучения и контроля в учебно-тренировочной деятельности по избранному виду спорта (футбол)</b>		<b>716</b>		
<b>МДК. 01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов.</b>				
<b>Тема 1. Введение в дисциплину «Теория и методика футбола» и общая характеристика футбола</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные понятия и терминология. 2. Футбол в общей системе физического воспитания. 3. Социальная значимость футбола. 4. Требования к специалисту по футболу. 5. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика футбола» 6. Актуальные вопросы оценки футбола (итоги сезона) 7. Организационная структура управления футболом. 8. Характеристика игровой деятельности. 9. Физиологическая характеристика футбола. 10. Психологическая характеристика футбола.	<b>10</b>	ОК 1 – 12	
<b>Тема 2. История развития футбола</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. История возникновения футбола. 2. Возникновение и развитие футбола в Европе и Море. 3. Возникновение и развитие футбола в СССР и России. 4. История проведения соревнований под эгидой FIFA и UEFA. 5. История женского футбола.	<b>5</b>	ОК 1 – 12	
		<b>Практические занятия:</b>		<b>6</b>
		1. «Спортивные биографии лучших российских футболистов» 2. «Самые титулованные клубы в России»		3 3
<b>Тема 3. Техника игры в футбол.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные положения и классификация техники.	4	ОК 1 – 12; ПК 1.1, ПК 1.2	



	2. Техника полевого игрока. 3. Техника игры вратаря.		
	<b>Практические занятия:</b> <b>Вариативная часть</b> 3. Технические приемы в футболе	12	
<b>Раздел 4. Тактика игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные положения и классификация тактики 2. Функции игроков 3. Тактика нападения 4. Тактика защиты	4	ОК 1 – 12; ПК 1.7
<b>Тема 5. Особенности спортивного отбора футболистов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Теоретические основы спортивного отбора футболистов 2. Структура и организация начального отбора футболистов. 3. Педагогические основы спортивного отбора футболистов. 4. Медико-биологические основы отбора футболистов 5. Генетические основы отбора футболистов.	5	ОК 1 – 12; ПК 1.6
	<b>Практические занятия</b> 4. Спортивный отбор футболистов.	10	
<b>II курс</b>			
<b>Тема 6. Тестирование и контроль подготовленности футболистов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Применение средств педагогического контроля в учебно-тренировочном процессе 2. Оценка двигательных способностей человека 3. Общая и специальная подготовленность футболиста 4. Традиционные методики в системе педагогического контроля футболистов 5. Общая характеристика тестов определения физических качеств футболистов 6. Общая характеристика тестов определения физических качеств футболистов 7. Оценка информативности комплекса тестов определения физических качеств футболистов. 8. Новые методики исследований в отборе и селекции молодых футболистов 9. Модификация отдельных тестов и методов исследований в процессе комплексного контроля подготовленности футболистов 10. Нормы общей выносливости в тесте Купера для футболистов различного возраста 11. Оценка специальной подготовленности футболистов по тесту Yo-Yo	27	ОК 1 – 12; ПК 1.6, ПК 1.7



	12. Английские тесты отбора (селекции] технической подготовленности для юных футболистов.		
	<b>Практические занятия:</b> 1. Организация тестирования физических качеств футболистов	10	
<b>Тема 7. Характеристика физических и психических качеств футболистов. Методика развития физических качеств футболистов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Характеристика физических качеств. Основные положения. 2. Характеристика выносливости. 3. Методика развития выносливости. 4. Характеристика быстроты и скоростных способностей. 5. Методика развития быстроты и скоростных способностей. 6. Характеристика силы и скоростно-силовых способностей. 7. Методика развития силы и скоростно-силовых способностей. 8. Характеристика ловкости и гибкости. 9. Методика развития ловкости и гибкости. 10. Характеристика психических качеств футболистов. Основные положения. 11. Характеристика процессов восприятия 12. Характеристика свойств внимания 13. Характеристика мышления 14. Характеристика зрительной и моторной реакции 15. Характеристика эмоциональных процессов 16. Характеристика волевых качеств	16	ОК 1 – 12; ПК 1.2, ПК 1.4
	<b>Практические занятия:</b> 2. Контрольная работа.	41	
	3. Методы спортивной тренировки.	1	
	4. Методика воспитания скоростно-силовых качеств, быстроты, выносливости, гибкости, координационных способностей. ОФП:	10	
	5. Упражнения для развития быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости.	10	
	6. Круговая тренировка.	10	
<b>Тема 8. Методика обучения и совершенствования техники игры.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные положения обучения и совершенствования техники игры 2. Цели и задачи обучения и совершенствования техники игры 3. Принципы обучения и совершенствования техники игры 4. Этапы обучения и совершенствования техники игры	22	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8



	<ol style="list-style-type: none"><li>5. Средства обучения и совершенствования техники и игры</li><li>6. Средства обучения и совершенствования техники и игры</li><li>7. Методы обучения и совершенствования техники и игры</li><li>8. Методы обучения и совершенствования техники и игры</li><li>9. Формы обучения и совершенствования техники и игры</li><li>10. Технические приемы полевых игроков.</li><li>11. Технические приемы полевых игроков.</li><li>12. Технические приемы вратарей.</li><li>13. Специфические особенности занятий по технике футбола</li><li>14. Методы разносторонней подготовки футболистов</li><li>15. Методы подкрепления двигательных навыков</li><li>16. Методы развития подвижности двигательных навыков</li><li>17. Методы приспособления двигательных навыков к влиянию внутренних и внешних условий.</li><li>18. Методы усвоения новых ритмов</li><li>19. Методы совершенствования анализаторов</li><li>20. Техническая подготовка молодежной команды.</li><li>21. Техническая подготовка молодежной команды.</li><li>22. Техническая подготовка молодежной команды.</li></ol>		
	<b>Практические занятия:</b> <b>Вариативная часть</b> 7. Совершенствование технического мастерства	9	
<b>Тема 9. Методика обучения и совершенствования тактики игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Основные положения обучения и совершенствования тактики игры</li><li>2. Цели и задачи обучения и совершенствования тактики игры</li><li>3. Принципы обучения и совершенствования тактики игры</li><li>4. Этапы обучения и совершенствования тактики игры</li><li>5. Индивидуальная тактическая подготовка.</li><li>6. Групповая тактическая подготовка.</li><li>7. Командная тактическая подготовка.</li><li>8. Средства обучения и совершенствования тактики и игры</li><li>9. Методы обучения и совершенствования тактики и игры</li><li>10. Методы обучения и совершенствования тактики и игры</li><li>11. Методические приемы обучения тактике футбола.</li><li>12. Методические приемы обучения тактике футбола.</li></ol>	25	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8





	<p>13. Методические приемы совершенствования тактики футбола. 14. Методические приемы совершенствования тактики футбола. 15. Формы обучения и совершенствования тактики игры 16. Формы обучения и совершенствования тактики игры 17. Обучение и совершенствование индивидуальных тактических действий 18. Обучение и совершенствование индивидуальных тактических действий 19. Обучение и совершенствование групповых тактических действий 20. Обучение и совершенствование групповых тактических действий 21. Обучение и совершенствование командных тактических действий 22. Обучение и совершенствование командных тактических действий 23. Тактическая подготовка молодежной команды в футболе. 24. Тактическая подготовка молодежной команды в футболе. <b>25. Дифференцированный зачет</b></p> <p><b>Практические занятия:</b> 8. Совершенствование тактического мастерства (<b>Из вариативной части 8 ч.</b>)</p>	10	
III курс			
<b>Тема 10. Теоретико-методические основы спортивной тренировки.</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Структура спортивной тренировки в футболе</li><li>2. Планирование в футболе и распределение тренировочной нагрузки</li><li>3. Перспективное планирование</li><li>4. Содержание тренировки в различные периоды годового цикла.</li><li>5. Содержание тренировки в подготовительном периоде.</li><li>6. Содержание тренировки в соревновательном периоде.</li><li>7. Содержание тренировки в переходном периоде.</li><li>8. Текущее планирование.</li><li>9. Основные положения текущего плана тренировки.</li><li>10. Оперативное планирование тренировки.</li><li>11. Тренировочный цикл.</li><li>12. Межигровой цикл.</li><li>13. Условия рационального планирования тренировки.</li><li>14. Методика составления плана-конспекта учебно-тренировочного занятия.</li><li>15. Виды спортивной подготовки в футболе.</li><li>16. Физическая подготовка</li><li>17. Развитие и совершенствование физических качеств у футболистов.</li><li>18. Избирательное совершенствование скоростных качеств в футболе.</li></ol>	32	ОК 1 – 12; ПК 1.1, ПК 1.7



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>19. Избирательное совершенствование силовых качеств в футболе. 20. Избирательное совершенствование скоростной выносливости. 21. Избирательное совершенствование общей выносливости. 22. Избирательное развитие координационных способностей. 23. Избирательное совершенствование гибкости. 24. Техничко-тактическая подготовка в футболе. 25. Техничко-тактическая подготовка вратаря в футболе. 26. Специализированные средства технико-тактической подготовки в футболе. 27. Теоретическая подготовка 28. Психологическая подготовка 29. Игровая подготовка</p> <p><b>Практические занятия:</b> 1. Планирование в футболе</p>	10	
<p><b>Тема 11. Особенности подготовки спортсменов различной квалификации в футболе.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Подготовка футболистов в младшем школьном возрасте</li><li>2. Физическая подготовка на этапе начального обучения.</li><li>3. Техническая подготовка на начальном этапе тренировки.</li><li>4. Тактическая подготовка на начальном этапе тренировки.</li><li>5. Игровая подготовка на начальном этапе.</li><li>6. Подготовка футболистов в подростковом возрасте.</li><li>7. Физическая подготовка в подростковом возрасте.</li><li>8. Техническая подготовка в подростковом возрасте.</li><li>9. Тактическая подготовка в подростковом возрасте.</li><li>10. Психологическая подготовка в подростковом возрасте.</li><li>11. Игровая подготовка в подростковом возрасте.</li><li>12. Подготовка футболистов в юношеском возрасте.</li><li>13. Физическая подготовка в юношеском возрасте.</li><li>14. Техническая подготовка в юношеском возрасте</li><li>15. Тактическая подготовка в юношеском возрасте.</li><li>16. Психологическая подготовка в юношеском возрасте</li><li>17. Игровая подготовка в юношеском возрасте</li></ol>	17	ОК 1 – 12; ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.7, ПК 1.8



<b>Тема 12. Теоретические основы и методика контроля технико-тактического мастерства футболистов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Контроль технической подготовленности в футболе.</li><li>2. Методы контроля технико-тактического мастерства футболистов.</li><li>3. Контроль технического мастерства в условиях педагогического тестирования.</li><li>4. Контроль игровой и соревновательной деятельности в футболе.</li><li>5. Контроль коллективных действий в футболе.</li><li>6. Контроль индивидуальных технико-тактических действий в футболе.</li><li>7. Контроль взаимодействий футболистов</li><li>8. Контроль двигательных перемещений в матчах.</li><li>9. Контроль в процессе тактической подготовки.</li><li>10. Контроль в процессе тактической подготовки.</li><li>11. Метод экспертной оценки при контроле тактической подготовленности в футболе.</li><li>12. Контроль тренировочной деятельности в футболе.</li><li>13. Содержание и организация оперативного контроля (ОК)</li><li>14. Контроль быстроты и точности тактического мышления.</li><li>15. Комплекс тестов для определения специальной подготовленности вратарей</li><li>16. Оценка надежности двигательных заданий.</li><li>17. Стандартизация и нормы комплекса тестов.</li><li>18. Комплекс тестов для определения специальной подготовленности футболистов.</li><li>19. Оценка информативности комплекса тестов.</li></ol>	19	ОК 1 – 12; ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.8
<b>Практические занятия:</b> <b>Вариативная часть</b> Контроль технико-тактического мастерства в футболе.	9		



<p><b>Тема 13. Психологическая подготовка футболистов. Теоретическая и интеллектуальная подготовка футболистов.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Психологическая подготовка.</li><li>2. Общая психологическая подготовка.</li><li>3. Психологическая подготовка к предстоящим соревнованиям.</li><li>4. Характеристика психических качеств.</li><li>5. Психологические особенности двигательных навыков.</li><li>6. Особенности процессов восприятия.</li><li>7. Зрительные восприятия.</li><li>8. Объем поля зрения.</li><li>9. Глубинное зрение, точность глазомера.</li><li>10. Специализированные восприятия в футболе.</li><li>11. Особенности свойств внимания в футболе.</li><li>12. Мышление в футболе.</li><li>13. Особенности реакций в футболе.</li><li>14. Особенности эмоциональных процессов в футболе.</li><li>15. Особенности эмоциональных процессов.</li><li>16. Воспитание моральных и волевых качеств.</li><li>17. Развитие способности управлять своими эмоциями.</li><li>18. Развитие тактического мышления.</li><li>19. Развитие оперативного и творческого мышления.</li><li>20. Развитие оперативной памяти.</li><li>21. Развитие способностей к предвосхищению изменений ситуаций.</li><li>22. Развитие способностей быстро оценивать ситуацию по сигналам в периферии поля зрения.</li><li>23. Развитие объема восприятия и свойств внимания.</li><li>24. Развитие умения перестраиваться при изменении ситуации.</li><li>25. Теоретическая подготовка и развитие интеллекта спортсмена.</li><li>26. Значение теоретических занятий в футболе.</li><li>27. Формы теоретических занятий в футболе.</li><li>28. Методика проведения теоретических занятий.</li><li>29. Организация и проведение соревнований</li><li>30. Значение соревнований</li><li>31. Планирование соревнований и их виды</li><li>32. Организационно-методические аспекты соревнований по футболу.</li><li>33. Системы проведения соревнований</li></ol>	<p>35</p>	<p>ОК 1 – 12; ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.5, ПК 1.8</p>
---	--	-----------	--



	34. Официальные правила игры в футбол. 35. Дифференцированный зачет.		
	<b>Практические занятия:</b> Организационные мероприятия по проведению соревнований	1	
IV курс			
<b>Тема 14. Управление командой и воспитательная работа с футболистами.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Характеристика соревновательной деятельности футболистов. 2. Деятельность тренера при управлении командой в процессе соревнований. 3. Управление командой в матче. 4. Управление командой в турнире. 5. Установка на игру и разбор. 6. Моделирование соревновательной деятельности футболистов. 7. Методика формирования состава футбольной команды. 8. Основы воспитания футболистов. 9. Планирование воспитательной работы в футбольных командах. 10. Методы воспитания футболистов. 11. Воспитательные средства в процессе подготовки футболистов. 12. Методические рекомендации по воспитанию футболистов	12	ОК 1 – 12; ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.6
	<b>Практические занятия:</b> 1. Контрольная работа	1	
<b>Тема 15. Медико-биологическое обеспечение подготовки футболистов и восстановительные мероприятия в подготовке футболистов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Функциональные возможности спортсменов при занятиях футболом. 2. Молекулярно-генетическая и наследственная характеристика футболистов 3. Спортивное питание в футболе. 4. Спортивное питание в футболе. 5. Роль углеводов в спортивном питании. 6. Роль жиров в спортивном питании. 7. Роль белков и аминокислот в спортивном питании. 8. Основные рекомендации по энергопотреблению. 9. Роль жидкостей в спортивном питании. 10. Особенности питания в предсоревновательный период 11. Особенности питания в постсоревновательный период. 12. Влияние кофеина и алкоголя на работоспособность. 13. Креатин и его роль в спорте 14. «Буферные вещества» и их роль в спорте.	54	ОК 1 – 12; ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.5



15. Витамины и минералы в спорте
16. Основные пункты в питании футболистов.
17. Общие основы фармакологической коррекции.
18. Классификация нагрузок в футболе.
19. Компоненты нагрузки в футболе.
20. Принцип тренировки энергосистем в футболе.
21. Принцип организации тренировки анаэробных способностей в футболе.
22. Утомление. Основные механизмы развития утомления.
23. Синдром перетренированности. Причины его развития.
24. Отличие физической перегрузки от синдрома перетренированности.
25. Формы перетренированности.
26. Диагностика перетренированности
27. Отдых в футболе.
28. Проблема оптимизации восстановительных процессов в подготовке футболистов
29. Средства и методы восстановления футболистов
30. Методика оптимизации восстановительных процессов в футболе
31. Педагогические средства восстановления в футболе
32. Педагогические приемы, ускоряющие восстановление
33. Медико-биологические средства восстановления в футболе
34. Психологические средства восстановления в футболе
35. Гигиенические средства восстановления футболистов.
36. Срочные средства восстановления в соревновательной и тренировочной деятельности футболистов
37. Применение массажа в процессе восстановительных мероприятий футболистов
38. Восполнение источников энергии футболистов.
39. Восстановление жидкостного баланса (регидратация).
40. Локальная криотерапия
41. «Стретчинг» в футболе
42. Влияние образа жизни на восстановление футболистов.
43. Ключевые моменты восстановления в футболе.
44. Этапные и текущие функциональные обследования
45. Оценка физической работоспособности
46. Классификация нагрузочных тестов
47. Основные аспекты аэробного тестирования
48. Оценка анаэробной работоспособности в футболе



	49. Методические особенности проведения углубленного медицинского контроля 50. Методические особенности проведения медико-биологического контроля. 51. Методические особенности проведения психологического контроля. 52. Психодиагностические методы в спорте 53. Проведение антидопингового контроля 54. Группы допинговых средств		
	<b>Практические занятия:</b> 2. Контрольная работа. 3. Составление рациона питания футболиста	1 4	
<b>Тема 16. Система подготовки футболистов высокой квалификации</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Цель, задачи и содержание спортивной тренировки. 2. Принципы тренировки футболистов высокой квалификации. 3. Средства и методы тренировки футболистов высокой квалификации. 4. Система отбора в команды мастеров и в сборные команды. 5. Отбор и комплектование клубной команды. 6. Отбор и комплектование сборной команды. 7. Теоретическая подготовка футболистов высокой квалификации. 8. Совершенствование физических качеств футболистов высокой квалификации. 9. Методы комплексного совершенствования физических качеств 10. Методы избирательного совершенствования физических качеств. 11. Совершенствование технико-тактического мастерства футболистов высокой квалификации 12. Совершенствование командных технико-тактических действий футболистов высокой квалификации. 13. Совершенствование групповых технико-тактических действий футболистов высокой квалификации. 14. Совершенствование индивидуального технико-тактического мастерства футболистов высокой квалификации. 15. Планирование спортивной тренировки. 16. Перспективное планирование. 17. Годовое планирование. 18. Распределение нагрузок в годичном цикле 19. Содержание и форма тренировочных микроциклов подготовительного периода 20. Содержание и форма тренировочных микроциклов соревновательного периода 21. Комплексный контроль в футболе.	33	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	22. Контроль специализированности и сложности тренировочных упражнений 23. Контроль направленности тренировочных упражнений. 24. Оценка результатов комплексного контроля. 25. Оперативно-текущий контроль в футболе. 26. Цикловой контроль в футболе. 27. Этапный контроль в футболе		
	<b>Практические занятия:</b> 4. Контрольная работа	1	
<b>Тема 17. Научно-исследовательское обеспечение подготовки спортсменов в футболе.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Значение научно-исследовательской работы в футболе. 2. Методы исследования в футболе. 3. Метод педагогического наблюдения. 4. Метод объективной оценки. 5. Метод экспертных оценок. 6. Метод анализа и синтеза. 7. Педагогическое тестирование.	7	ОК 1 – 12; ПК 1.4, ПК 1.8
	Дифференцированный зачет	1	
	<b>Самостоятельная работа по МДК 01.01</b> 1. Основные термины в теории спортивных игр. 2. Биография выдающегося футболиста. 3. История футбольного клуба. 4. Динамика различных функциональных систем в многолетней подготовке футболистов. 5. Выполнение технических приемов игры в футбол. 6. Практическая работа с мячом. Совершенствование технических приемов игры в футбол в условиях лимита пространства и времени. 7. Общая и специальная физическая подготовка. 8. Изучение современных тактических схем в футболе. 9. Просмотр и подготовка отчета матчей Чемпионата России по футболу. 10. Составление план-конспекта учебно-тренировочного занятия, направленного на обучение и совершенствование техники игры в футбол. 11. Составление план-конспекта учебно-тренировочного занятия тактической направленности.	194 4 5 5 4 36 36 16 10 10 10 10 15	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	12. Изучение и поиск новых форм воспитательной работы с футболистами разного возраста. 13. Поиск новых средств восстановления организма после физических нагрузок. 14. Составление годового плана подготовки команды.	14 20	
<b>УП.01 Учебная практика</b>	Виды работ: - прохождение инструктажа по технике безопасности, предупреждению травматизма и оказанию первой помощи; - разбор и анализ планов учебно-тренировочных занятий; - составление плана тренировочного процесса; - просмотр и анализ учебно-тренировочных занятий по футболу; - выполнение анализа учебно-тренировочных занятий по футболу; - разработка и оформление конспектов учебно-тренировочных занятий по футболу; - систематизация учебно-тренировочных материалов, определение цели и задач учебно-тренировочного занятия по футболу; - проведение учебно-тренировочных занятий по футболу; - самоанализ учебно-тренировочных занятий по футболу	12	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8
<b>ПП. 01 Производственная практика</b>	Виды работ: - подготовка планов-конспектов тренировки по футболу (по заданию тренера); - проведение подготовительной и заключительной части учебно-тренировочного занятия, используя различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий со спортсменами разного возраста; - проведение подготовительной и заключительной части занятия, используя различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий со спортсменами разной физической подготовленности; - проведение учебно-тренировочных занятий различной направленности, применительно к различным организационным формам подготовки спортсменов различного возраста и подготовленности; - освоение навыков применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдения техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях; - анализ учебно-тематических планов тренера и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;	72	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<ul style="list-style-type: none"><li>- наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами;</li><li>- работа с программными документами, составление рабочих материалов для работы со спортсменами (индивидуальные занятия и пр.);</li><li>- подготовка наглядных учебных пособий (презентаций, видеофильмов) для использования в процессе тренировочной и соревновательной подготовки</li></ul>		
	<b>Самостоятельная работа по МДК 01.01</b>	194	ОК 1 – 12; ПК 1.1 – 1.8
	1. Основные термины в теории спортивных игр.	4	
	2. Биография выдающегося футболиста.	5	
	3. История футбольного клуба.	5	
	4. Динамика различных функциональных систем в многолетней подготовке футболистов.	4	
	5. Выполнение технических приемов игры в футбол.	36	
	6. Практическая работа с мячом. Совершенствование технических приемов игры в футбол в условиях лимита пространства и времени.	36	
	7. Общая и специальная физическая подготовка.	16	
	8. Изучение современных тактических схем в футболе.	10	
	9. Просмотр и подготовка отчета матчей Чемпионата России по футболу.	10	
	10. Составление план-конспекта учебно-тренировочного занятия, направленного на обучение и совершенствование техники игры в футбол.	10	
	11. Составление план-конспекта учебно-тренировочного занятия тактической направленности.	10	
	12. Изучение и поиск новых форм воспитательной работы с футболистами разного возраста.	15	
	13. Поиск новых средств восстановления организма после физических нагрузок.	14	
14. Составление годового плана подготовки команды.	20		
<b>Раздел 2. Организация и проведение судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта (футбол)</b>	<b>638</b>		
МДК.01.02. Система подготовки судей в избранном виде спорта (футбол)			
I курс			
<b>Тема 1. Введение в предмет.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС
	1. История возникновения Правил игры в футбол. 2. История Всесоюзной коллегий судей (СССР), Всероссийской, Ленинградской - Санкт – Петербургской. История судейских комитетов: УЕФА, ФИФА, РФС.	8	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>3. Полные и сокращенные наименования и определения футбольных организаций: ФИФА, Конфедерации, РФС, РФПЛ, ФНЛ, ПФЛ, ДМФ, МРО «Северо–Запад», ФФ, ДЖФ, игрок, инспектор, судья, помощник судьи, резервный судья, участие в матче, календарь соревнования, протокол матча, спортивная школа и т.д.</p> <p>4. Совместные выводы. Механизм выдвижения судей на судейство соревнований под эгидой города, региона, России, УЕФА, ФИФА.</p> <p>5. Что такое спортивное судейство? Спортивный судья, арбитр, рефери.</p> <p>6. Специализации спортивных судей, профессиональный и карьерный рост в судейской деятельности в области спорта.</p> <p>7. Морально-этический облик судьи.</p> <p>8. Современные тенденции развития футбола и роль судьи в этом процессе.</p>		«Спортивный судья»
	<b>Практические занятия</b>		
	<p>1. Изучение и анализ списка арбитров и ассистентов ФИФА текущего года, сравнительный анализ среднего возраста, опыта судейской деятельности на высшем уровне и представительства по странам входящих в него судей.</p>	2	
<b>Тема 2. Этические нормы в области спорта. Правило №5 (Судья)</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	7	
	<p>1. Что мы понимаем под термином «этика» в области спорта? Что такое здоровая спортивная конкуренция и соревновательный дух?</p> <p>2. Фундаментальная разница между физкультурой, массовым спортом и спортом высоких достижений.</p> <p>3. Административные обязанности судьи во время и после окончания матча. Протокол матча.</p> <p>4. Полномочия судьи. Решения судьи. Права и обязанности. Преимущество.</p> <p>5. Диагональная система судейства футбольных матчей. Позиция судьи на поле в разных игровых ситуациях.</p> <p>6. О выработке характера судьи.</p> <p>7. Язык жестов, использование свистка и вербальных сигналов судьей матча.</p>	7	
	<b>Практические занятия:</b>	20	
	<p>2. Специализированная тренировка для главных судей: способы перемещения арбитра по полю.</p>	1	
	<p>3. Контрольная работа по правилу №5.</p>	2	
	<p>4. Специализированная тренировка для главных судей: показ карточек, работа со свистком.</p>	2	
	<p>5. Совместное изучение и анализ последней редакции Закона «о коррупции в спорте».</p>	1	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	6. Специализированная тренировка для главных судей: способы перемещения.	2	
	7. Специализированная тренировка для главных судей: диагональная система судейства.	2	
	8. Специализированная тренировка для главных судей: позиции судьи на поле в разных игровых ситуациях	4	
	9. Практическое судейство матча детско-юношеского или любительского уровня в качестве резервного судьи.	4	
	10. Практическое судейство матча детско-юношеского или любительского уровня в качестве главного судьи.	4	
<b>Тема 3</b> Регламент соревнований по футболу. Правило №1 (Поле для игры). Правило №2 (Мяч). Правило №4 (Экипировка игроков). Правило №12. (Нарушения правил и недисциплинированное поведение), основные понятия и определения.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>14</b>	
	1. Регламент соревнования и правила игры в футбол. 2. Взаимосвязь регламента и правил игры. Фундаментальные отличия этих понятий. 3. Практическое применение правил. 4. Регламент соревнований и положения о соревнованиях. 5. Правило №1 «Поле для игры». Разметка поля. 6. Правило №1 «Поле для игры». Нарушения правила № 1. 7. Правило №2 «Мяч». 8. Правило №4 «Экипировка игроков» 9. Основные определения и текст правила №12 «Нарушения правил и недисциплинированное поведение». 10. Нарушения наказуемые предупреждением: часть 1. 11. Нарушения наказуемые предупреждением: часть 2. 12. Нарушения наказуемые удалением: часть 1. 13. Нарушения наказуемые удалением: часть 2. 14. Что регламентирует правило № 12?	14	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия:</b> 11. Проверка исправности контрольно-измерительных приборов, используемых в футболе. Оценка экипировки футболиста на соответствие правилу №4. Проверка мячей на соответствие правилу №2.	1	
II курс			
<b>Тема 4.</b> Правило №3 (Игроки). Правило №12 (Нарушения правил и недисциплинированное поведение), техническая часть правила.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>26</b>	
	1. Теория и практика ведения единоборств за владение мячом. 2. Структура правила №12. 3. Оценка единоборств.	26	ОК 1 – 12; соответствие ПС



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

4. Тенденции современного футбола в области единоборств. 5. Игра рукой. Основные критерии. 6. Контрольная работа по правилу №12. 7. Сравнительный анализ Регламентов Чемпионата России (РПЛ), Первенства Санкт-Петербурга по футболу и МРО «Северо – Запад». Часть 1. 8. Сравнительный анализ Регламентов Чемпионата России (РПЛ), Первенства Санкт-Петербурга по футболу и МРО «Северо – Запад». Часть 2. 9. Дифференцирование игроков по Правилу №3. 10. Нарушения игры, наказываемые штрафным и свободным ударами. 11. Критерии толчка как нарушения. 12. Критерии правильного подката. 13. Критерии при определении блокировка. 14. Критерии при определении задержки. 15. Тактика мелкого нарушения. 16. Симуляция и другие виды неспортивного поведения. 17. Игра рукой. Критерии оценки. 18. Перспективная атака. 19. Лишение соперника явной возможности забить гол. 20. Применение дисциплинарных санкций. 21. Применение чрезмерной силы. 22. Агрессивное поведение. 23. Опасная игра и опасное нападение. Видеотест по правилу №12. 24. Формулировки записи в протокол матча. 25. Применение «принципа преимущества». 26. Условия использования «принципа преимущества».		«Спортивный судья»
<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
1. Фол по неосторожности.	1	
2. Безрассудство.	1	
3. Оценка единоборств и трактовка Правила № 12. Часть 1.	1	
4. Оценка единоборств и трактовка Правила № 12. Часть 2.	1	
5. Сигналы, жесты судьи, помощников судьи.	1	
6. Техника, эстетика передвижений.	1	
7. Тренировка по перемещению на футбольном поле.	1	
8. Практика выбора позиции и угла обзора на поле.	1	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	9. Практическое судейство.	4	
<b>Тема 5.</b> Безопасность участников и зрителей при проведении спортивно-массовых мероприятий. Информирование и контроль размещения зрителей при проведении спортивного соревнования.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1. Требования к оборудованию и спортивным сооружениям. 2. Меры, предпринимаемые судейской бригадой для обеспечения безопасности.	2	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия:</b> 10. Осмотр места проведения спортивного соревнования. 11. Корректировка замечаний после осмотра стадиона. 12. Оказание первой помощи на поле. Часть 1. 13. Оказание первой помощи на поле. Часть 2.	4	
<b>Тема 6.</b> Правило №6 (Другие официальные лица матча).	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>24</b>	
	1. Общий обзор Правила №6. 2. Обязанности «других официальных лиц матча». 3. Взаимодействие арбитров. 4. Обязанности помощника судьи. 5. Обязанности резервного судьи. 6. Обязанности дополнительного помощника судьи и резервного помощника судьи. 7. Сигналы и жесты помощников судьи. 8. Обязанности инспектора матча. 9. Суть инспектирования. 10. Обязанности делегата и комиссара матча. 11. Система VAR, видеоассистенты. 12. Стоп-кадр и перспективы развития. 13. Командная работа: основные принципы. 14. Расположение помощников судьи и дополнительных помощников судьи. 15. Расположение и действия членов судейской бригады при угловом ударе. 16. Расположение и действия членов судейской бригады при штрафном и свободном ударах. 17. Расположение и действия членов судейской бригады при ситуации «гол - не гол». 18. Расположение и действия членов судейской бригады при ударе от ворот, ударах с 11-метровой отметки. 19. Расположение и действия членов судейской бригады при конфронтациях. 20. Техника использования флага помощниками при нарушениях в штрафной площади, нарушениях в штрафной площади и за ее пределами. 21. Взаимодействие при преимуществе, фиксация добавленного времени.	24	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	22. Бип-сигнал и электронная коммуникационная система, дополнительные помощники судьи. 23. Контрольная работа по правилу №6. 24. Другие советы по взаимодействию внутри судейской бригады во время матча: преимущество, добавленное время, задержка соперника, положение «вне игры», оказание помощи/оценка после нарушений, за которые вынесено предупреждение/удаление.		
	<b>Практические занятия:</b> 14. Особенности применения VAR. 15. Практические рекомендации для официальных лиц матча. 16. Техника использование флага помощниками судьи. 17. Взаимодействие при задержке соперника и положении «вне игры». 18. Оказание помощи/оценка после нарушений, за которые вынесено предупреждение/удаление. 19. Отработка техники перемещения помощника судьи. 20. Отработка навыка фиксации нарушений флагом. 21. Упражнения на определение положения «вне игры». 22. Упражнения на определение в ситуации «гол-не гол». 23. Упражнения на определение принципа преимущества. 24. Практическое судейство.	<b>20</b> 1 1 1 1 1 1 2 2 2 2 6	
<b>Тема 7.</b> Взаимодействие с участниками спортивных соревнований для организации и координации их действий. Информирование о подготовке, ходе проведения и о результатах спортивных соревнований всех заинтересованных лиц.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Виды и формы заявок команд, жеребьёвка. 2. Информационное обеспечение соревнований. 3. Правила пользования коммуникационными технологиями.	<b>3</b> 3	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия</b> 26. Права и обязанности главного судейского комитета соревнований. 27. Подготовка зонального этапа соревнований. 28. Формирование итоговой отчетности этапа зональных соревнований.	<b>11</b> 1 6 4	
<b>Тема 8</b> Правило №7 (Продолжительность матча). Правило №8 (Начало и возобновление игры). Правило №9 (Мяч в игре и не в игре). Протесты в футболе.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Процедурные правила. 2. Несоблюдение процедурных правил и протесты. 3. Правило №8 «Начало и возобновление игры». 4. Правило №9 «Мяч в игре и не в игре»	<b>4</b> 4	
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	29. Оценка положения мяча относительно линий, ограничивающих поле.	1			
	30. Определение взятия ворот.	2			
	31. Оценка положения мяча относительно линий, ограничивающих поле.	1			
	32. Практическое судейство.	2			
<b>Тема 9.</b> Правило №10 (Определение результата матча). Правило №14 (11-метровый удар).	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>			
	1. Правило №10 «Определение результата матча».	4	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»		
	2. Серия послематчевых пенальти.				
	3. Правило №14 «11-метровый удар».				
4. Контрольная работа по правилам №10 и №14.					
	<b>Практические занятия:</b>	<b>6</b>			
	33. Основные нарушения и методы их профилактики при 11-метровых ударах.	4			
	34. Практическое судейство.	2			
<b>Тема 10.</b> Правило №13 (Штрафной и сводный удары). Правило №15 (Вбрасывание мяча). Правило №16 (Удар от ворот). Правило №17 (Угловой удар).	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>			
	1. Правило №13 «Штрафной и свободный удары».	4	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»		
	2. Правило №15 «Вбрасывание мяча».				
	3. Правило №16 «Удар от ворот».				
	4. Правило №17 «Угловой удар».				
		<b>Практические занятия:</b>		<b>20</b>	
		35. Жесты и сигналы судьи и ассистентов судей при штрафном/свободном ударах.		2	
		36. Жесты и сигналы судьи и ассистентов судей при вбрасывании мяча, угловом ударе и ударе от ворот.		2	
		37. Практика установки стенки.		1	
		38. Управление игроками при стандартных положениях		1	
	39. Профилактика нарушений в штрафной площади при выполнении стандартных положений».	2			
	40. Практическое судейство.	12			
<b>III курс</b>					
<b>Тема 11.</b> Правило №11 (Вне игры)	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>			
	1. Определение понятия «вне игры».	8	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»		
2. Современная трактовка положения «вне игры».					
3. Извлечение преимущества из нахождения в положении «вне игры».					
4. Трактовка «вмешательства» в игру при «вне игры».					
5. Трактовка помехи сопернику при определении «вне игры».					
6. Наиболее часто встречаемые ошибки при определении «вне игры».					



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	7. Игровые ситуации при которых нет положения «вне игры». 8. Теоретическое тестирование по правилу 11.		
	<b>Практические занятия:</b>	<b>18</b>	
	1. Практические упражнения на отработку принятия решения по «вне игры».	1	
	2. Практические упражнения на отработку принятия решения по «вне игры» на средней линии.	1	
	3. Определение «вне игры» при вмешательстве в игру.	1	
	4. Практическое тестирование по правилу 11.	2	
	5. Определение «вне игры» при создании помехе сопернику.	1	
	6. Определение «вне игры» при извлечении преимущества игроком, находящимся вне игры.	1	
	7. Определение «вне игры» при травме одного из защитников.	1	
	8. Определение «вне игры» при нахождении игрока на линии ворот.	1	
	9. Практическое тестирование по определению положения «вне игры».	1	
	10. Тренировка определения положения «вне игры» в смоделированных эпизодах.	4	
	11. Практическое судейство матчей в качестве ассистента.	4	
<b>Тема 12.</b> Подготовка и обеспечение эксплуатации спортивного и технологического оборудования, инвентаря, экипировки.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	1. Требования к спортивному и технологическому оборудованию, инвентарю. 2. Способы проверки технологического оборудования, экипировки в целях проведения соревнований. 3. Правила эксплуатации технологического оборудования. 4. Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией. 5. Порядок составления установленной отчетности. 6. Подготовка отчетности по установленной форме. 7. Передача в главную судейскую коллегию отчетности по установленной форме. 8. Качественные характеристики спортивного и технологического оборудования.	8	
	<b>Практические занятия:</b>		
	12. Инспектирование спортивного объекта. 13. Замеры поля и проверка разметки. 14. Проверка приема готовности стадиона к проведению соревнований. 15. Осмотр подтрибунных помещений. 16. Осмотр мест размещения зрителей, необходимого оборудования. 17. Осмотр системы безопасности стадиона. 18. Заключение акта о неготовности стадиона к соревнованиям.	8	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	19. Составление акта готовности стадиона к проведению соревнований.		
<b>Тема 13.</b> Развитие и эволюция правил игры в футбол.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	1. IFAB, FIFA, UEFA, РФС и их влияние на эволюцию правил игры. 2. Цель изменений в правилах, обзор основных изменений. 3. Принципы единой интерпретации Правил игры. 4. Сравнительный анализ игровых моментов и решений судей из матчей разных десятилетий.	4	
<b>Тема 14.</b> Тактическая, психологическая и методическая подготовка судьи по футболу.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	1. Общее понятие тактики в футболе. 2. Что такое выбор тактики и техники судейства? 3. Последовательность в принятии решений. 4. Искусство коммуникации как элемент контроля и управления игрой. 5. Изучение тактики играющих команд при подготовке к конкретному матчу. 6. Манера игры и характер отдельных игроков. 7. Построение взаимоотношений с ключевыми игроками, тренерским штабом и руководителями команд. 8. Построение правильных отношений до, во время и после матча. 9. Тенденции усовершенствования качества судейства на различных уровнях. 10. О дополнительных инструкциях для судей в преддверии матчей высокого уровня. 11. Предматчевый инструктаж. 12. Взаимодействия внутри бригады в отношении ключевых игроков.	12	
	<b>Практические занятия:</b> 20. Практические задания по управлению игроком. 21. Практические задания по выбору тактики судейства.	<b>2</b>	
<b>Тема 15.</b> Физическая подготовка судьи по футболу.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	1. Физическая подготовка как основа деятельности арбитра. 2. Методы и способы оценки физического состояния и физической готовности. 3. Различные виды тестов по физической подготовке. 4. Способы, методы и техника передвижений. 5. Формирование долгосрочного тренировочного плана. 6. Четыре качества физической подготовки. 7. Взаимодействие скорости, силы, выносливости и гибкости. 8. Поддержание формы в не соревновательный и соревновательный периоды.	8	
	<b>Практические занятия:</b>	<b>14</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	22. Тестирование скорости арбитра упражнением «Спринт».	1	
	23. Тестирование скоростной выносливости арбитра упражнением «Бип-тест».	1	
	24. Тестирование скоростной выносливости арбитра упражнением «Yo-Yo».	1	
	25. Тестирование скорости арбитра упражнением «Отрезки».	1	
	26. Тестирование скоростной выносливости арбитра упражнением «Фарт-лэк».	1	
	27. Тестирование скоростной выносливости арбитра упражнением «Динамическое Yo-Yo».	1	
	28. Тестирование скоростной выносливости арбитра упражнением «Ariet test».	1	
	29. Тестирование скоростной выносливости арбитра упражнением «Испанский квадрат».	1	
	30. Проработка и апробация собственного плана на сезон.	4	
	31. Пробная сдача тестов по физической подготовке, применяемых ФИФА.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
<b>Тема 16.</b> Система подготовки и совершенствования судей по футболу в рамках работы местных (городских, районных, областных, межрегиональных) федераций футбола.	1. Современные механизмы набора, обучения и продвижения судей по футболу.	4	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	2. Судейские категории.		
	3. Взаимодействие судьи с организациями, действующими в области физкультуры и спорта.		
4. Организация судейства матчей неофициальных любительских соревнований.			
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	32. Выполнение требований для оформления представления на судейскую категорию.		
<b>Тема 17.</b> Разрешение спорных и неурегулированных правилами вида спорта ситуаций.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	1. Прецедентность правил игры в футбол.	2	
	2. Методика поиска разрешения сложных игровых ситуаций в правилах игры.		
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	33. Формирование собственной экспертной оценки по смоделированному игровому моменту.		
<b>Тема 18.</b> Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по завершению соревнований.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья» от 23 октября 2015 г. № 769 Н
	1. Организация работы секретариата спортивного соревнования.	8	
2. Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией.			
3. Обеспечение взаимодействия секретариата с другими службами соревнований.			
4. Главная судейская коллегия.			
5. Разработка графика проведения спортивных соревнований.			
6. Регистрация явки судей в дни соревнований, ведение учета их работы.			
7. Обязанности пресс-центра.			



	8. Обязанности RLO.		
	<b>Практические занятия:</b> 34. Разработка штатного расписания и организационной структуры секретариата соревнований. 35. Составление перечня-заявки на инвентарь. 36. Моделирование открытия соревнования. 37. Моделирование закрытия соревнования. 38. Рассмотрение поступившего протеста. 39. Подготовка материалов, необходимых для рассмотрения протеста. 40. Практика видеосъемки соревнования. 41. Практика обработки видеоматериалов соревнования.	8	
<b>Тема 20.</b> Система восстановительных мероприятий.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	1. Правильное восстановление после матча. 2. Восстановительные упражнения. 3. Психологические аспекты восстановления, успешное преодоление и оценка негативного опыта. 4. Роль качества питания и сна в восстановительном процессе.	4	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия:</b> 42. Варианты восстановительной тренировки.	4	
<b>Тема 21.</b> Самоанализ в профессиональной деятельности спортивного судьи.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	1. Роль самоанализа в развитии профессиональных качеств футбольного арбитра. 2. Бланк самоанализа. Дневник самоанализа. 3. Анализ собственных действий на поле без видеозаписи. 4. Учет мнений других участников и профессиональных наблюдателей.	4	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия:</b> 43. Совместный анализ матча Лиги Чемпионов.	4	
IV курс			
<b>Тема 21.</b> Самоанализ в профессиональной деятельности спортивного судьи.	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1. Основные принципы расположения и движения арбитра. 2. Важность пространства между арбитрами и игроками. 3. Диагональная система перемещения арбитра. 4. Расположение помощников судьи и дополнительных помощников судьи. 5. Чувство момента как основа контроля и управления игрой. 6. Чтение игры и прогнозирование развития матча.	6	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Практические занятия:</b> 1. Практические упражнения на отработку оптимального выбора позиции во время стандартного положения. 2. Практические упражнения на отработку оптимального выбора позиции в ходе игры. 3. Практические упражнения на выработку оптимального движения по диагонали. 4. Практика навыка контроля в различных игровых ситуациях. 5. Практика навыка управления игроками в ходе матча. 6. Методика перемещения и выбор позиции в конкретных игровых ситуациях (переход от обороны к атаке, потеря мяча и др.). 7. Физическая подготовка судьи. 8. Развитие скоростной выносливости арбитра.	8	
<b>Тема 22.</b> Спортсмены-инвалиды. Адаптивный спорт.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. История развития паралимпийского движения. 2. Оценка спортивных возможностей спортсменов, имеющих отклонения в состоянии здоровья.	2	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия:</b> 9. Тесты для отбора игроков с ограниченными возможностями. 10. Критерии отбора игроков и оформление заявочного листа.	2	
<b>Тема 23.</b> Допинг в современном спорте.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	1. Физиологические позитивные воздействия допинга на организм. 2. Физиологические негативные воздействия допинга на организм. 3. Разрешенные и запрещенные препараты. 4. БАДы, витамины, энергетики.	4	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Практические занятия:</b> 11. Допинг тест, особенности проведения.	2	
<b>Тема 24.</b> Качество судейства.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Повторение текста правил игры. 2. Совместное изучение возникших в процессе обучения вопросов по правилам игры в футбол. 3. Навыки, умения и компетенции спортивного судьи. 4. Основные критерии подхода оценки работы судей. 5. Качество судейства. 6. Персональные качества судей. 7. Применение и трактовка правил игры.	15	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	8. Методика судейства. 9. Физические кондиции и оптимальность их применения. 10. Контроль дисциплины игроков и официальных лиц. 11. Контроль и управление игрой. 12. Личные качества арбитра. 13. Помощники судьи: правильность выносимых решений. 14. Персональные качества помощника судьи 15. Оценка возникающих ситуаций помощником, взаимодействие с судьей.		
	<b>Практические занятия:</b> 12. Практическое судейство футбольных матчей.	21	
<b>УП.01 Учебная практика</b>	<b>Виды работ:</b> - прохождение инструктажа по технике безопасности, предупреждению травматизма и оказанию первой помощи; - разбор и анализ планов занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - просмотр и анализ занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - выполнение анализа занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - разработка и оформление конспектов занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - проведение занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - самоанализ занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - заполнение протокола матча - выявление фактов нарушений Правил игры в футбол; - принятие решений по нарушениям Правил; - анализ событий и технических действий участников соревнований по футболу	23	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»
	<b>Дифференцированный зачет по учебной практике</b>	1	
<b>ПП. 01 Производственная практика</b>	<b>Виды работ:</b> - проведение соревнований по футболу с практикой судейства; - участие в проведении соревнований по футболу муниципального, регионального масштаба; - анализ методики судейства соревнований, разработка документации соревнований различного масштаба (по заданию тренера); - разбор, анализ, составление документации по проведению соревнований по технической и физической подготовке в футболе.	36	ОК 1 – 12; соответствие ПС «Спортивный судья»



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ.**

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

Для реализации программы модуля предусмотрен **кабинет теории и истории физической культуры; теории и методики избранного вида спорта; универсальный спортивный зал.**

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству учащихся,
- рабочее место преподавателя,
- шкафы для хранения наглядных пособий,
- раздаточные материалы,
- задания-тесты,
- комплект учебных пособий для обучающихся,
- комплект учебно - методических пособий преподавателя.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, подключенный к сети Интернет
- электронные носители информации по дисциплине,
- мультимедийная установка,
- подключение к глобальной сети Интернет.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения.**

##### **Основные источники:**

1. Богданов А.И., Будогосский А.Д., Верхолетов К.Е., Кобзев А.В., Крикун А.Р., Кудряшов Е.О., Кулагин В.В., Спириин А.Н., Шульгин А.С., Турбин Е.А. Третья Общероссийская обучающая Программа Футбол. Правила игры 2014-2015. Power Point. 1500 проекционных слайдов. 492 видеослайда. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2014
2. Будогосский А.Д., Васильев А.С., Крикун А.Р., Орлов П.В., Турбин Е.А. Настольная книга тестов для футбольного арбитра с диском интерактивного опроса. Издание второе дополненное. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2014, 175 с+ Диск.
3. Вдовин М.В., Крупорушников А.Ю., Гончаров А.А., Турбин Е.А. Организация системы проведения занятий по физической подготовке. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2013, 28с.
4. Правила игры 2014-2015. (Футбол). М. РФС, 139 с.

##### **Дополнительные источники:**

5. Будогосский А.Д., Енютин В.Л., Спириин А.Н., Турбин Е.А «Самоанализ в практической деятельности футбольного арбитра» (диск в формате MPEG). Второе издание. «Центр – «Футбольный арбитр» М.2011.
6. А.Будогосский, А.Крикун, М.Похлебин, Е.Турбин Учебно-тестовая программа «Точка» (Движение и позиция). Учебно-методический материал в формате DVD для судей по футболу, инструкторов, преподавателей семинаров, курсов, школ, академий, центров подготовки футбольных арбитров. М. «Центр – «Футбольный арбитр» М.2015
7. Богданов А.И., Будогосский А.Д., Кобзев А.В., Турбин Е.А. Типичные ошибки молодых судей начального уровня подготовки в процессе обучения и формирования профессиональных навыков (Учебно-методическое пособие для преподавателей школ молодого футбольного арбитра»). DVD фильм. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2013.
8. Богданов А.И., Будогосский А.Д., Верхолетов К.Е., Зайев Д.С., Крикун А.Р. Турбин Е.А. Принцип преимущества. Учебно-методическое пособие. Презентация в Power Point, 80 видеофрагментов в формате MPEG. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2012.



9. Будогосский А.Д., Енютин В.Л., Спирин А.Н., Турбин «Программа подготовки ассистента судьи на учебно-тренировочном сборе» (диск в формате MPEG-DVD) «Центр – «Футбольный арбитр» Второе издание. М.2012.

10. Будогосский А.Д., Енютин В.Л., Спирин А.Н., Турбин Е.А «Мелкий фол. Основы критериального подхода к оценке игровых ситуаций» (учебно-методическое видеопособие в формате Power Point с видеофрагментами и тестами). Третье издание «Центр – «Футбольный арбитр» М.2012.

**Методические пособия для обучающихся:**

1. Богданов А.И., Будогосский А.Д. Школа ассистента судьи. DVD фильм. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2012.
2. Будогосский А.Д., Спирин А.Н., Турбин Е.А. Предматчевая разминка футбольного арбитра. Издание второе. «Центр – «Футбольный арбитр» М. 2011 DVD.
3. Турбин Е.А. Движение и выбор позиции в судействе соревнований по футболу. Конспект лекций для слушателей «Центра-«Футбольный арбитр». «Центр –«Футбольный арбитр» М. 2013, диск в формате Power Point

**Интернет-ресурсы:**

- [FIFA.COM](http://FIFA.COM)
- [UEFA.COM](http://UEFA.COM)
- [RFS.RU](http://RFS.RU)
- [REFEREE.RU](http://REFEREE.RU)
- [SPORTREFEREE.RU](http://SPORTREFEREE.RU)
- [REFCENTER.RU](http://REFCENTER.RU)



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

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия. ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия. ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью. ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию. ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь. ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Правильная постановка целей и задач в тренировочный и соревновательный периоды, умение планировать и проводить учебно-тренировочные занятия. Проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта; наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий. Правильный анализ учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, умение разрабатывать предложения по его совершенствованию. Знание приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. Знание документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов. Знать основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта; теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта. Знать организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в	Текущий контроль в форме: - наблюдения за выполнением практических заданий; - зачетов по темам; - оценка выполнения практических заданий учащимися; - накопительная оценка по всем видам работ.  Зачеты по учебной и производственной практикам.  Зачет по технике безопасности.  Оценки рефератов по темам.  Оценка качества выполнения курсовой работы.  Оценка контрольных нормативов по физической готовности.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>избранном виде спорта; умело использовать на практике теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта. Качественно подбирать, умело и безопасно использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.</p> <p>Уметь применять различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям и развития физических качеств.</p>	
--	--	--

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

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и</p>	<p>Инициативность в процессе освоения профессиональной деятельности, активность в процессе обучения, наличие положительных отзывов по итогам практики, участие в соревнованиях и спортивных конкурсах, участие в профориентационной работе.</p> <p>Оценка эффективности и качества выполнения теоретических и практических заданий; выбор, применение методов и способов решения профессиональных задач.</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических заданий; дипломы, грамоты, участие в соревнованиях и спортивных конкурсах, волонтерская деятельность на спортивно-массовых мероприятиях и профессиональных соревнованиях.</p> <p>Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося в процессе освоения программы обучения.</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p> <p>ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.</p> <p>ОК 12. Владеть профессионально значимыми</p>	<p>Осуществление анализа в процессе учебной и производственной практик. Решение стандартных и нестандартных профессиональных задач, анализ результатов работы. Нахождение и использование информации для эффективного выполнения профессиональных задач. Самостоятельная оценка эффективности и качества выполнения профессиональных задач. Эффективный поиск необходимой информации для профессиональной деятельности, включая электронные средства и Интернет - ресурсы. Активное взаимодействие с обучающимися, преподавателями, действующими спортсменами и судьями высокого уровня, тренерами. Соблюдение этических норм поведения, толерантность. Самоанализ и коррекция результатов собственной работы. Организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля. Анализ новых методов тренировочного процесса, современных разработок в области медицинского обеспечения, питания и восстановительных процедур. Изучение современного тренировочного инвентаря и оборудования. Использование средств профилактики травматизма.</p> <p>Уметь общаться на достаточном уровне и</p>	<p>Экспертная оценка практических занятий при выполнении работ по учебной и производственной практикам.</p> <p>Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы (тесты, рефераты, электронные презентации и доклады по темам).</p>
--	---	---



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	обсуждать профессиональные вопросы с использованием специальных терминов на английском языке	
--	--	--





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение I.2  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ПМ.02 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ**

Санкт-Петербург  
2021 г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

### **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

### **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ (ВИДА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)**



## 1. 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

### 1. Область применения программы

Программа профессионального модуля (далее – программа) – является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура** в части освоения основного вида деятельности (ВД): организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения и соответствующих общих и профессиональных компетенций.

#### **Общие компетенции (ОК):**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

#### **Профессиональные компетенции (ПК):**

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.



## **1.2. Цели и задачи профессионального модуля – требования к результатам освоения профессионального модуля**

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

### **иметь практический опыт:**

- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

### **уметь:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

### **знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; основные виды и приемы массажа

### **1.3. Количество часов на освоение программы профессионального модуля:**

Учебная нагрузка по дисциплине «Физическая культура» в связи со спецификой специальности в сумме 100 часов учитывается в объеме времени, отведенном на освоение МДК.02.01 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет **1743** часа, в том числе:



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **1250** часов, из них курсовой проект – **36** часов;

самостоятельной работы обучающегося – **493** часа;

учебной и производственной практики – **252** часа.

Максимальная учебная нагрузка студента по МДК 02.01. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки составляет **1153** часа:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **783** часа;

- самостоятельной работы обучающегося – **370** часов, в том числе:

Максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет:

по МДК.02.01.01 «Подвижные игры» - **82** часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **55** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **27** часов;

по МДК.02.01.02 «Плавание» - **58** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **39** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **19** часов;

по МДК.02.01.03 «Волейбол» - **74** часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **48** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **26** часов;

по МДК.02.01.04 «Баскетбол» - **60** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **48** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **12** часов;

по МДК.02.01.05 «Лыжный спорт» - **128** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **80** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **48** часов;

по МДК.02.01.06 «Кроссфит» - **80** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **54** часа;

- самостоятельной работы обучающегося – **26** часов;

по МДК.02.01.07 «Легкая атлетика» - **122** часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **80** часа;

- самостоятельной работы обучающегося – **42** часа;

по МДК.02.01.08 «Гимнастика» - **128** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **86** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **42** часа;

по МДК.02.01.09 «Фитнес-технологии» - **153** часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **103** часа;

- самостоятельной работы обучающегося – **50** часов;

по МДК.02.01.10 «Атлетическая гимнастика» - **77** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **52** часов;

- самостоятельной работы обучающегося – **25** часов;

по МДК.02.01.11 «Туризм» - **96** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **64** часа;

- самостоятельной работы обучающегося – **32** часа;

по МДК.02.01.12 «Настольный теннис» - **59** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **38** часов;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- самостоятельной работы обучающегося – 21 час;

По МДК.02.02 «Организация физкультурно-спортивной работы» - 153 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 93 часа;
- самостоятельной работы обучающегося – 60 часов

По МДК.02.03 «Лечебная физическая культура и массаж» - 185 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 122 часа;
- самостоятельной работы обучающегося – 63 часа

#### 1.4 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:

Вариативные часы (140 часов) направлены на углубление и расширение основных понятий в рамках освоения МДК профессионального модуля.

Компетенция	В результате освоения профессионального модуля в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Количество часов
МДК 02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки			
Соответствие требованиям WSR Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям спортивное оборудование и инвентарь	<u>Уметь:</u> подбирать, использовать, очищать и хранить все оборудование и материалы в безопасности, чистоте и в соответствии с инструкциями; <u>Знать:</u> Назначение, применение, уход и техническое обслуживание всего оборудования, а также правила безопасности; время, необходимое для выполнения каждого задания в соответствии с возрастом; методы и приемы работы с оборудованием и инвентарем	МДК.02.01.09 Фитнес-технологии Тема 1.3 Хореография в аэробике Тема 1.9 Фитбол Тема 1.10 Пилатес	30
	<u>Уметь:</u> осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач; <u>Знать:</u> виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	Курсовой проект	36
МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы			
Профессиональный стандарт «Инструктор-методист» ОТФ С: Проведение физкультурно-	<u>Уметь:</u> планировать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; Проверять исправность	Тема 1. Общие основы организации физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся Тема 2. Особенности	79





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации и обеспечение безопасности в спортивном сооружении и на его территории</p>	<p>оборудования и спортивного инвентаря, спортивной техники <u>Знать:</u> основы спортивно-массовой работы; безопасные методы и приемы выполнения работ на спортивных объектах</p>	<p>организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся Тема 3. Оздоровительно-рекреационная и реабилитационная физическая культура Тема 4. Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы. Тема 5. Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. Тема 6. Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.</p>	
<b>МДК.02.03 Лечебная физическая культура и массаж</b>			
	<p><u>Уметь:</u> применять инновационные методики ЛФК; подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; <u>Знать:</u> современные, инновационные методики ЛФК</p>	<p>Тема 1.3. ЛФК при травмах. Составление комплексов ЛФК при травмах. Тема 1.4. ЛФК при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы. ЛФК при нарушении обмена веществ и недостаточном кровообращении. Тема 1.5 ЛФК при заболевании нервной системы. Тема 1.6 ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата Тема 1.7 Организация занятий ЛФК в специальных медицинских группах в школе</p>	40



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

### 2.1. Тематический план профессионального модуля

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего часов (макс. учебная нагрузка и практики)	В форме практической подготовки	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)				Практика	
				Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося	Учебная, часов	Производственная (по профилю специальности), часов
				Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов			
ПК 2.1 – 2.6	МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	1153	783	783	502	36	370		
ПК 2.4, ПК 2.5	МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы	153	93	93	39		60		
ПК 2.1, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.6	МДК.02.03 Лечебная физическая культура и массаж	185	122	122	76	-	63		
	Учебная практика, часов	36	36					36	
	Практика (по профилю специальности), часов	216	216						216
	<b>Всего:</b>	<b>1743</b>	<b>1250</b>	<b>998</b>	<b>617</b>	<b>36</b>	<b>493</b>	<b>36</b>	<b>216</b>



## 2.2. Содержание обучения профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов ПМ, МДК и тем 1	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) 2	Объем часов 3	Элементы формируемых компетенций 4
<b>Раздел 1. МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки</b>		<b>1654</b>	
<b>МДК. 02.01.01 Подвижные игры</b>		<b>82</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Общие вопросы по теории подвижных игр.	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	У 1, 3, ,4, 7; З 1, 2, 3, 4, 6, 10, 12 ОК - 1, 2, 4, 5; ПК - 2.1
	1. История и этапы развития игры.		
	2. Подвижные игры как вид спортивной деятельности.		
	3. Техника безопасности в подвижных играх.		
	4. Цель и задачи подвижных игр.		
	5. Классификация и формы организации подвижных игр.		
	6. Оборудование и инвентарь для занятий подвижными играми.		
<b>Самостоятельная работа</b>	3		
1. Составить конспект по теме: «Значение подвижных игр в физическом воспитании детей»			
<b>Тема 1.2.</b> Содержание подвижных игр в оздоровительной физической культуре.	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	У 1, 3, ,4, 7; З 1, 2, 3, 4, 6, 10, 12 ОК - 1, 2, 4, 5; ПК - 2.1
	1. Подготовка к проведению игры. Критерии выбора игры.		
	2. Различные формы организации игры.		
	3. Требования к объяснению игры, роль показа во время объяснения.		
	4. Руководство процессом игры. Правильное распределение нагрузки в процессе игры. Подведение итогов игры.		
	5. Подвижные игры на уроках в школе. Планирование подвижных игр.		
6. Организация играющих: размещение играющих и место руководителя при объяснении игры. Выбор капитанов и помощников. Выделение водящих. Способы распределения на команды.			
<b>Тема 1.3.</b> Особенности организации и методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах и различной направленности	<b>Содержание</b>	<b>11</b>	У 1, 3, ,4, 7; З 1, 2, 6, 7, 8, 10, 12 ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	1. Методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах.		
	2. Методика проведения подвижных игр на развитие физических качеств		
	3. Методика проведения подвижных игр зимой на снегу		
	4. Методика проведения подвижных игр с элементами спортивных игр (баскетбола, волейбола)		
	5. Методика проведения подвижных игр в оздоровительных лагерях		
6. Методика проведения подвижных игр на переменах			



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

7. Подвижные игры на физкультурных праздниках		
<b>Практические занятия</b>	<b>32</b>	
Практическая работа 1: Методика проведения подвижных игр в 1-2 классе	4	
Практическая работа 2 Методика проведения подвижных игр в 3-4 классе	4	
Практическая работа 3 Методика проведения подвижных игр в 5-9 классе	4	
Практическая работа 4 Методика проведения подвижных игр в 10-11 классе	4	
Практическая работа 5 Методика проведения подвижных игр на развитие физических качеств	4	
Практическая работа 6 Методика проведения подвижных игр зимой на снегу	2	
Практическая работа 7 Методика проведения подвижных игр с элементами баскетбола	2	
Практическая работа 8 Методика проведения подвижных игр с элементами волейбола	2	
Практическая работа 9 Методика проведения подвижных игр в оздоровительных лагерях	2	
Практическая работа 10 Методика проведения подвижных игр на переменах	2	
Практическая работа 11: Подвижные игры на физкультурных праздниках.	2	
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>24</b>	
2. Самостоятельная работа: Разработайте картотеку подвижных игр для детей младшего школьного возраста.	3	У 1, 3, ,4, 7; З 1, 2, 6, 7, 8, 10, 12 ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
3. Самостоятельная работа: Разработайте картотеку подвижных игр для среднего школьного возраста.	3	
4. Самостоятельная работа: Разработайте картотеку подвижных игр для детей старшего школьного возраста.	3	
5. Самостоятельная работа: Разработайте картотеку подвижных игр для избранного вида спорта.	3	
6. Самостоятельная работа: Составить план проведения подвижной игры.	3	
7. Самостоятельная работа: Проанализировать проведенные игры по установленной схеме.	3	
8. Самостоятельная работа: Разработайте картотеку подвижных игр для внеклассной работы (игры на перемене, оздоровительном лагере, игры-аттракционы).	3	
9. Самостоятельная работа: Разработать положение соревнования по подвижным играм.	3	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций	
1	2	3		
<b>МДК. 02.01.02 Плавание</b>		<b>58</b>		
<b>Раздел 1. Научно-теоретические основы плавания.</b>				
<b>Тема 1.1. Изучение истории и этапов развития плавания.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6	
	1	История и этапы развития плавания.		
	2	Основные термины и понятия.		
	3	Плавание как вид спортивной деятельности.		
	4	Цель и задачи плавания.		
	5	Техника безопасности и правила поведения в воде.		
	<b>Практические занятия</b>			<b>3</b>
	1.	Проверка уровня плавательной подготовленности студентов.		<i>1</i>
2.	Лечебное, прикладное и спортивное значение плавания.	<i>1</i>		
3.	Контроль и самоконтроль на занятиях плаванием.	<i>1</i>		
<b>Тема 1.2. Изучение разновидностей оборудования и инвентаря для занятий плаванием.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6	
	1	Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий плаванием, особенности их эксплуатации.		
	<b>Практические занятия</b>			<b>2</b>
	4.	Ознакомление с разновидностями и требованиями к плавательным бассейнам. Стандартное оборудование: стартовые тумбочки, поручни для старта из воды, разграничительные дорожки, лестницы для выхода из воды, приспособления для обеспечения безопасности и др.		<i>1</i>
5.	Обучение технике плавания с использованием специального плавательного оборудования.	<i>1</i>		
<b>Тема 1.3. Изучение судейства в плавании.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4  У 1, 3, 5; 3 9; ОК 6, 10; ПК 2,3	
	1	Организация и проведение соревнований, их классификация.		
	2	Правила соревнований, правила прохождения дистанции.		
	3	Судейская коллегия и их обязанности. Судейские жесты.		
	<b>Практические занятия</b>			<b>3</b>
6.	Документы для проведения соревнований (положение о соревнованиях, календарный план, сроки и порядок подачи заявок, протоколы, карточки участников).	<i>1</i>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	7.	Обязанности главного судьи и секретаря соревнований. Обязанности судьи-стартера, судьи на финише. Обязанности судей-секундометристов.	1	
	8.	Подготовка места проведения соревнований и инвентаря. Подготовка наградной атрибутики. Подведение итогов.	1	
<b>Раздел 2. Обучение технике и методике двигательных действий в плавании.</b>				
<b>Тема 2.1. Особенности и методика развития физических качеств в плавании.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	У 1, 3, 4; 3 1, 2, 6, 7; ОК 1,2, 4; ПК 2,1; 2,2; 2,6
	1	Формы двигательной активности в плавании.		
	2	Развитие физических качеств у пловцов.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
	1.	Перечислить основные факторы, обеспечивающие оздоровительную направленность занятий плаванием.		
<b>Тема 2.2. Изучение основ техники и методики обучения плаванию.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Начальное обучение плаванию - освоения с водной средой.		
	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	9.	Физические свойства воды. Общая характеристика движений, обеспечивающих продвижение пловца. Закономерности статического плавания. Основы динамического плавания.	1	
	10	Начальное обучение плаванию – освоения с водной средой. Организация и методика проведения подвижных игр и развлечений на воде.	1	
<b>Тема 2.3. Изучение техники и методики обучения плавания способом кроль на груди.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>	
	1	Техника и методика обучения плаванию способом кроль на груди.		
	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	11	Техника и методика обучения движениям ног в согласовании с дыханием в плавании способом кроль на груди.	1	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	12	Техника и методика обучения движениям рук в согласовании с дыханием, а также плавание в полной координации движений способом кроль на груди.	1	ПК – 2.1, 2.4
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>4</b>	
	2.	Разработать комплекс упражнений на суше и в воде (по видам опоры), применяемых при освоении техники плавания способом кроль на груди.	2	
	3.	Составить таблицу характерных ошибок, возникающих у занимающихся при изучении техники плавания способом кроль на груди. В таблице привести перечень типичных ошибок, причины их возникновения, последствия, а также способы предупреждения и исправления.	2	
<b>Тема 2.4. Изучение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

техники и методики обучения плавания способом кроль на спине.	1	Техника и методика обучения плаванию способом кроль на спине.		
	<b>Практические занятия</b>		<b>3</b>	3 5;
	13	Техника и методика обучения движениям ног в плавании способом кроль на спине.	1	ОК 1,2, 4, 5, 6,
	14	Техника и методика обучения движениям рук в согласовании с дыханием, а также плавание в полной координации движений способом кроль на спине.	2	8
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>		<b>4</b>	ПК – 2.1, 2.4
	4.	Разработать комплекс упражнений на суше и в воде (по видам опоры), применяемых при освоении техники плавания способом кроль на спине.	2	
5.	Составить таблицу характерных ошибок, возникающих у занимающихся при изучении техники плавания способом кроль на спине. В таблице привести перечень типичных ошибок, причины их возникновения, последствия, а также способы предупреждения и исправления.	2		
Тема 2.5. Изучение техники и методики обучения плавания способом брасс.	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Техника и методика обучения плаванию способом брасс.		
	<b>Практические занятия</b>		<b>3</b>	3 5;
	15	Техника и методика обучения движениям ног в согласовании с дыханием в плавании способом брасс.	1	ОК 1,2, 4, 5, 6,
	16	Техника и методика обучения движениям рук в согласовании с дыханием и плавание в полной координации движений способом брасс.	2	8
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>		<b>4</b>	ПК – 2.1, 2.4
6.	Разработать комплекс упражнений на суше и в воде (по видам опоры), применяемых при освоении техники плавания способом брасс.	2		
7.	Составить таблицу характерных ошибок, возникающих у занимающихся при изучении техники плавания способом брасс. В таблице привести перечень типичных ошибок, причины их возникновения, последствия, а также способы предупреждения и исправления.	2		
Тема 2.6. Изучение техники и методики обучения плавания способом баттерфляй.	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Техника и методика обучения плаванию способом баттерфляй (дельфин).		
	<b>Практические занятия</b>		<b>3</b>	3 5;
	17	Техника и методика обучения движениям ног в согласовании с дыханием в плавании способом баттерфляй.	1	ОК 1,2, 4, 5, 6,
	18	Техника и методика обучения движениям рук в согласовании с дыханием и плавание в полной координации движений способом баттерфляй.	2	8
<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>		<b>2</b>	ПК – 2.1, 2.4	
8.	Разработать комплекс упражнений на суше и в воде (по видам опоры), применяемых при освоении техники плавания способом баттерфляй.			





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 2.7. Изучение техники и методики обучения стартам и поворотам в спортивном плавании.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Техника выполнения и методика обучения стартам и поворотам в спортивном плавании.		
	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	3 5;
	19	Техника выполнения и методика обучения поворотам.	1	ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	20	Техника выполнения и методика обучения стартам в плавании.	1	ПК – 2.1, 2.4
<b>Тема 2.8. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим на воде.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Формы и методы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим на воде.		
	<b>Практические занятия</b>		<b>1</b>	3 5;
	21.	Спасение утопающих и методы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим на воде.		ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
<b>Раздел 3. Изучение содержания, форм организации и методики проведения занятий по плаванию в школе.</b>				ПК – 2.1, 2.4
<b>Тема 3.1. Изучение форм организации и методики проведения занятий по плаванию в школе.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>	
	1	Формы организации занятий по плаванию в школе. Методика проведения занятий по плаванию в школе.	1	
	<b>Практическая работа</b>		<b>3</b>	
	22	Организация и проведения занятий по плаванию: цели, задачи, планирование и учет учебно-тренировочного процесса. Основные виды учета и критерии оценок. Методика проведения занятий по плаванию.		У 1, 3, ,4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 2, 6, 7, 8,
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	9.	Составить план-конспект урока по плаванию для одного из классов общеобразовательной средней школы.		
<b>Всего:</b>			<b>58</b>	



Наименование разделов ПМ, МДК и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК. 02.01.03 Волейбол</b>		<b>74</b>	
<b>Тема 1. Научно-теоретические основы волейбола.</b>			
<b>Тема 1.1.</b> Изучение истории и этапов развития волейбола.	<b>Содержание</b> Возникновение и этапы развития волейбола. Цель и задачи волейбола. Изучение основных терминов и понятий волейбола. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Эволюция техники и тактики игры волейбол, разновидности игры. Волейбол как вид спортивной деятельности. Правила игры. Контроль и самоконтроль на занятиях по волейболу.	<b>8</b>	<i>OK 1, 2, 4, 5.</i>
	<b>Практические занятия.</b> 1. Проверка надежности установки и крепления стоек, сетки и другого спортивного оборудования. 2. Проверка состояния и отсутствия посторонних предметов на полу или спортивной площадке. 3. Проведение разминки. Подготовка к игре.	<b>3</b>	
<b>Тема 1.2.</b> Изучение разновидностей оборудования и инвентаря для занятий волейболом, особенности их эксплуатации.	<b>Содержание</b> Разновидности оборудования и инвентаря для занятий волейболом. особенности их эксплуатации. Требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю. Требования к покрытию площадки. Оборудование, инвентарь и правила ухода за ним. Подготовка спортивного зала, площадки к занятию по волейболу. Тренажеры и вспомогательные устройства, используемые в тренировочном процессе.	<b>6</b>	<i>У 3, 4, 3 10, 11 OK 2,4, 9, ПК 2,5</i>
	<b>Содержание</b> Правила соревнований. Документы для проведения соревнований (положение о соревнованиях, календарный план, сроки и порядок подачи заявок, протоколы, карточки участников).	<b>2</b>	
<b>Тема 1.3.</b> Изучение судейства и организации соревнований в волейболе.	<b>Практические занятия</b> 4. Изучение судейства и организации соревнований по волейболу. 5. Судейские жесты: аут, поле, конец партии, замена, переход, ошибка на линии.	<b>2</b>	<i>У 1, 3, 5; 3 9; OK 6, 10; ПК 2,3;</i>
	<b>Самостоятельная работа</b> 1. Составить положение о соревнованиях по волейболу.	<b>6</b>	
	<b>Тема 2. Обучение технике и методике двигательных действий в волейболе.</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Особенности методика развития	<b>Содержание</b> Формирование взаимосвязей между навыками техники игры и физическими качествами.		<i>3 5; OK 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4</i>
	<b>Практические занятия</b> 6. Подвижные игры в волейболе как средство развития физических качеств.	<b>2</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

физических качеств в волейболе.	7. Выполнение упражнений для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, прыгучести, быстроты реакции и перемещений, скоростной, прыжковой, игровой выносливости; акробатической и прыжковой ловкости.		
<b>Тема 2.2.</b> Изучение техники и методики обучения игры в нападении – техники перемещений, приема и передачи мяча.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Изучение техники и методики обучения игры в нападении – техники перемещений, приема и передачи мяча. Подвижные игры с применением передач сверху двумя руками.		
	<b>Практические занятия</b> 8. Обучение технике перемещений. Стартовые стойки (устойчивая, основная, неустойчивая). 9. Техника приема мяча. 10. Техника передачи мяча сверху двумя руками, одной рукой. 11. Передача мяча в прыжке сверху двумя руками. 12. Техника передачи мяча снизу. 13. Передачи длинные, короткие, укороченные. 14. Передачи высокие, средние, низкие. Передачи с отвлекающими действиями. 15. Выходы под мяч, активные, быстрые движения ног. 16. Стойки, передвижения, имитация передачи сверху двумя руками. 17. Упражнения с набивными мячами. 18. Упражнения с волейбольными мячами: передачи в парах. 19. Передачи в движении, передачи с изменением направления. 20. Упражнения у стены, параллельно сетке, через сетку.	<b>14</b>	3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4
	<b>Самостоятельная работа</b> 2. Составить таблицу характерных ошибок при выполнении техники передачи мяча, причин возникновения и способы их предупреждения и исправления.	7	
<b>Тема 2.3.</b> Изучение техники и методики обучения подачи и нападающего удара.	<b>Содержание</b>		
	Изучение техники и методики обучения подаче и нападающего удара.	<b>5</b>	3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4
	<b>Практические занятия</b> 21. Обучение технике подачи мяча. 22. Техника нападающего удара. Прямой нападающий удар. Боковой нападающий удар. 23. Техника нападающего удара. Ускоренный нападающий удар. Нападающий удар с поворотом туловища. 24. Обучение технике разбега, имитация нападающего удара.		
	<b>Самостоятельная работа</b> 3. Составить таблицу характерных ошибок, возникающих при выполнении подачи мяча.	6	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
 профессиональное образовательное учреждение  
 «Малоохтинский колледж»

<b>Тема 2.4.</b> Обучение основам техники и методики игры в защите – технике перемещений, приема и блокирования мяча.	<b>Содержание</b> Техника защиты. Стартовая стойка. Техника приема мяча снизу двумя руками.	<b>2</b>	
	<b>Практические занятия</b> 25. Техника блокирования. Выбор места и времени для прыжка и постановки рук над сеткой.	<b>1</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b> 4. Составить таблицу характерных ошибок, возникающих у занимающихся при нападении и защите.	7	
<b>Тема 2.5.</b> Обучение приемам индивидуальных, групповых, командных, действий в игре.	<b>Содержание</b> Изучение основ тактики игры. Обучение приемам индивидуальных, групповых и командных действий в игре.		3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4
	<b>Практические занятия</b> 26. Организация игроков: начальное расположение; место действия; последовательность действий.	<b>1</b>	
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>1</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование разделов ПМ, МДК и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК. 02.01.04 Баскетбол</b>		<b>60</b>	
<b>Тема 1. Научно-теоретические основы баскетбола.</b>			ОК - 1, 2, 4, 5.
<b>Тема 1.1.</b> Изучение истории и этапов развития баскетбола.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	История происхождения баскетбола. Основные термины и понятия в баскетболе. Цель и задачи баскетбола.		
	<b>Практические занятия</b> 1. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. 2. Правила игры. 3. Классификация техники нападения и защиты.	<b>3</b>	
<b>Тема 1.2.</b> Изучение разновидностей оборудования и инвентаря для занятий баскетболом, особенности их эксплуатации.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Разновидности оборудования и инвентаря для занятий баскетболом, особенности их эксплуатации и требования к ним.		
	<b>Практические занятия</b> 4. Подготовка спортзала и открытой площадки к занятию. 5. Подготовка инвентаря: баскетбольных и набивных мячей, баскетбольных щитов, стоек. 6. Тренажеры и вспомогательные устройства, используемые в тренировочном процессе.	<b>3</b>	У 3, 4, 3 10, 11 ОК 2,4, 9, ПК 2,5
<b>Тема 1.3.</b> Изучение судейства и организации соревнований по баскетболу.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Изучение судейства и организации соревнований по баскетболу. Правила соревнований.		
	<b>Практические занятия</b> 7. Организация и проведение соревнований, их классификация. 8. Судьи в поле: месторасположения, права, обязанности. 9. Правила заполнения протокола	<b>3</b>	У 1, 3, 5; 3 9; ОК 6, 10; ПК 2,3;
	<b>Самостоятельная работа</b> 1. Составить положение о соревнованиях по баскетболу.	<b>4</b>	
<b>Тема 2. Обучение технике и методике двигательных действий в баскетболе.</b>			
<b>Тема 2.1.</b> Особенности и методика развития физических качеств в баскетболе.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Особенности и методика развития физических качеств в баскетболе. Формирование взаимосвязей между навыками техники игры и физическими качествами.		
	<b>Практические занятия</b> 10. Подвижные игры в баскетболе как средство развития физических качеств.	<b>3</b>	3 5;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	11. Упражнения для развития быстроты движений, специальной выносливости баскетболиста. 12. Упражнения для развития ловкости и координационных способностей баскетболиста.		ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8
	<b>Самостоятельная работа</b> 2. Разработать методику воспитания и развития конкретного физического качества средствами и методами баскетбола.	2	ПК – 2.1, 2.4
<b>Тема 2.2.</b> Изучение техники и методики обучения стойкам и передвижениям нападающего.	<b>Содержание</b>	1	3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8
	Классификация техники игры. Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол. Обучение игровым приемам нападения. Техника и способы передвижения в нападении. Повороты. Остановки.		
	<b>Практические занятия</b> 14. Стойка игрока, владеющего мячом. 15. Обучение выполнению поворотов с мячом.	2	ПК – 2.1, 2.4
<b>Тема 2.3.</b> Изучение техники и методики обучения владения мячом в нападении.	<b>Содержание</b>	1	
	Техника и методика обучения владения мячом. Ловля мяча. Остановки с ловлей мяча. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки после ведения мяча. Броски мяча.		
	<b>Практические занятия</b>	7	3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4
	16. Обучение остановке двумя шагами, остановке прыжком.	1	
	17. Обучение ловле мяча двумя руками на месте и в движении.	1	
	18. Обучение способам выполнения передачи.	1	
	19. Передачи с места, в прыжке, в движении или после ведения.	1	
	20. Изучение техники и методики обучения ведения мяча.	1	
	21. Изучение техники и методики обучения броскам мяча в кольцо	2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2		
3. Составить список наиболее типичных ошибок при освоении техники остановок с ловлей мяча и рекомендации по их устранению. 4. Перечислить передачи в технике владения мячом. Описать движения нападающего в различных фазах разновидностей передач. Составить список наиболее типичных ошибок при освоении техники передач мяча на месте, встречных и поступательных передач в движении и рекомендации по их устранению. 5. Составить список наиболее типичных ошибок при освоении техники ведения мяча и рекомендации по их устранению. 6. Составить список наиболее типичных ошибок при освоении техники остановок после ведения мяча и рекомендации по их устранению. 7. Описать технику выполнения разновидностей дистанционных бросков с места. Перечислить разновидности бросков в движении и бросков после ведения.			



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 2.4.</b> Изучение техники и методики обучения противодействия и овладения мячом в защите.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Классификация техники защиты в баскетболе. Обучение игровым приемам защиты. Стойки и передвижения защитника. Приемы противодействия и овладения мячом. Перехват мяча.		
	<b>Практические занятия</b> 22. Основная стойка защитника. 23. Разновидности передвижений в защите. 24. Приемы противодействия и овладения мячом. 25. Перехват мяча при передаче и при ведении.	<b>4</b>	3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 8. Дать классификацию техники защиты в баскетболе. 9. Описать технику разновидностей стойки и передвижений защитника. Составить список наиболее типичных ошибок при освоении техники стойки и передвижений в защите и рекомендации по их устранению.	2	
<b>Тема 2.5.</b> Изучение техники и методики обучения игровым действиям в нападении и контрдействиям в защите.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Техника и методика обучения игровым действиям в нападении и контрдействиям в защите. Основной понятийный аппарат. Обучение индивидуальным, групповым, командным тактическим действиям в нападении.		
	<b>Практические занятия</b> 26. Обучение индивидуальным тактическим действиям игрока без мяча и с мячом. 27. Обучение групповым тактическим действиям игрока без мяча и с мячом. 28. Обучение командным тактическим действиям.	<b>3</b>	3 5; ОК 1, 2, 4, 5, 6, 8 ПК – 2.1, 2.4
<b>Тема 3. Изучение содержания, форм организации и методики проведения занятий по баскетболу.</b>			
<b>Тема 3.1.</b> Изучение форм организации и методики проведения занятий по баскетболу.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Организация и проведение занятий по баскетболу: цели, задачи, планирование и учет учебно-тренировочного процесса. Формы организации занятий по баскетболу.		
	<b>Практические занятия</b> 29. Задачи, средства и требования к проведению урока по баскетболу.	<b>7</b>	У 1, 3, 4, 7; 3
	30. Методика проведения уроков по баскетболу с детьми младшего школьного возраста.	1	1, 2, 6, 7, 8
	31. Методика проведения уроков по баскетболу с детьми среднего школьного возраста.	2	ОК 2, 6, 7, 8, 10;
	32. Методика проведения уроков по баскетболу с детьми старшего школьного возраста.	2	ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>1</b>		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2		





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- |   |  |
|---|--|
| <p>10. Составить план-конспект урока по баскетболу для одного из классов общеобразовательной средней школы. Подобрать специальные упражнения, развивающие физическое качество на уроках по баскетболу.</p> <p>11. Перечислить меры профилактики травматизма во время занятий по баскетболу.</p> |  |
|---|--|



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК 02.01.05 «Лыжный спорт»</b>		<b>128</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Лыжный спорт как учебная дисциплина и вид спорта.	<b>Содержание</b> Терминология и основные понятия техники передвижения на лыжах. Лыжный инвентарь, экипировка лыжника. Способы передвижения на лыжах. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма. <b>Самостоятельная работа</b> 1. Написание реферата на тему «История лыжного спорта»	<b>2</b>  <b>5</b>	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
<b>Тема 1.2.</b> Техника передвижения на лыжах.	<b>Практические занятия</b> 1. Основы техники классических лыжных ходов: 2. Попеременный двушажный ход 3. Техника спусков: в высокой стойке лыжника 4. Одновременный бесшажный ход 5. Техника спусков: в средней стойке лыжника 6. Одновременный одношажный ход (скоростной вариант) 7. Техника спусков: в низкой стойке лыжника 8. Одновременный двухшажный ход 9. Техника спусков: в стойке отдыха. 10. Попеременный четырёхшажный ход 11. Техника торможений: «плугом» 12. Техника коньковых лыжных ходов: одновременный полуконьковый ход 13. Техника торможений: «упором» 14. Одновременный двухшажный коньковый ход 15. Техника торможений: «боковым соскальзыванием» 16. Одновременный одношажный коньковый ход 17. Совершенствование техники торможения 18. Попеременный двухшажный коньковый ход 19. Техника поворотов «переступанием» и «плугом» 20. Переход с одновременного на попеременный классический ход 21. Техника поворотов «упором», на параллельных лыжах. 22. Переход с попеременного двушажного классического хода на одновременный ход 23. Техника подъёмов: попеременный двухшажный ход, «полуёлочкой»	<b>27</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	24. Совершенствование техники классических ходов 25. Техника подъёмов: ступающий шаг, беговой шаг, «лесенкой». 26. Техника поворотов: «переступанием», «плугом», «упором», на параллельных лыжах. 27. Совершенствование техники коньковых ходов <b>Контрольные занятия</b> 1. Совершенствование техники подъемов, спусков, торможения.	1	
<b>Тема 1.3.</b>	<b>Содержание</b>	2	
Методика обучения способам передвижения на лыжах. Методика развития физических качеств средствами лыжной подготовки.	Этапы обучения: ознакомление, разучивание, совершенствование. Последовательность обучения классическим ходам, коньковым ходам, спусков, подъёмов, торможений, поворотов. Схема обучения по задачам. Выбор средств и методов обучения. Методические указания. Характерные ошибки, способы устранения их. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.		У 1, 3, 4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b>	34	
	28. Методика развития физических качеств средствами лыжной подготовки.	1	
	29. Составление плана-конспекта урока	2	
	30. Методика обучения технике классических лыжных ходов.	10	
	31. Методика обучения подъёмам, спускам.	5	
	32. Методика обучения торможениям, поворотам.	5	
	33. Методика обучения технике коньковых лыжных ходов.	6	
	34. Методика оценки техники лыжных ходов	2	
	35. Методика обучения оценке техники лыжных ходов	1	
36. Составление комплекса упражнений для развития физических качеств (по заданию преподавателя)	2		
<b>Самостоятельная работа</b>	31		
2. Написание плана-конспекта урока (занятия) по теме (по заданию преподавателя).	10		
3. Написание методической карты обучения лыжных ходов	28		
<b>Тема 1.4</b>	<b>Содержание</b>	2	У 1, 3, 4, 5, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8, 9; ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
Планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Документация.	Планирование, организация, проведение и анализ занятий, соревнований по лыжному спорту. Основные документы планирования учебного процесса.		
	<b>Практические занятия</b>	6	
	37. Организация занятий по лыжной подготовке. 38. Подготовительная, основная, заключительная части занятия. 39. Организация и проведение соревнований. 40. Документы планирования соревнований		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	41. Правила соревнований по лыжным гонкам. 42. Судейство соревнований по лыжным гонкам.		
<b>Тема 1.5</b> Основы оздоровительной тренировки средствами лыжной подготовки.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Основы оздоровительной тренировки средствами лыжной подготовки. Влияние ходьбы на лыжах на здоровье человека. Оздоровительный и закаливающий эффект ходьбы на лыжах. Зависимость ЧСС от интенсивности нагрузки у людей разного возраста. Построение оздоровительной тренировки при ходьбе на лыжах. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Практические занятия</b> 43. Расчёт индивидуальной программы ходьбы на лыжах с учётом своего возраста и функционального состояния.	<b>2</b>	
	Итоговая контрольная работа	<b>2</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК.02.01.06 Кроссфит</b>		<b>80</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Кроссфит – учебная дисциплина и программа тренировок. История и развитие кроссфита в России. Основные правила соревнований по кроссфиту.	<b>Содержание</b> История и основные этапы развития кроссфита. Терминология. Места занятий, инвентарь и оборудование. Меры безопасности при занятиях кроссфитом. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий кроссфитом. Организация и проведение соревнований по кроссфиту. Особенности упражнений в кроссфите. Краткая характеристика кроссфита. Методические особенности кроссфита. Ведение и структура дневника. Правила соревнований по кроссфиту.	<b>8</b>	
	<b>Из вариативной части</b> Структура тренировочных комплексов для занимающихся кроссфитом. Образец построения кроссфит комплексов.	2	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Самостоятельная работа</b> 1. Классификация упражнений в кроссфите 2. Организация и судейство соревнований по кроссфиту.	<b>10</b>	
<b>Тема 1.2.</b> Техника двигательных действий в кроссфите.	<b>Содержание</b> Техника выполнения приседаний. Фронтальные приседания. Приседания со штангой над головой. Воздушные приседания. Обучение движению. И.П тела, фазы выполнения. Приседания «на коробку». Приседания «низ к низу». Основные ошибки, причины, их исправления.	<b>5</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.
	<b>Практические занятия (из вариативной части)</b>	<b>12</b>	
	1. Круговая тренировка с силовой направленностью. Составление программы тренировок (WOD № 1).	4	
	2. Составление программы тренировок (WOD № 2). Ведение дневника.	4	
	3. Составление программы тренировок (WOD № 3). Оценка уровня подготовленности силовых качеств.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b> 3. Разработать программу тренировки кроссфита для начинающих на развитие силы.	<b>6</b>	
<b>Тема 1.3.</b> Методика обучения двигательным действиям и развитию физических качеств в	<b>Содержание</b> Методика обучения технике выполнения приседаний в кроссфите.	<b>2</b>	У 1, 3, ,4, 7;
	<b>Практические занятия (из вариативной части)</b>	<b>9</b>	3 1, 2, 6, 7, 8
	4. Методика обучения технике выполнения «фронтальных» приседаний в кроссфите. Составление программы тренировок (WOD № 4).	3	ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

кроссфите.	5. Методика обучения технике выполнения жима штанги и становой тяги. Составление программы тренировок (WOD № 5).	3	ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	6. Составление программы круговой тренировки для развития силовых способностей и гибкости. Составление программы тренировок (WOD № 6).	3	
	<b>Самостоятельная работа</b> 4. Разработать программу тренировки кроссфита для начинающих на развитие гибкости	<b>5</b>	
<b>Тема 1.4.</b> Теоретический образец программирования в кроссфите.	<b>Содержание (из вариативной части)</b>	<b>3</b>	
	Теоретический образец программирования в кроссфите. Общий вид шаблона программ. Модальность. Элементы модальностей. Структура тренировочного комплекса. Структура тренировки. (дни, приоритет элемента, структура, интенсивность, характер восстановления и работы.) Применение. Примеры комплексов.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Практические занятия (из вариативной части)</b>	<b>5</b>	
	7. Разработка комплекса тренировок для развития выносливости. 3. Оценка уровня подготовленности физического качества – выносливость.		
	<b>Самостоятельная работа</b> 5. Разработать программу тренировки кроссфита для начинающих на развитие выносливости.	<b>5</b>	
<b>Тема 1.5.</b> Основы оздоровительной тренировки в кроссфите.	<b>Содержание (из вариативной части)</b>	<b>3</b>	
	Кроссфит – как программа тренировок. Влияние занятий кроссфитом на дыхательную, сердечно-сосудистую, сенсорные системы организма. Дозирование и педагогический контроль нагрузки на занятиях кроссфитом. Построение оздоровительной тренировки по кроссфиту. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Практическая работа (из вариативной части)</b>	<b>6</b>	
	8. Разработка плана оздоровительной тренировки по кроссфиту для различных возрастных групп населения (по заданию преподавателя).		
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>1</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК 02.01.07 «Легкая атлетика»</b>		<b>122</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Легкая атлетика как учебная дисциплина и вид спорта	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Введение в предмет. Предмет и задачи дисциплины. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Основные понятия и терминология. Легкая атлетика как вид спорта. Легкая атлетика как средство повышения физической подготовленности.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
<b>Тема 1.2.</b> Техника легкоатлетических видов	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
	Основы техники спортивной ходьбы и бега. Ходьба и бег как естественные способы передвижения человека. Сходство и различие между ходьбой и бегом.	1	3 5; ОК 2, 4, 6, 8
	Фазы спортивной ходьбы и бега, цикличность движений. Периоды и фазы движений в цикле. Отталкивание – основная фаза в ходьбе и беге. Анализ техники бега на различные дистанции. Факторы, влияющие на результат в беге.	1	ПК – 2.3, 2.4
	Основы техники прыжков. Прыжок как естественный способ преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжка. Факторы, влияющие на высоту и дальность полета. Траектория общего центра тяжести тела прыгуна в полете. Характеристика различных способов прыжков в высоту и длину.	1	
	Основы техники метания. Метание как способ перемещения снаряда в пространстве. Виды легкоатлетических метаний. Особенности техники метаний (броском, толчком, с поворотом.) Фазы метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда. Влияние формы, размеров и вращательного движения снаряда на дальность полета.	1	
<b>Тема 1.3.</b> Организация, проведение соревнований по легкой атлетике	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике. Виды соревнований. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Составление положения о соревновании. Распределение видов легкой атлетики в программе соревнований по дням. Последовательность их проведения в течение дня. Судейская коллегия. Организация работы и формирование судейских бригад по бегу, прыжкам и метаниям. Документация соревнований.		У 1, 3, 4, 5, 7; З 1, 2, 6, 7, 8, 9; ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	<b>Контрольные занятия</b>	<b>1</b>	
	1. Тестирование по правилам соревнований по лёгкой атлетике.		





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 1.4.</b> Методика обучения технике легкоатлетических видов	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	У 1, 3, 4, 7; З 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b>	<b>35</b>	
	1. Общеразвивающие и специальные упражнения	1	
	2. Подбор упражнений и составление комплекса общеразвивающих и специальных упражнений для разных видов легкой атлетики.	1	У 1, 3, 4, 7; З 1, 2, 6, 7, 8
	3. Техника спортивной ходьбы. Совершенствование спортивной ходьбы.	2	ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10;
	4. Бег на средние дистанции и по пересеченной местности.	1	ПК 2.1; 2.2; 2.3;
	5. Высокий старт и стартовый разгон.	1	2.4, 2.6
	6. Комплекс общеразвивающих и специальных упражнений для разных видов легкой атлетики.	2	
	7. Разновидности низкого старта и их характеристика.	1	
	8. Особенности техники бега на короткие дистанции.	1	
	9. Способы передачи эстафетной палочки.	1	
	10. Виды эстафетного бега.	1	
	11. Бег с преодолением препятствий.	1	
	12. Барьерный бег.	1	
	13. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивания»	1	
	14. Прыжки в высоту с разбега способом фосбери-флоп.	1	
	15. Прыжки в длину с разбега способами согнув ноги, «ножницы».	1	
	16. Прыжки в длину с разбега способом «прогнувшись».	1	
	17. Тройной прыжок с разбега.	1	
	18. Метание малого мяча.	1	
	19. Метание гранаты.	1	
	20. Метание диска	1	
	21. Толкание ядра.	2	
	22. Оценка техники легкоатлетических прыжков	1	
23. Оценка техники легкоатлетических метания	1		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	24. Методика обучения технике спортивной ходьбы.	1	
	25. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.	1	
	26. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.	1	
	27. Методика обучения технике эстафетного бега.	1	
	28. Методика обучения технике барьерного бега.	1	
	29. Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега	1	
	30. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега способами согнув ноги.	1	
	31. Методика обучения технике метания малого мяча (гранаты) с места и разбега.	1	
	32. Методика обучения технике толкания ядра.	1	
<b>Тема 1.5.</b>	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики	Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики. Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, применяемые на занятиях легкоатлетов. Дозирование нагрузок. Контрольные тесты-упражнения. Оценка уровня двигательной подготовленности занимающихся.		У 1, 3, 4, 7; З 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	33. Проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики.	3	
<b>Тема 1.6.</b>	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
Организация, проведение и анализ урока (занятий) легкой атлетикой с различными возрастными группами занимающихся. Документация.	Организация, проведение и анализ урока легкой атлетикой с различными возрастными группами занимающихся. Структура урока легкой атлетики. Задачи и содержание частей урока. Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока легкой атлетики. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	34. Проведение и анализ частей урока по лёгкой атлетике.	2	
	35. Просмотр и анализ урока по лёгкой атлетике.	1	
<b>Тема 1.7.</b>	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
Планирование и педагогический контроль учебной и	Планирование и педагогический контроль учебной и физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Виды планирования. Методическая последовательность планирования. Характеристика документов планирования: учебного плана, учебной программы, плана –		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

физкультурно-спортивной работы по легкой атлетике. Документация	графика учебного процесса, рабочего (тематического) плана, расписания занятий, планов-конспектов уроков (занятий). Виды и методы педагогического контроля.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	36. Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий по легкой атлетике в общеобразовательной школе.	1	
	37. Организация педагогического контроля на занятиях лёгкой атлетикой. 38. Составление конспекта урока (занятия) по лёгкой атлетике по заданию преподавателя.	1 2	
<b>Тема 1.8.</b> Методика оздоровительной тренировки средствами легкой атлетики	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
	Методика оздоровительной тренировки средствами легкой атлетики. Характеристика оздоровительной ходьбы и бега. Основные принципы организации и методики занятий оздоровительной ходьбой и оздоровительным бегом. Способы регулирования нагрузки. Физиологические показатели роста тренированности занимающихся оздоровительной ходьбой и бегом. Факторы, повышающие эффективность оздоровительной ходьбы и бега. Построение оздоровительной тренировки по оздоровительной ходьбе и бегу. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	39. Основы оздоровительной тренировки в лёгкой атлетике 40. Составление индивидуальной программы занятий оздоровительным бегом с учётом возраста и функционального состояния.	2 2	
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>2</b>	
<b>Самостоятельная работа</b> 1. Составление комплексов общеразвивающих упражнений 2. Составление комплексов специальных упражнений для обучения технике легкоатлетических видов 3. Составление комплексов упражнений для развития силы: без предметов; с предметами; со снарядами. 4. Составление комплексов упражнений для развития быстроты, упражнений на быстроту двигательной реакции (спринтерские упражнения) 5. Составление комплексов упражнений для развития выносливости 6. Составление комплексов упражнений для развития ловкости и гибкости 7. Составление документов планирования учебной работы по лёгкой атлетике, организации и проведения занятий по лёгкой атлетике 8. Расчёт индивидуальной программы занятий оздоровительным бегом с учётом своего возраста и функционального состояния.	<b>42</b>	3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6	



Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК. 02.01.08 Гимнастика</b>		<b>128</b>	
<b>Тема 1. Обучение технике и методике двигательных действий в гимнастике</b>		<b>17</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Гимнастика как учебная дисциплина и вид спорта	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	1. История и этапы развития спортивной гимнастики	1	У 7;
	2. Техника безопасности на занятиях спортивной гимнастики	1	3 1; 3 5; 3 6; 3
	3. Строевые приемы. Построения и перестроения. Методика проведения строевых упражнений.	2	12;
	4. Границы и точки гимнастического зала. Классификация строевых упражнений: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.	2	ОК 06; ОК 07
<b>Самостоятельная работа</b>	5		
1. Реферат по истории гимнастики			
<b>Тема 1.2.</b> Строевые упражнения	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Передвижения. Размыкания и смыкания. Методика проведения строевых упражнений.		У 7;
	<b>Практические занятия:</b>	<b>1</b>	3 1; 3 5; 3 6; 3
1. Основные понятия, назначение, требования к применению команд, распоряжений, сигналов, ориентиров.		12; ОК 06; ОК	
<b>Тема 1.3.</b> Общеразвивающие упражнения	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	1. Общеразвивающие упражнения, основные положения и движения руками, ногами, туловищем.		У 1, 5, 4;
	2. Общеразвивающие упражнения. Методика преподавания ОРУ.		3 5, 7; ОК,01, 06;
	<b>Практические занятия:</b>	<b>3</b>	ПК 2,3, 2.5
	2. Назначение ОРУ. Классификация ОРУ по различным признакам: анатомическому, направленного развития двигательных качеств, использование предметов. Основные группы и терминология ОРУ. Правила и формы записи ОРУ.	2	
3. Формы записи упражнений: обобщенная, конкретная, сокращенная, графическая.	1		
<b>Тема 1.4.</b> Общеразвивающие упражнения с предметами	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Общеразвивающие упражнения с предметами. Методика преподавания ОРУ с предметами.		У 1, 5, 4; 3 5, 7;
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	ОК,01, 06;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	4. Терминология записи общеразвивающих упражнений: для наименования положений и движений руками		ПК 2,3, 2.5
	<b>Самостоятельная работа</b> 2. Составить комплекс ОРУ с предметами и без предметов	3	
<b>Тема 2. Упражнения гимнастического многоборья. Вольные упражнения</b>		<b>8</b>	
<b>Тема 2.1. Вольные упражнения</b>	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	
	1. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям. 2. Акробатические упражнения. Статические и динамические упражнения. 3. Учебная комбинация. Индивидуальные вольные упражнения. 4. Учебная комбинация. Групповые вольные упражнения.		У 2; 3 11; ОК 06, 10; ПК 2.4.
	<b>Практические занятия:</b>	<b>4</b>	
	5. Описание техники выполнения акробатических упражнений, методика обучения, страховка и помощь.	2	
	6. Описание техники выполнения вольных упражнений, методика обучения, страховка и помощь.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> 3. Написать методическую карту обучения вольным упражнениям	6	
<b>Тема 3. Упражнения гимнастического многоборья. Параллельные брусья.</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 3.1. Упражнения на брусьях</b>	<b>Содержание</b>	<b>7</b>	
	1. Упражнения на параллельных брусьях, техника безопасности.	2	У 2; 3 11; ОК 06, 10; ПК 2.4.
	2. Параллельные брусья. Размахивания.	1	
	3. Параллельные брусья. Кувырки.	1	
	4. Параллельные брусья. Статические элементы.	1	
	5. Параллельные брусья. Соскоки.	1	
	6. Параллельные брусья. Учебная комбинация.	1	
	<b>Практические занятия:</b>	<b>9</b>	
	7. Описание техники выполнения упражнений на параллельных брусьях, методика обучения, страховка и помощь.	1	
	8. Описание техники выполнения размахиваний, методика обучения, страховка и помощь.	1	
	9. Описание техники выполнения кувырок, методика обучения, страховка и помощь.	2	
	10. Описание техники выполнения статических элементов, методика обучения, страховка и помощь.	1	
	11. Описание техники выполнения соскоков, методика обучения, страховка и помощь.	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	12. Описание техники выполнения учебных комбинаций, методика обучения, страховка и помощь.		
	<b>Самостоятельная работа</b> 4. Написать методическую карту обучения выполнению упражнений на параллельных брусьях	6	
<b>Тема 4. Упражнения гимнастического многоборья. Разновысокие брусья.</b>		<b>15</b>	
<b>Тема 4.1.</b> Упражнения на брусьях	<b>Содержание</b>	<b>5</b>	У 2; 3 11; ОК 06, 10; ПК 2.4.
	1. Разновысокие брусья. Висы. Подъемы. Спады. Техника безопасности. 2. Разновысокие брусья. Размахивания. Махи. Перемахи. 3. Разновысокие брусья. Статические упражнения. Упоры. 4. Разновысокие брусья. Соскоки. 5. Разновысокие брусья. Учебная комбинация.		
	<b>Практические занятия:</b>	<b>10</b>	
	13. Описание техники выполнения висов, подъемов, спадов, методика обучения, страховка и помощь.	2	
	14. Описание техники выполнения размахиваний, махов, перемахов, методика обучения, страховка и помощь.	2	
	15. Описание техники выполнения статических упражнений, упоров, методика обучения, страховка и помощь.	2	
	16. Описание техники выполнения соскоков, методика обучения, страховка и помощь. 17. Описание техники выполнения учебных комбинаций, методика обучения, страховка и помощь.	2	
<b>Самостоятельная работа</b> 5. Написать методическую карту обучения выполнению упражнений на разновысоких брусьях	5		
<b>Тема 5. Упражнения гимнастического многоборья. Перекладина.</b>		<b>13</b>	
<b>Тема 5.1.</b> Упражнения на перекладине	<b>Содержание</b>	<b>5</b>	У 2; 3 11; ОК 06, 10; ПК 2.4.
	1. Упражнения на перекладине. Техника безопасности.	1	
	2. Упражнения на перекладине. Висы. Подъемы. Размахивания.	1	
	3. Упражнения на перекладине. Упоры. Статические упражнения.	1	
	4. Упражнения на перекладине. Соскоки.	1	
	5. Упражнения на перекладине. Учебная комбинация.	1	
<b>Практические занятия:</b>	<b>8</b>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	18. Описание техники выполнения висов, подъемов, размахиваний, методика обучения, страховка и помощь. 19. Описание техники выполнения упоров, статических упражнений, методика обучения, страховка и помощь. 20. Описание техники выполнения соскоков, методика обучения, страховка и помощь. 21. Описание техники выполнения учебной комбинации, методика обучения, страховка и помощь.	2 2 2 2	
	<b>Самостоятельная работа</b> 5. Написать методическую карту обучения выполнению упражнений на перекладине	6	
<b>Тема 6 Упражнения гимнастического многоборья. Опорный прыжок.</b>		<b>9</b>	
<b>Тема 6.1. Опорный прыжок</b>	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	Опорный прыжок. Техника безопасности	1	У 2; З 11; ОК 06, 10; ПК 2.4.
	Опорный прыжок. Прямые прыжки.	1	
	Опорный прыжок. Боковые прыжки.	2	
	Опорный прыжок. Прыжки с переворотом.	2	
	<b>Практические занятия:</b>	<b>3</b>	
	22. Описание техники выполнения опорного прыжка, методика обучения, страховка и помощь.	1	
	23. Описание техники выполнения опорного прыжка (боковые прыжки), методика обучения, страховка и помощь.	1	
24. Освоение методики обучения опорному прыжку.	1		
<b>Самостоятельная работа</b> 6. Написание методической карты обучения опорному прыжку	5		
<b>Тема 7 Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю</b>		<b>3</b>	
<b>Тема 7.1. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю</b>	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Размещение, установка и проверка гимнастических снарядов. Требования предъявляемые к местам размещения снарядов		У 4, 6; З 1, 11; ОК 10; ПК 2,5;
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	25. Размещение, установка и проверка гимнастических снарядов. Качество оборудования и инвентаря. Требования, предъявляемые к местам размещения снарядов. 26. Требования, предъявляемые к техническому состоянию и установке различных снарядов, площадки для вольных упражнений. Требования, предъявляемые, к мостам для прыжков, гимнастическим матам.		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2		





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	7. Составить конспект, включающий комплекс из 8-ми общеразвивающих упражнений на вспомогательных снарядах (гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка) или в парах.		
<b>Тема 8 Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой</b>		<b>4</b>	
<b>Тема 8.1</b> Страховка и помощь	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	У 4, 6; З 1, 11; ОК 10; ПК 2,5;
	Основные требования, предъявляемые к страхующему.		
	<b>Практические занятия:</b> 27. Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. 28. Виды страховки и разновидности помощи.	<b>3</b>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 8. Разработать план-конспект урока гимнастики в школе для учащихся 1-11 классов.	4	
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>1</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>МДК. 02.01.09 Фитнес-технологии</b>		<b>153</b>	
<b>Тема 1.1.</b> История возникновения аэробики: аэробика в древности, за рубежом, в России	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	1. История развития фитнеса в России и зарубежных странах.		
	2. Фитнес как совокупность средств и методов физического воспитания. Фитнес-спорт.		
	3. Классификация фитнес-программ.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>7</b>	
	1. Выполнение небольших комбинаций (без музыки и под музыку).	4	
	2. Выполнение отдельных элементов в усложненных условиях (без зрительной ориентировки, на уменьшенной площади опоры)	3	
<b>Самостоятельная работа</b>	4		
1. Составление аэробических связок			
<b>Тема 1.2.</b> Оздоровительная аэробика: принципы оздоровительной тренировки, классификация аэробики	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	1. Правила техники безопасности в процессе занятий фитнесом. Правила поведения занимающихся на занятиях фитнесом.		
	2. Требования к экипировке при занятиях фитнесом.		
	3. Техника безопасности при использовании спортивного оборудования и инвентаря.		
	4. Противопоказания к занятиям фитнесом.		
	5. Способы подачи команд, терминология движений.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>5</b>	
3. Общеразвивающие упражнения без предметов			
<b>Самостоятельная работа</b>	5		
2. Составление аэробических связок			
<b>Тема 1.3.</b> в Хореография аэробики	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4
	Краткие сведения об опорно-мышечном аппарате (кости, суставы, мышцы), строение и функции внутренних органов, органов дыхания и кровообращения, органов пищеварения и нервной системы.		
	Влияние физических упражнений на развитие и состояние различных органов и систем организма.		
<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	4. Тустеп, полька, скоттиш, подскок, скольжение, галоп, пони, ча-ча-ча, чарльстон, скрестный шаг, прыжки на месте и с продвижением в различных направлениях на одной ноге, сгибая другую назад и разгибая вперед книзу или в сторону книзу. <b>(из Вариативной части 3 часа)</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b>	5	
	3. Составление аэробических связок		
<b>Тема 1.4.</b> Урок аэробики: структура и составные части	<b>Содержание</b> Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Понятие о режиме, его значение в жизнедеятельности человека. Питание, его значение в сохранении и укреплении здоровья. Понятие об обмене веществ, калорийности и усвоении пищи, энергозатраты при физических нагрузках. Понятие о гигиене труда, отдыха и занятий спортом. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Гигиена жилища, места учебы и занятий физической культурой. Влияние алкоголя, никотина, наркотических средств на организм человека.	<b>3</b>	
	<b>Практические занятия</b> 5. Обучение и совершенствование базовых шагов аэробики.	<b>14</b>	У 1, 3, 4, 5, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8, 9; ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	<b>Самостоятельная работа</b> 4. Составление аэробических связок	5	
<b>Тема 1.5.</b> Методы разучивания и составления комбинаций	<b>Содержание</b> Оптимальная двигательная активность. Формы самостоятельных занятий, их характеристики. Содержание самостоятельных занятий. Комплексы физических упражнений в режиме учебного дня. Особенности самостоятельных занятий фитнесом.	<b>2</b>	У 1, 3, 4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b> 6. Выполнение небольших комбинаций (без музыки и под музыку). 7. Выполнение отдельных элементов в усложненных условиях (без зрительной ориентировки, на уменьшенной площади опоры).	<b>8</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b> 5. Составление аэробических связок	5	
<b>Тема 1.6</b> Степ-аэробика	<b>Содержание</b> Два принципа степ-аэробики, требования к платформе, биомеханический эффект степ-аэробики, физиологический эффект степ-аэробики.	<b>3</b>	У 1, 3, 4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b> 8. Различные виды ходьбы на степе и бега в чередовании с остановками на носках.	<b>8</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b> 6. Составление аэробических связок	4	
	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	У 1, 3, 4, 7;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 1.7.</b> Аква-аэробика	Семь плюсов аква-аэробики, температурный режим, физические свойства воды, оборудование, музыкальное сопровождение, основные шаги.		3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b> 9. Температурный режим, физические свойства воды, оборудование, музыкальное сопровождение, основные шаги.	5	
	<b>Самостоятельная работа</b> 7. Составление аэробических связок	5	
<b>Тема 1.8.</b> Средства восстановления в оздоровительной тренировке: педагогические средства, психологические средства, медико-биологические	<b>Содержание</b>	3	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	Сущность самоконтроля и его роль в занятиях фитнесом. Дневник самоконтроля. Его форма, содержание. Методики оценки уровня здоровья. Тестирование физического развития, функционального состояния организма.		
	<b>Практические занятия</b> 10. Упражнения на формирование осанки, совершенствование равновесия и ориентации в пространстве	6	
	<b>Самостоятельная работа</b> 8. Составление аэробических связок	3	
<b>Тема 1.9.</b> Фитбол (из Вариативной части)	<b>Содержание</b>	2	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	1. Оптимальная двигательная активность.		
	2. Формы самостоятельных занятий, их характеристики. Содержание самостоятельных занятий.		
	3. Особенности самостоятельных занятий фитнесом.		
	<b>Практические занятия</b> 11. Общеразвивающие упражнения в фитбол-аэробике.	8	
<b>Самостоятельная работа</b> 9. Составление аэробических связок	5		
<b>Тема 1.10</b> Пилатес (из Вариативной части)	<b>Содержание</b>	3	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	1. Принципы, лежащие в основе Пилатеса.		
	2. Сущность самоконтроля и его роль в занятиях фитнесом. Дневник самоконтроля. Его форма, содержание.		
	3. Методики оценки уровня здоровья. Тестирование физического развития, функционального состояния организма.		
	<b>Практические занятия.</b>	8	
	12. Упражнения для развития амплитуды и гибкости. Фитбол-йога.	4	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	13. <i>Deep stretch</i> на футболе: занятие с использованием упражнений на растягивание и расслабление.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b>	5	
	10. Составление аэробических связок		
	Итоговая контрольная работа	<b>1</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
1	2	3	4
<b>МДК.02.01.10 Атлетическая гимнастика</b>		<b>77</b>	
<b>Тема 1. Научно-теоретические основы атлетической гимнастики</b>		<b>7</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Атлетическая гимнастика.	<b>Содержание</b> 1. Техника безопасности на занятиях атлетической гимнастикой. 2. История и этапы развития атлетической гимнастики. 3. Биомеханические основы силовых и скоростно-силовых способностей человека.	<b>3</b>	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
<b>Тема 1.2.</b> Разработка тренировочной программы.	<b>Содержание</b> 1. Питание при занятиях атлетической гимнастикой.	<b>1</b>	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	<b>Практические занятия</b> 1. Разработка тренировочной программы.	<b>3</b>	
		<b>2</b>	
	2. Перетренированность и перенапряжение при занятиях атлетической гимнастикой.	<b>1</b>	
<b>Тема 2. Обучение технике и методике двигательных действий в атлетической гимнастике</b>		<b>30</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Методика развития силы	<b>Содержание</b> Методика развития силы. Средства развития силы.	<b>1</b>	У 1, 3, ,4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b> 3. Методика развития силовых способностей	<b>1</b>	
<b>Тема 2.2.</b> Развитие силовой выносливости	<b>Содержание</b> Развитие силовой выносливости с использованием неопределенных отягощений. Развитие скоростно-силовых способностей с использованием неопределенных отягощений.	<b>2</b>	У 1, 3, ,4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b> 4. Развитие собственно силовых способностей с использованием околопредельных и предельных отягощений.	<b>1</b>	
<b>Тема 2.3.</b> Техника выполнения контрольных тестов-упражнений.	<b>Содержание</b> Тесты для определения уровня развития силовых способностей.	<b>1</b>	У 1, 3, ,4, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Практические занятия</b> 5. Техника выполнения контрольных тестов-упражнений.	<b>1</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 2.4.</b> Виды упражнений атлетической гимнастики для учащихся младшего и среднего школьного возраста	<b>Содержание</b> 1. Виды упражнений атлетической гимнастики для учащихся младшего и среднего школьного возраста. 2. Методика правильного дыхания. Упражнения для мышц спины, верхнего плечевого пояса и рук.	<b>2</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4
	<b>Практические занятия</b> 6. Упражнения для мышц бедра, таза и спины. Упражнения для мышц груди, верхнего плечевого пояса и рук. 7. Упражнения для прямых мышц живота. Упражнения для косых мышц живота. 8. Упражнения для мышц задней поверхности бедра и мышц таза. Упражнения для приводящих мышц бедра и мышц таза. 9. Упражнения для отводящих мышц бедра и мышц таза. Упражнения для мышц передней поверхности бедра. 10. Упражнения для мышц рук.	<b>5</b>	
<b>Тема 2.5.</b> Виды упражнений атлетической гимнастики для старшеклассников	<b>Содержание</b> Виды упражнений атлетической гимнастики для старшеклассников.	<b>1</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4
	<b>Практические занятия</b> 11. Упражнения для развития мышц спины, бедра, груди, плеч, живота. 12. Упражнения на растягивание мышечно-связочного аппарата.	<b>2</b>	
<b>Тема 2.6.</b> Тренировочные программы по атлетической гимнастике для старшеклассников	<b>Содержание</b> 1. Тренировочные программы по атлетической гимнастике для старшеклассников. 2. Программа по атлетической гимнастике с группой начальной атлетической подготовки для учащихся 10 класса.	<b>2</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4
	<b>Практические занятия</b> 13. Составление плана-конспекта проведения урока по атлетической гимнастике для учащихся 11 класса. 14. Составление плана-конспекта проведения урока по атлетической гимнастике для девушек.	<b>2</b>	
<b>Тема 2.7.</b> Режимы работы мышц при занятиях атлетической гимнастикой	<b>Содержание</b> Режимы работы мышц при занятиях атлетической гимнастикой. Динамический режим. Статический режим.	<b>1</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4
<b>Тема 2.8.</b> Методы и технические приемы для	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

изменения интенсивности	Методы и технические приемы для изменения интенсивности. «Пирамида», «Чиплинг», «Суперсет», «Предварительное истощение», «Пауза-отдых», «Пиковое сокращение», «Дроп-сет».		ПК – 2.3, 2.4
<b>Тема 2.9.</b> Развитие выносливости.	<b>Содержание</b> Задачи аэробной тренировки. Общая выносливость. Специальная выносливость.	<b>1</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8
	<b>Практические занятия</b> 15. Аэробная тренировка. Развитие выносливости.	<b>1</b>	ПК – 2.3, 2.4
<b>Тема 2.10.</b> Тренировочные программы для повышения аэробных способностей.	<b>Содержание</b> Тренировочные программы для повышения аэробных способностей. Разминка и заминка. Равномерный непрерывный метод. Переменный непрерывный метод. Интервальная тренировка. Круговая тренировка.	<b>2</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8
	<b>Практические занятия</b> 16. Основные критерии нагрузки. Методы оценки интенсивности тренировочного занятия.	<b>1</b>	ПК – 2.3, 2.4
<b>Тема 2.11.</b> Тренировка гибкости	<b>Содержание</b> Тренировка гибкости (скретчинг). Физиология гибкости. Классификация упражнений на гибкость: активные и пассивные; статистические и диагностические; расслабленные и напряженные; направленность на определенные мышечные группы.	<b>1</b>	3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4
<b>Тема 3. Изучение содержания, форм организации и методика проведения занятий.</b>		<b>14</b>	
<b>Тема 3.1.</b> Организация проведения занятий по атлетической гимнастике	<b>Содержание</b> Технология и организация проведения занятий по атлетической гимнастике. Типовое оснащение тренировочного зала. Факторы, обуславливающие успешность тренировочного процесса в атлетической гимнастике. Специфика задач, средств и методов обучения. Психолого-педагогические и физиологические особенности спортсменов. Единство постепенности и предельности наращивания нагрузок, волнообразность динамики нагрузок как принцип спортивной тренировки.	<b>4</b>	У 1, 3, 4, 5, 7; 3 1, 2, 6, 7, 8, 9; ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	<b>Практические занятия</b> 17. Физические нагрузки на уроках физической культуры со школьниками разного возраста. 18. Дидактические принципы организации занятий атлетической гимнастикой. Характеристика методов и методических приемов.	<b>2</b>	
<b>Тема 3.2.</b> Медико-биологическое и	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	3 5;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

гигиеническое обеспечение занятий.	1. Медико-биологическое и гигиеническое обеспечение занятий. Профилактика травматизма в процессе учебно-тренировочных занятий. Оказание первой доврачебной помощи при ушибах, вывихах, переломах, кровотечениях. 2. Тестирование физической подготовленности занимающихся. Зачетные нормативы. Влияние занятий силовыми видами на повышение уровня физической подготовленности. Влияние атлетической гимнастики на физическое воспитание различных категорий населения. Методика внедрения атлетической гимнастики в образовательных учреждениях. Восстановительные мероприятия в системе подготовки спортсменов (педагогические, психологические, медико-биологические).		ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
<b>Тема 3.3.</b> Методическое обеспечение занятий.	<b>Содержание</b> Модель современного тренера-преподавателя по атлетической гимнастике. Организация работы по массовому развитию атлетической гимнастики.	<b>2</b>	У 1, 3, 4, 5, 7; З 1, 2, 6, 7, 8, 9;
	<b>Практические занятия</b> 19. Составление плана-конспекта проведения урока по атлетической гимнастике с группой занимающихся разного уровня подготовки.	<b>4</b>	ОК 2, 6, 7, 8, 10;
	20. Составление плана тренировок на месяц, на семестр, на год с решением конкретных задач.	<b>2</b>	ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>1</b>	
<b>Самостоятельная работа</b> 1. Разработать тренировочную программу для школьников младшего, среднего, старшего школьного возраста. 2. Составить план-конспект проведения занятия по атлетической гимнастике с группой занимающихся разного уровня подготовки. 3. Составить план-конспект проведения занятия по атлетической гимнастике для девушек. 4. Составить комплекс силовых упражнений с отягощением (гантели) 5. Составить комплекс упражнений с резиновой лентой 6. Составить Методические рекомендации для начинающих заниматься атлетической гимнастикой	<b>25</b>	З 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Элементы формируемых компетенций	
<b>МДК 02.01.11 Туризм</b>		<b>96</b>		
<b>Тема 1.</b> Введение в предмет	<b>Содержание</b>	<b>2</b>		
	1. Значение туризма для формирования жизненно важных умений и навыков 2. Плановый и самостоятельный туризм. Степенные и категорийные походы. Классификация походов по средствам передвижения и месту проведения. Классификация походов в зависимости от их цели.		3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8	
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>		
	1. Реферат на тему: Горный туризм. Безопасность в горах.			
<b>Тема 2.</b> Организация туристского похода.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>		
	1. Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Составление календарного плана похода. Составление сметы похода. Подбор группы участников похода. 2. Распределение обязанностей среди участников похода. 3. Правильный выбор места туристического бивака с учетом особенности природного окружения. Определение района похода. Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута. 4. Соблюдение правил пожарной безопасности. 5. Пешеходный туризм. 6. Лыжный туризм. 7. Топографическая карта. Рельеф и способы его изображения. 8. Компас и работа с ним. Ориентирование по местности. 9. Массовые туристические соревнования школьников. 10. Подготовка и организация туристических соревнований учащихся.		3 5; ОК 2, 4, 6, 8 ПК – 2.3, 2.4	
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>		
	1. Организация питания в походе	1		
	2. Подбор личного снаряжения и группового снаряжения для похода	1		
	3. Составление сметы похода.	1		
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>22</b>		3 1, 2, 6, 7, 8
	2. Составить конспект на тему «Документация похода. Подведение итогов похода»	2		ОК 1, 2, 4, 5, 6,
	3. Реферат на тему: «Оказание первой медицинской помощи при ушибе, растяжении, порезе, ожоге, кровотечении из носа»	3		7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2;
		3		2.3; 2.4, 2.6



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
 профессиональное образовательное учреждение  
 «Малоохтинский колледж»

	4. Подготовка презентации: Водный туризм. Выбор маршрута; выбор судов и снаряжения; особенности водных походов.	3	
	5. Подготовка презентации: Горный туризм. Особенности путешествия в горах; снаряжение туриста-горняка; туристские узлы; техника и тактика передвижения в горах.	6	
	6. Доклад об организации многодневного похода с соблюдением всех этапов подготовки.	5	
	7. Реферат на тему «Положение 1-го этапа соревнований по спортивному ориентированию среди школьников».		
Тема 3. Спортивное ориентирование	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	
	Виды спортивного ориентирования.		
	Топографическая подготовка спортсмена-ориентировщика.		
	Техническая и тактическая подготовка ориентировщика		
	<b>Практические занятия</b>	<b>45</b>	У 1, 3, 4, 7; З 1, 2, 6, 7, 8 ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	4. Туристические узлы	4	
	5. Установка и снятие палатки.	4	
	6. Организация игр в пути и на привале.	4	
	7. Измерение расстояний по карте на местности.	3	
	8. Использование топографической карты в походе.	3	
	9. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов.	6	
	10. Организация соревнований по ориентированию на маркированной трассе	6	
	11. Организация соревнований по поисково-спасательным работам	4	
	12. Организация соревнований по краеведению	2	
	13. Организация и судейство соревнований по спортивному ориентированию	6	
14. Проведение методики определения индекса Гарвардского степ-теста	1		
15. «Психологическая и физическая подготовка спортсмена-ориентировщика»	2		
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>6</b>		
8. Составить конспект на тему «История возникновения и развития спортивного ориентирования»	2		
9. Реферат на тему «Психологическая и физическая подготовка спортсмена-ориентировщика»	4		
	Итоговая контрольная работа	<b>1</b>	

Наименование тем ПМ, МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
	<b>МДК 02.01.12 «Настольный теннис»</b>	<b>59</b>	
Тема 1.1. Настольный теннис – учебная	<b>Содержание</b> Предмет и задачи. История и этапы развития настольного тенниса. Основные понятия и терминология	<b>1</b>	1



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

дисциплина и вид спорта	настольного тенниса. Классификация и общая характеристика техники игры. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при занятиях настольным теннисом.		
<b>Тема 1.2.</b> Техника двигательных действий в настольном теннисе.	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	1. Выполнение накатов справа по диагоналям. Игра с ведением счета.	3	
	2. Выполнение подрезки слева, справа против накатов. Прием мяча с верхней подачи накато.	3	
<b>Тема 1.3.</b> Методика обучения технике двигательных действий в настольном теннисе.	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	
	Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении технико-тактическим действиям теннисиста. Характерные ошибки, способы их устранения.		2
<b>Тема 1.4.</b> Методика развития физических качеств средствами настольного тенниса.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	2
	Средства и методы развития физических качеств теннисиста: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств теннисиста по заданию преподавателя.		
<b>Тема 1.5.</b> Основы организации соревнований по настольному теннису.	<b>Содержание</b>	<b>1</b>	
	Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	3. Правила игры в одиночном разряде	3	
	4. Правила парных встреч. Проведение соревнований по настольному теннису	9	
<b>Тема 1.6.</b> Организация, проведение и анализ занятий по настольному теннису.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Структура занятия по настольному теннису. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методы и формы организации проведения занятия по настольному теннису с учетом возрастных особенностей занимающихся. Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ занятия. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение занятия по настольному теннису.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>7</b>	
	5. Проведение части урока по настольному теннису	7	
<b>Тема 1.7.</b> Основы оздоровительной тренировки в настольном теннисе.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	
	Построение оздоровительной тренировки по настольному теннису. Методические правила организации, проведения и контроля оздоровительной тренировки.		2
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	6. Совершенствование техники игры в настольный теннис	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Итоговая контрольная работа</b>	<b>1</b>	
<b>Самостоятельная работа</b> 1. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств по заданию преподавателя 2. Составление конспекта частей занятия по настольному теннису по заданию преподавателя и их проведение Составление плана-конспекта занятия по настольному теннису по заданию преподавателя. 3. Разработка плана оздоровительной тренировки по настольному теннису для различных возрастных групп населения по заданию преподавателя. 4. Самостоятельное изучение правил построения учебно-тренировочного занятия и составления комплексов упражнений.	<b>21</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Наименование тем МДК	Содержание учебного материала и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объём часов	Элементы формируемых компетенций
1	2	3	4
<b>Раздел 2. МДК 02.02. Организация физкультурно-спортивной работы</b>		<b>94</b>	
<b>Раздел 2.1 Организация физкультурно-спортивной работы</b>			
<b>Тема 1. Общие основы организации физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся</b>	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	
	Введение в предмет. Организация физкультурно-спортивной работы как учебный предмет. Сущность, цели и задачи физкультурно-спортивной деятельности. Основные направления физкультурно-спортивной работы	1	ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	Правовые основы физкультурно-спортивной деятельности. Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности. Федеральный закон о физической культуре и спорте в РФ.	1	
	<b>Из вариативной части:</b> Основные направления физкультурно-спортивной работы. Формы и методы организации физкультурно-спортивной работы с различными слоями населения.	1	
	<b>Практические занятия (Из вариативной части)</b>	<b>2</b>	
	1. Комплектование групп, секций, клубов, объединений для занятий физкультурно-спортивной деятельностью.		
<b>Тема 2. Особенности организации и методики проведения физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами занимающихся</b>	<b>Содержание</b>	<b>14</b>	
	Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста. Значение и задачи физкультурно-спортивной работы с дошкольниками. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста. Формы организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях и семье.	2	ОК 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10; ПК 2.1; 2.2; 2.3; 2.4, 2.6
	<b>Из вариативной части:</b> Физкультурно-спортивная работа в системе общего образования. Содержание программы по физической культуре, разработанной на основе ФГОС второго поколения. Урочные и внеурочные формы занятий. Особенности проведения занятий с детьми младшего, среднего, старшего школьного возраста Занятия с детьми с ослабленным здоровьем.	4	
	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий со школьниками. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба.	2	
	Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью Задачи и	2	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	значение физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью. Формы и особенности организации занятий. Порядок осуществления деятельности спортивных студенческих клубов.		
	Дополнительное образование в области физической культуры и спорта. Программно-методическое обеспечение деятельности спортивных школ.	2	
	<b>Из вариативной части:</b> Физкультурно-оздоровительные занятия в основной период трудовой деятельности. Физическая культура в режиме трудового дня, в быту трудящихся. Профессионально-прикладная физическая культура (ППФП): задачи, содержание, формы и особенности проведения занятий по ППФП.	2	
	<b>Практические занятия (Из вариативной части:)</b>	<b>6</b>	
	2. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях. Анализ программ для ДОУ.	2	
	3. Анализ программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности учащихся СОШ.	2	
	4. Программно-методическое обеспечение деятельности ДЮСШ. Анализ программ подготовки для ДЮСШ.	2	
<b>Тема 3. Оздоровительно-рекреационная и реабилитационная физическая культура (Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	
	Содержательные основы оздоровительно-рекреационной и реабилитационной физической культуры. Общая характеристика средств, используемых в физической рекреации. Требования к подбору рекреационных упражнений и условиям их проведения. Физкультурно-оздоровительная работа по месту жительства; в условиях досуга и активного отдыха: деятельность физкультурно-спортивных клубов, рекреационных парков, центров проведения спортивных праздников, летних и зимних оздоровительных лагерей.	4	3 5; ОК 1,2, 4, 5, 6, 8
	Организация реабилитационных мероприятий средствами физической культуры. Методика проведения физической реабилитации в группы ЛФК и группах здоровья, при самостоятельных занятиях. Спорт инвалидов.	2	
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	5. Физкультурно-оздоровительные системы и нетрадиционные средства физической культуры.		
<b>Тема 4. Планирование и контроль физкультурно-спортивной работы (Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b>	<b>3</b>	ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4
	Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Виды планирования физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Виды и методы педагогического контроля в физкультурно-спортивной деятельности.		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Особенности врачебного контроля при проведении при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами.			
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>		
	6. Анализ документов планирования и контроля физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.			
<b>Тема 5.</b> Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований <b>(Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b>	<b>6</b>		
	Спортивные соревнования и мероприятия. Общая характеристика соревнований. Виды, уровень и ранг соревнований. ЕВСК. Организация и проведение спартакиад.	2	ОК 2, 6, 7, 8, 10; ПК 2,1; 2,2; 2,3; 2,4	
	Планирование спортивных соревнований и мероприятий. Принципы планирования. Основная документация, отражающая планирование спортивных мероприятий и соревнований. Единый календарный план физкультурно-спортивных соревнований и мероприятий. Положение о соревновании. Сценарий физкультурно-массового мероприятия и спортивного соревнования. Отчетная документация о проведении соревнований.	2		
	Формирование и работа судейской коллегии. Состав права и обязанности судейской коллегии. Проведение мандатной комиссии. Основные процедуры работы судейской коллегии. Организация судейских семинаров	2		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>		
	7. Разработка Положения о соревнованиях. Составление отчета о проведении спортивных соревнований			
<b>Тема 6.</b> Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности <b>(Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b>	<b>2</b>		
	Классификация физкультурно-спортивных сооружений: основные и вспомогательные сооружения, сооружения (места) для зрителей. Требования к физкультурно-спортивным сооружениям. Обеспечение доступности и безопасности пользования физкультурно-спортивными сооружениями. Спортивный инвентарь и оборудование для проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся. Техника безопасности использования спортивного инвентаря и оборудования при проведении занятий с различными возрастными группами.	2	ОК 10; ПК 2,5;	
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>		
	2			



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	8. Анализ документации, обеспечивающей функционирование простейших физкультурно-спортивных сооружений и мест занятий физической культурой. 9. Анализ документации по технике безопасности использования инвентаря и оборудования, требования к ее оформлению.	2	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>40</b>	
1. Изучение нормативно-правовых документов: ФЗ «Об образовании в РФ», ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», ведомственных актов Министерства спорта РФ и Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга.		10	
2. Изучение современных физкультурно-оздоровительных методик (система Лидьярда – бег ради жизни, система Стрельниковой, восточные системы оздоровления, система Пинкней Каллане - калланетик)		30	
<b>Раздел 2.2 Менеджмент физической культуры и спорта</b>			
Тема. 1.1 Менеджмент в сфере физической культуры и спорта как учебная дисциплина	<b>Содержание</b>		
	1. Понятие «управление» и «менеджмент» в физической культуре и спорте. Предмет менеджмента в физической культуре и спорте.	1	2
	2. Характерные черты и стадии менеджмента. Законы и закономерности менеджмента.	1	2
	<b>Практические занятия</b>		
	1. Характеристика современного менеджера	1	
Тема 1.2 Менеджмент в физической культуре и спорте как система	<b>Содержание</b>		
	1. Понятие «система» управления (менеджмента) и её элементы. Цели и функции менеджмента в физической культуре и спорте.	2	2
	2. Принципы менеджмента в физической культуре и спорте. Методы менеджмента в физической культуре и спорте.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	2. Определение объектов и субъектов управления.	1	
	3. Изучение функциональных разновидностей менеджмента	1	
	4. Систематизация методов менеджмента	1	
	5. Менеджмент в деятельности тренера и педагога по физической культуре и спорту	1	
Самостоятельная работа: 1. Составить презентацию на тему «Основные функции Международного олимпийского комитета»	5		
Тема. 1.3 Управленческое решение как системный инструмент менеджмента в физической культуре и спорте	<b>Содержание</b>		
	1. Сущность управленческих решений и их классификация. Процесс разработки управленческих решений.	1	2
	2. Факторы, влияющие на процесс принятия решений. Модели принятия решений. Методы принятия решений. Требования к качеству управленческих решений.	2	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	6. Подготовка управленческого решения	1	
	7. Определение последовательности управленческих действий	1	
	8. Классификация управленческих решений	1	
	9. Целеполагание как основа управления	1	
	Самостоятельная работа: 2. Составить презентацию на тему «Система мотивации труда»	5	
Тема 1.4. Система управления физической культурой и спортом в Российской Федерации	<b>Содержание</b>		
	1. Организационно-правовые формы и типология организаций в сфере физической культуры и спорта	1	2
	2. Основные правовые документы, используемые в менеджменте физкультурно-спортивных организаций. Основные формы договора в сфере физической культуры и спорта.	2	2
	3. Государственные органы специальной компетенции и структура управления физической культурой и спортом. Полномочия федеральных органов государственной власти, органов власти субъектов РФ и органов местного самоуправления.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	10. Классификация физкультурно-спортивных организаций	1	
	11. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года	1	
	12. Составление схемы органов управления физической культурой и спортом РФ	1	
	13. Изучение организационной структуры менеджмента	1	
	Самостоятельная работа: 3. Составить презентацию федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»	5	
Тема 1.5 Система подготовки, повышения квалификации и переподготовки специалистов физической культуры и спорта	<b>Содержание</b>		
	1. Многоуровневая система подготовки специалистов физической культуры и спорта. Повышение квалификации и переподготовка специалистов физической культуры и спорта.	1	2
	<b>Практические занятия</b>		
	14. Стимулирование инициативы и творческой активности работников	1	
Тема 1.6 Социально-психологические аспекты	<b>Содержание</b>		
	1. Социально-психологический портрет спортивного менеджера. Ресурсы менеджера.	1	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

менеджмента физической культуры и спорта	2. Формирование трудового коллектива: Взаимодействие менеджера и коллектива. Психологическая устойчивость руководителя как основа нормальной обстановки в организации.	2	2
	3. Конфликты в коллективе. Управление конфликтами в организации.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	15. Определение роли менеджера	1	
	16. Изучение особенностей разработки и принятия решений в группе	1	
	17. Определение стилей управления. Решение ситуационных задач	1	
	18. Характеристика различных стилей тренера как руководителя	1	
	Самостоятельная работа: 4. Составить презентацию на тему «Социальные роли и отношения в коллективе»	5	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>3</b>	



Наименование тем междисциплинарного курса	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>Раздел 3. МДК.02.03. Лечебная физическая культура (ЛФК) и массаж</b>		<b>185</b>	
<b>Лечебная физическая культура</b>			
<b>Тема 1.1.</b> Общие основы ЛФК. Механизмы воздействия лечебных упражнений.	<b>Содержание</b>	<b>5</b>	ОК1, ОК2, ОК4, ОК5; ПК2.1
	1. История возникновения и развития ЛФК. Общие основы ЛФК. Средства, формы и методы занятий лечебной физкультурой. Классификация гимнастических упражнений. Значение ЛФК в комплексном лечении заболеваний и травм.	1	
	2. Механизмы лечебного воздействия гимнастических упражнений. Механизмы стимулирующего и трофического действия. Компенсации нарушенных функций, образование временных компенсаций.	2	
	3. Формы ЛФК в различных двигательных режимах. Понятие об идеомоторных и изометрических упражнениях.	2	
	<b>Практические занятия</b>	<b>1</b>	
1. Общие основы лечебной физической культуры. Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного воздействия физических упражнений.			
<b>Тема 1.2.</b> Контроль за переносимостью процедур лечебной физкультуры.	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	ОК5, ОК6, ОК7, ОК8,
	1. Физиологическая кривая на занятиях ЛФК. Визуальные признаки утомления. Определение частоты дыхания. Контроль за изменениями клинических показателей и функционального состояния.	2	
	2. Определение толерантности нагрузки. Освоение методов дозировки, контроля за переносимостью нагрузки.	2	
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
2. Показания и противопоказания к проведению ЛФК			
<b>Тема 1.3.</b> ЛФК при травмах. Составление комплексов ЛФК при травмах (Из вариативной части)	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	ОК12, ПК1.2, ПК1.8, ПК2.1,
	1. Классификация травм. Задачи и общие принципы ЛФК при травмах. Механизмы лечебного воздействия физических упражнений при травмах.		
	2. Методика ЛФК при переломах костей плечевого пояса, позвоночника и нижних конечностей.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	3. ЛФК при травмах. Первая помощь при травмах	2	
4. Составление комплексов ЛФК при переломах костей плечевого пояса, позвоночника и нижних конечностей.	2		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 1.4.</b> ЛФК при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы. ЛФК при нарушении обмена веществ и недостаточном кровообращении <b>(Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b> 1. Краткая характеристика заболеваний органов дыхания, внутренних органов, заболеваний сердечно-сосудистой системы. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК. 2. Методика занятий лечебной физкультурой при бронхите, пневмонии, бронхиальной астме. Методика респираторной гимнастики. 3. Методика занятий ЛФК при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. 4. Методика проведения ЛФК при ревматизме, гипертонии, гипотонии, сердечно-сосудистой недостаточности. 5. Методика занятий ЛФК при нарушении обмена веществ и недостаточном кровообращении.	<b>5</b>	ПК2.3, ПК2.4, ПК2.5, ПК2.6
	<b>Практические занятия</b> 5. Составление комплексов ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Составление комплексов лечебной гимнастики при заболеваниях внутренних органов.	<b>6</b> 2	
	6. Составление комплексов ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Составление комплексов ЛФК при нарушении обмена веществ, недостаточном кровообращении.	2	
	7. Проведение процедур ЛФК в учебной группе при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	
<b>Тема 1.5</b> ЛФК при заболевании нервной системы <b>(Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b> 1. Характеристика двигательных и чувствительных нарушений при травмах. Краткая характеристика заболеваний различных структур нервной системы. 2. Методика ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга. Методика ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга и периферических нервов.	<b>4</b>	ПК2.3, ПК2.4, ПК2.5, ПК2.6
	<b>Практические занятия</b> 8. ЛФК при заболеваниях нервной системы	<b>6</b> 2	
	9. Составление комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга в учебной группе.	2	
	10. Составление комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга и периферических нервов в учебной группе.	2	
<b>Тема 1.6</b> ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата <b>(Из вариативной части)</b>	<b>Содержание</b> 1. Методика ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. 2. Общая характеристика нарушений осанки. Сколиозы: этиология, формы, степени, диагностика. Методики ЛФК для разгрузки и вытяжения позвоночника. Методика коррекции патологической осанки. 3. Методика занятий с детьми со сколиозами, посещающими уроки физкультуры. Лечебная гимнастика при плоскостопии.	<b>5</b>	ПК2.3, ПК2.4, ПК2.5, ПК2.6





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Практические занятия</b> 11. Составление комплексов ЛФК при сколиозе в учебной группе. Составление комплексов ЛФК при плоскостопии. 12. Составление комплексов ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата в учебной группе.	<b>4</b> 2 2	
<b>Тема 1.7</b> Организация занятий ЛФК в специальных медицинских группах в школе.	<b>Содержание</b> 1. Организация медицинских групп в школе. Характеристика специальной и подготовительной медицинской группы. 2. Особенности занятий при различных заболеваниях и нарушениях в состоянии здоровья школьников. Выбор упражнений, дозировка нагрузки. 3. Методика ЛФК для глаз. Лечебная гимнастика при близорукости. 4. Методика проведения занятий ЛФК в бассейне со школьниками с нарушениями в физическом развитии.	<b>8</b>	ПК2.3, ПК2.4, ПК2.5, ПК2.6,
	<b>Практические занятия</b> 13. Составление комплексов ЛФК для коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе и подготовительной медицинской группе. 14. Составление комплексов ЛФК для организации занятий ЛФК в бассейне ( <b>Из вариативной части</b> )	<b>4</b> 2 2	
	<b>Тема 1.8</b> Физическая культура для лиц старшего и пожилого возраста.	<b>Содержание</b> 1. Анатомо-физиологические особенности лиц старшего возраста. Морфофункциональные изменения в основных системах организма при старении. 2. Основы организации и методики занятий оздоровительной и лечебной физической культурой с людьми пожилого и старческого возраста в зависимости от степени и характера изменений со стороны различных органов и систем организма	
	<b>Практические занятия</b> 15. Разработка комплексов упражнений для занятий физической культурой с людьми пожилого и старческого возраста в зависимости от возраста и состояния здоровья с учетом характера возрастной патологии.	<b>4</b>	
<b>Самостоятельная работа</b> 1. Средства лечебной физкультуры. 2. Классификация физических упражнений. 3. Особенности оздоровительной тренировки на различных возрастных этапах.		<b>30</b>	ОК 1-10 ПК 2.1 – 2.6
<b>Массаж</b>			



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 2.1.</b> Общие основы массажа	<b>Содержание</b> 1. Понятие о массаже. Физиологические механизмы влияния массажа на организм и отдельные системы организма. Виды, методы, формы массажа. 2. Показания и противопоказания к применению массажа. Гигиенические основы массажа. 3. Классификация видов массажа: аппаратные виды, общий массаж, спортивный массаж.	<b>3</b>	ОК12, ПК2.2,
	<b>Практические занятия</b> 1. Гигиенические основы массажа: требования к помещению и оборудованию, требования к массажисту.	<b>1</b>	
<b>Тема 2.2.</b> Техника выполнения массажа и самомассажа на отдельных участках тела	<b>Содержание</b> 1. Технические приемы массажа. Классификация технических приемов массажа: поглаживание, выжимание, растирание, разминание, ударные (прерывистая вибрация) и вибрационные (непрерывистая вибрация) приемы, движения. 2. Особенности процедуры самомассажа. Назначение самомассажа. Исходные положения. Приемы и техника выполнения.	<b>2</b>	ОК12, ПК2.2,
	<b>Практические занятия</b> 2. Техника поглаживания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	<b>12</b>	
	3. Техника растирания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	4. Техника разминания: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	5. Техника вибрации: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	2	
	6. Техника самомассажа: техника выполнения на отдельных участках тела; методические указания, ошибки при выполнении приема.	4	
	<b>Тема 2.3</b> Методика проведения различных видов массажа.	<b>Содержание</b> 1. Методика проведения общего массажа. 2. Методика проведения спортивного массажа.	
<b>Практические занятия</b> 7. Освоение методики проведения массажа спины.	<b>30</b>		
8. Освоение методики проведения массажа груди и живота.	3		
9. Освоение методики проведения массажа верхних конечностей.	2		
10. Освоение методики проведения массажа нижних конечностей.	3		
11. Освоение методики проведения массажа пояснично-крестцовой области.	3		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	12. Освоение методики проведения массажа волосистой части головы.	2	
	13. Освоение методики проведения массажа лица и шеи.	3	
	14. Освоение методики проведения массажа шейно-воротниковой зоны.	3	
	15. Освоение методики проведения общего массажа.	3	
	16. Освоение методики проведения спортивного массажа.	6	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>33</b>	ОК 1 – 10 ПК 2.1 – 2.6
1. Выполнение основных приемов массажа и самомассажа.		3	
2. Анатомо-физиологическое обоснование и механизм воздействия массажа на нервную систему.		3	
3. Анатомо-физиологическое обоснование и механизм воздействия массажа на опорно-двигательный аппарат.		3	
4. Анатомо-физиологическое обоснование и механизм воздействия массажа на кожу и подкожно-жировую клетчатку.		3	
5. Физиологическое действие массажа на мышечную систему.		3	
6. Поглаживание: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема.		3	
7. Растирание: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема.		3	
8. Разминание: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема.		3	
9. Вибрация: особенности физиологического воздействия, техника и методика выполнения приема.		3	
10. Массаж в сочетании с другими видами лечения.		3	
11. Спортивный массаж.		3	
<b>Учебная практика</b>		<b>36</b>	ОК 1 – 10 ПК 2.1 – 2.6
<b>Виды работ:</b>			
1. Изучение документации планирования в спорте			
2. Прохождение инструктажа по технике безопасности, предупреждению травматизма и оказанию первой помощи			
3. Выполнение педагогического анализа физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения			
4. Разработка и оформление конспектов занятий в спортивных секциях и кружках с различными возрастными группами населения			
5. Проведение занятий в спортивных кружках и секциях с различными возрастными группами населения			
6. Самоанализ занятий в спортивных кружках и секциях с различными возрастными группами населения			
<b>Производственная практика по ПМ.02</b>		<b>216</b>	ОК 1 – 10 ПК 2.1 – 2.6
<b>Виды работ:</b>			
1. Просмотр и анализ гигиенического, оздоровительного и спортивного массажа в МВЦ.			
2. Выполнение приемов гигиенического, оздоровительного и спортивного массажа.			
3. Наблюдение и анализ уроков физкультуры, тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий различных возрастных групп занимающихся.			



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>4. Планирование и разработка документов учебного процесса по физической культуре, спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.</p> <p>5. Ведение документации, обеспечивающей организацию и проведение уроков физкультуры, физкультурно-спортивных мероприятий и занятий физической культурой и спортом.</p> <p>6. Проведение уроков, тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с различными возрастными группами занимающихся.</p> <p>7. Проведение педагогического контроля занимающихся.</p> <p>8. Самоанализ и самооценка проведения занятий по видам физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>9. Изучение и составление документов планирования уроков физической культуры в специальных медицинских группах.</p> <p>10. Наблюдение и анализ занятий ЛФК в специальных медицинской группе в общеобразовательной школе.</p> <p>11. Разработка комплексов ЛФК при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, при нарушении осанки, деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.</p> <p>12. Проведение комплексов ЛФК под наблюдением инструктора.</p>		
<p><b>Примерная тематика курсовых проектов</b></p> <p>1. Влияние кругового метода проведения уроков гимнастики на физическую подготовленность учащихся.</p> <p>2. Влияние занятий гимнастикой на состояние здоровья и физическое развитие человека.</p> <p>3. Использование игровых заданий на уроках гимнастики.</p> <p>4. Акробатика на уроках физической культуры в 1-4, в 5-8 и 9-11 классах.</p> <p>5. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня и внеклассная работа по гимнастике в школе.</p> <p>6. Легкая атлетика в программе оздоровительной тренировки мужчин и женщин.</p> <p>7. Специальные упражнения легкоатлетов и методика их применения.</p> <p>8. Анализ техники и методика обучения бегу на средние и длинные дистанции.</p> <p>9. Организация и содержание занятий легкой атлетикой для различных возрастных групп.</p> <p>10. Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся легкой атлетикой.</p> <p>11. Организация и методика проведения соревнований по легкой атлетике для школьников.</p> <p>12. Легкая атлетика как средство развития психофизических качеств человека в различном возрасте.</p> <p>13. Педагогический потенциал подвижных игр в воспитании, обучении и тренировке.</p> <p>14. Оздоровление населения (возрастные диапазоны на выбор) средствами подвижных игр.</p> <p>15. Организация игровой деятельности участников массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>16. Дифференциация образовательного материала по подвижным играм с учетом возрастных особенностей занимающихся.</p> <p>17. Физическая подготовка детей среднего школьного возраста средствами физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности.</p> <p>18. Занятия баскетболом как эффективное средство физической подготовки 12-16-летних школьников.</p> <p>19. Развитие специальных качеств у юных гандболистов.</p>	<p><b>36</b></p>	<p>ОК 1 – 10 ПК 2.1 – 2.6</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <p>20. Развитие психофизических качеств у школьников старших классов посредством игры в настольный теннис.</p> <p>21. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания для различных возрастных групп населения.</p> <p>22. Содержание и методика обучения прикладному плаванию.</p> <p>23. Влияние фитнес-аэробики на развитие и воспитание физических качеств у детей школьного возраста.</p> <p>24. Особенности оздоровительной аэробики как вида физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>25. Оздоровительная тренировка женщин 25-30 лет с применением тренажеров.</p> <p>26. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию.</p> <p>27. Особенности подготовки и проведения соревнований по туризму с оздоровительной направленностью.</p> <p>28. Кроссфит как направление совершенствования процесса физического воспитания в образовательном учреждении</p> <p>29. Развитие силовых качеств у обучающихся с использованием системы кроссфит.</p> <p>30. Кроссфит как средство общей физической подготовки на уроках физической культуры.</p> |  |  |
|---|--|--|



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

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

Для реализации рабочей программы профессионального модуля предусмотрено наличие:

- спортивных залов и площадок по видам спорта, оснащенных современным оборудованием и спортивным инвентарем для проведения занятий;
- зала лечебной физической культуры и массажа

*Оборудование и технические средства обучения кабинета лечебной физической культуры и массажа:*

- массажные столы
- комплект учебно-методической документации;
- наглядные пособия;
- технические устройства для аудиовизуального отображения информации.

*Оборудование и технические средства обучения универсального спортивного зала:*

- спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий по видам физкультурно-спортивной деятельности

*Оборудование и технические средства обучения гимнастического зала:*

- гимнастические снаряды;
- аудио и видеотехника;
- спортивный инвентарь для освоения различных видов гимнастики

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения.

Основные источники:

1. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование (6-е изд., стер.) учебник. М.: Издательский центр «Академия», 2014
2. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика : учеб. пособие для СПО / Л. С. Дворкин. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 148 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08139-8. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/E42C54BF-27CE-4B23-8888-830F9AD4A30A](http://www.biblio-online.ru/book/E42C54BF-27CE-4B23-8888-830F9AD4A30A).
3. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте (7-е изд., стер.) учебник, М.: Издательский центр «Академия», 2015
4. Литвинов А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание / Под ред. Литвинова А.А. (3-е изд., стер.) учебник,- М.: Издательский центр «Академия», 2014
5. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учеб. пособие для СПО / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 138 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/7D7E3EFF-DCC3-4DB8-B8B4-F7FD52D1770D](http://www.biblio-online.ru/book/7D7E3EFF-DCC3-4DB8-B8B4-F7FD52D1770D).
6. Попов С.Н. Лечебная физическая культура / Под ред. Попова С.Н. (11-е изд., стер.) учебник, М.: Издательский центр «Академия», 2015
7. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика , Терехина Р. Н., Крючек Е. С., Люйк Л. В., и др./Под ред.: Крючек Е. С. , Терехина Р. Н.- 2-е изд., стер. Издание. М.: Издательский центр «Академия», - 2014г.
8. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика , Грецов Г. В., Войнова С. Е., Германова А. А., и др./Под ред.: Грецов Г. В. , Янковский А. Б.-4-е изд., стер. Издание. М.: Издательский центр «Академия», - 2016.
9. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт , Сергеев Г.А., Мурашко Е.В., Сергеева Г.В., и др. Под ред.: Сергеев Г.А. 4-е изд., М.: Издательский центр «Академия», 2015.
10. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры, Макаров Ю. М., Луткова Н. В., Минина Л. Н., и др. Под ред.: Макаров Ю. М.3-е изд., стер. Издание. М.:





Издательский центр «Академия», 2014г. <http://www.academia-moscow.ru/catalogue/4897/128088/>

11. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. Учреждений высш. образования / [Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка. – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 464 с. – (Сер. Бакалавриат).

Дополнительные источники:

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика: учеб. пособие для СПО / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 173 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/5582C698-90DB-4B44-9C96-C83D8ECB4228](http://www.biblio-online.ru/book/5582C698-90DB-4B44-9C96-C83D8ECB4228).

2. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика: учеб. пособие для СПО / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 461 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/FC84B8CA-A2DE-4B68-83FF-963AD1B8AFF9](http://www.biblio-online.ru/book/FC84B8CA-A2DE-4B68-83FF-963AD1B8AFF9)

3. Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта: учеб. пособие для СПО / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 402 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/54F1A5DE-841E-470F-A1F9-1C8BFB12543D](http://www.biblio-online.ru/book/54F1A5DE-841E-470F-A1F9-1C8BFB12543D).

4. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учеб. пособие для СПО / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 125 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9913-6. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/1B577315-8F12-4B8D-AD42-6771A61E9611](http://www.biblio-online.ru/book/1B577315-8F12-4B8D-AD42-6771A61E9611)

5. Корольков, А. Н. Методика обучения физической культуре. Гольф: учеб. пособие / А. Н. Корольков. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 113 с. — (Серия: Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-08485-6. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/5367C3BB-EA43-480D-B6DA-DFB8CCB46FC3](http://www.biblio-online.ru/book/5367C3BB-EA43-480D-B6DA-DFB8CCB46FC3).

6. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учеб. пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/497E7F11-5C56-48CF-9365-3D4BFB65DF93](http://www.biblio-online.ru/book/497E7F11-5C56-48CF-9365-3D4BFB65DF93).

7. Плавание с методикой преподавания: учебник для СПО / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 344 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/9474DFB6-FF06-4BD2-B580-A74AF0607396](http://www.biblio-online.ru/book/9474DFB6-FF06-4BD2-B580-A74AF0607396).

8. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры: учеб. пособие для СПО / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 158 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07858-9. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/1A9F60E5-79CE-4819-A934-CD1373F0BA96](http://www.biblio-online.ru/book/1A9F60E5-79CE-4819-A934-CD1373F0BA96).

9. Теория и методика избранного вида спорта: учеб. пособие для СПО / Т. А. Завьялова [и др.]; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 189 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/3BA88BD1-5829-4C56-974C-7D7F3422E7F9](http://www.biblio-online.ru/book/3BA88BD1-5829-4C56-974C-7D7F3422E7F9).

Интернет-ресурсы:

1. Сайт: «Medicalj.ru» [Электронный ресурс] –режим доступа свободный: <http://www.medicalj.ru/maneuver/conservative-treatment/455-lfc>

2. Сайт: «Медицинская энциклопедия/ Лечебная физическая культура» [Электронный ресурс] –режим доступа свободный: <http://www.medical-enc.ru/lfk/>

#### **4.3. Общие требования к организации образовательного процесса.**

Занятия проводятся в технически и методически оснащенных кабинетах и спортивных залах в соответствии с учебным расписанием.





Освоению модуля предшествует обязательное изучение учебных дисциплин Анатомия, Гигиенические основы физической культуры и спорта, Психология, Теория и история физической культуры и спорта, Безопасность жизнедеятельности.

Учебная и производственная практики проводятся на базе образовательной организации (Колледжа) или в организациях, направление деятельности которых, соответствует профилю подготовки обучающихся.

#### **4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Реализация программы подготовки специалистов среднего звена ППССЗ должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

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

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения позволяют проверять у обучающихся сформированность профессиональных компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<p>ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.</p> <p>ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p> <p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p> <p>ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;</li><li>• использовать основные приемы массажа и самомассажа;</li></ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</li><li>• средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;</li><li>• дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;</li><li>• показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;</li><li>• основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- экспертная оценка проведения практических занятий и фрагментов уроков;</li><li>- экспертная оценка составленных конспектов занятий;</li><li>- экспертная оценка выполнения заданий практических занятий;</li><li>- экспертная оценка выполнения самостоятельной работы по темам обучения;</li><li>- экспертная оценка качества выполнения курсовой работы.</li></ul> <p>Дифференцированный зачет</p>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;</li><li>• понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;</li><li>• основные виды и приемы массажа.</li></ul>	
--	--	--

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

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	– демонстрация интереса к будущей профессии	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	– выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач в области физкультурно-спортивной подготовки; – оценка эффективности и качества выполнения;	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	– решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области педагогического процесса и физкультурно-спортивной подготовки;	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	– эффективный поиск необходимой информации; – использование различных источников, включая электронные носители и сеть Интернет; – использование различных источников при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	– разработка планирующей документации; – создание баз данных результатов и их учет; – использование в учебной и профессиональной деятельности различных видов программного обеспечения, в том числе	



	специального, при оформлении и презентации всех видов работ.	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	<ul style="list-style-type: none"><li>– взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения;</li><li>– умение выбирать эффективный стиль общения при взаимодействии с обучающимися при проведении деловых игр, выполнении коллективных заданий (проектов);</li><li>– с преподавателями, в ходе обучения</li><li>– с коллегами в ходе производственной практики.</li></ul>	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	<ul style="list-style-type: none"><li>– самоанализ и коррекция результатов собственной работы;</li><li>– умение проводить самоанализ и коррекцию результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач;</li><li>– формулировать уровень ответственности за результат выполнения задания.</li></ul>	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	<ul style="list-style-type: none"><li>– организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля;</li><li>– составление плана и качество выполнения заданий для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики;</li><li>– определение этапов и содержания работы по реализации самообразования.</li></ul>	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	<ul style="list-style-type: none"><li>– умение формулировать цели профессиональной деятельности на среднесрочную и долгосрочную перспективу;</li><li>– умение применять общедоступные средства современных технологий в профессиональной деятельности.</li></ul>	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	<ul style="list-style-type: none"><li>– соблюдение техники безопасности.</li><li>– использование средств и методов оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе</li></ul>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов; - применение различных форм профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта.	
--	---	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение I.3  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ  
ПМ.03 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И  
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Санкт-Петербург  
2021 г.



**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
МОДУЛЯ**

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
МОДУЛЯ**

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





## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ.**

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

Рабочая программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности СПО 49.02.01 **Физическая культура**.

### **1.2. Место профессионального модуля ПМ.03 в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Профессиональный модуль ПМ.03 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности» относится к профессиональному учебному циклу основной профессиональной образовательной программы.

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

Обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:  
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

Обучающийся должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.



**В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен иметь практический опыт:**

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

**уметь:**

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

**знать:**

- теоретические основы и методику планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта;
- теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;
- основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;
- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту;
- погрешности измерений;
- теорию тестов;
- метрологические требования к тестам;



- методы количественной оценки качественных показателей;
- теорию оценок, шкалы оценок, нормы;
- методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте;
- статистические методы обработки результатов исследований.

#### 1.4 Количество часов на освоение программы профессионального модуля ПМ.03:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 533 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 277 часов, в том числе 160 часов за счет вариативной части.

самостоятельной работы обучающегося – 148 часов,

производственной практики - 108 часов.

#### 1.5 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:

Вариативные часы (197 часов) направлены на углубление и расширение основных понятий в рамках освоения МДК профессионального модуля.

Компетенция	В результате освоения профессионального модуля в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Количество часов
Профессиональный стандарт «Инструктор-методист» ОТФ С: Проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации и обеспечение безопасности в спортивном сооружении и на его территории	<u>Уметь:</u> планировать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; Проверять исправность оборудования и спортивного инвентаря, спортивной техники <u>Знать:</u> основы спортивно-массовой работы; безопасные методы и приемы выполнения работ на спортивных объектах	Тема 1.2 Комплексный контроль в подготовке спортсменов	36
		Тема 1.4 Технология управления спортивной подготовкой	40
	<u>Уметь:</u> – собирать и анализировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; – составлять текущую и периодическую отчетность по утвержденным формам; оценивать результаты физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации	Курсовой проект	18
	<u>Знать:</u> – передовой опыт физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; – методики оценки результативности	Раздел 3. Психологические особенности деятельности педагога по физической культуре и спорту	66



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; – методы сбора и первичной обработки информации		
--	--	--	--



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

### 2.1. Содержание и учебный план профессионального модуля ПМ.03 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего часов (макс. учебная нагрузка и практика)	В форме практической подготовки	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса, час.					Практика, час.	
				Учебная нагрузка обучающегося				Самостоятельная работа обучающегося	Учебная	Производственная
				Всего	в том числе					
					Лекции	Практич. занятия	Курсовая работа			
<b>ПК 3.1</b> <b>ПК 3.2</b> <b>ПК 3.3</b> <b>ПК 3.4</b> <b>ПК 3.5</b>	Раздел 1. Разработка методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, организации учебно-тренировочного процесса и руководства деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	<b>270</b>	<b>215</b>	<b>143</b>	68	75	<b>55</b>		<b>72</b>	
	Раздел 2. Систематизация и оценивание педагогического опыта в области физической культуры	<b>164</b>	<b>104</b>	<b>68</b>	12	20	36	<b>60</b>	<b>36</b>	
	Раздел 3. Психологические особенности деятельности педагога по физической культуре и спорту	<b>99</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	41	25	<b>33</b>			
	<b>Всего:</b>	<b>533</b>	<b>385</b>	<b>277</b>	121	120	36	<b>183</b>	<b>108</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2.2. Тематический план и содержание теоретического обучения по профессиональному модулю ПМ.03

Наименование разделов ПМ, МДК и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
<b>МДК.03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту.</b>			
<b>Раздел 1. Разработка методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, организации учебно-тренировочного процесса и руководства деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.</b>		<b>143</b>	
<b>Тема 1.1. Методическое обеспечение и технология физкультурно-спортивной деятельности.</b>	<b>Содержание</b> 1. Основы технологии планирования физкультурно-спортивной деятельности. Место и значение планирования в спорте, порядок и правила составления учебно-методической документации. Общие сведения о технологии разработки документов планирования в спорте. Основные положения планирования соревновательной деятельности, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения. Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам. 2. Разработка образовательной программы учебно-тренировочного процесса. Методика разработки локально-правовых актов обеспечения организации образовательного процесса на основе нормативной документации. Общие сведения об образовательной программе в детско-юношеских спортивных школах. Структура образовательной программы. Содержание учебно-тренировочного процесса на всех этапах подготовки. Режим учебно-тренировочной работы. Учет учебно-тренировочного процесса в спортивных школах. 3. Методика составления рабочей программы для различных групп занимающихся. Требования к составлению рабочей программы. Содержание, цели и задачи рабочей программы. Методическая последовательность изложения теоретического и практического материала на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта. Структура рабочей программы. 4. Методика составления календарно-тематического плана для различных групп занимающихся. Структура педагогической технологии разработки календарно-тематического плана в избранном виде спорта. Требования к планированию (целевая направленность учебно-тренировочного процесса, всесторонность планирования задач, учет закономерностей физического воспитания,	14	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

конкретность планирования). Цели и задачи планирования. Методическая последовательность календарно-тематического планирования. Макет календарно-тематического плана.

5. Технология разработки положения о соревнованиях. Нормативно-методическое сопровождение разработки положения о соревнованиях. Знакомство с типовым положением о соревнованиях. Цели и задачи руководство проведением соревнования, сроки и место проведения. Программа соревнований, система оценки результатов, порядок и срок подачи заявок, медико-санитарное обеспечение и техника безопасности. Условия награждения победителей личного и командного первенства, порядок подачи протестов и их рассмотрения, дополнительные условия проведения соревнований.

6. Технология разработки программы физкультурно-оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности.

7. Цели и задачи программ физкультурно-оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий. Виды целевых программ. Паспорт программы, характеристика, целесообразность, необходимость программы. Планируемые показатели эффективности реализации программы. Перечень мероприятий программы.

8. Методика составления календарно-тематического плана физкультурно-оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий. Требования к составлению календарно-тематического плана. Структура макетов, образцов. План физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий на календарный год с учетом нормативно-правовых актов.

9. Методика разработки положения об организации физкультурно-оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий. Знакомство с типовым положением. Структура положения. Порядок организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением по месту жительства. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением на базе спортивных, дворовых площадок.

10. Основы исследовательской деятельности. Введение в проектно-исследовательскую деятельность. Структура учебно-исследовательской деятельности. Виды исследовательских работ. Этапы работы в процессе исследования. Определение объекта и предмета исследовательской работы. Определение цели и задач. Планирование работы. Работа с источниками информации. Выбор методов исследования.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>11. Методика проведения исследовательской работы. Основы теории тестов: классификация, требования и разновидности тестов. Методы оценки тестов. Основные понятия, задачи оценивания таблицы очков по видам спорта. Виды шкал оценок. Оценка комплекса тестов.</p> <p>12. Анализ результатов исследований. Статистические методы обработки результатов. Подготовка к защите учебно-исследовательской работы.</p> <p>13. Оформление и защита исследовательской работы. Основные требования к оформлению исследовательской работы, в том числе курсовой и выпускной квалификационной работы. Требования к составлению и оформлению выступлений, отчетов, рефератов, конспектов. Структура и содержание рефератов. Правила составления конспектов. Методика составления отчетов. Порядок защиты курсовой работы и выпускной квалификационной работы.</p> <p>14. Организация исследовательской работы в области физической культуры и спорта на примере курсовой работы. Выбор темы исследования. Определение целей и задач исследования, объекта и предмета исследования. Обобщение и интерпретация полученных данных. Методы обработки результатов. Формулирование выводов и практических рекомендаций. Подготовка к защите учебно-исследовательской работы.</p>		
<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Составление индивидуального тренировочного плана на различных этапах подготовки.</p> <p>2. Планирование оздоровительной тренировки для детей, подростков и лиц среднего и пожилого возраста.</p> <p>3. Составление учебно-тематических планов в избранном виде спорта для различных этапов подготовки.</p> <p>4. Разработка положения и программы соревнования в избранном виде спорта.</p> <p>5. Составление положения и программы физкультурно-оздоровительного мероприятия.</p> <p>6. Составление плана спортивно-массовых мероприятий на календарный год.</p> <p>7. Организация исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта.</p> <p>8. Анализ и отбор наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы.</p> <p>9. Составление плана выступления. Защита реферата на заданную тему.</p>	24	
<p><b>Содержание</b></p>	48	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p><b>Тема 1.2.</b> Комплексный контроль в подготовке спортсменов (из Вариативной части)</p>	<p>1. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Этапный, текущий и оперативный контроль при подготовке спортсменов к соревнованиям.</p> <p>2. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена и факторами внешней среды</p> <p>3. основные критерии осуществления комплексного контроля. Основные показатели, используемые в комплексном контроле. Характеристика факторов внешней среды: климат, состояние спортивного сооружения или соревновательных трасс, качество спортивного инвентаря, защитных сооружений, поведение зрителей, социально-психологическая обстановка в местах размещения спортсменов, объективность судейства, продолжительность переездов, условия питания и отдыха спортсменов.</p> <p>4. Учет в процессе спортивной тренировки. Формы проведения показателей спортивной тренировки (этапный, предварительный, оперативный учет). Ведение журнала учета занятий. Дневник спортсмена.</p> <p>5. Основные методы спортивной тренировки. структура тренировочного процесса. Повторный метод. Игровой метод. Соревновательный метод. Методы воспитания. Методы обучения.</p> <p>6. Программа общей физической подготовки.</p> <p>7. Статистические методы обработки данных эксперимента. Основы методики проведения педагогических исследований.</p>		
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>10. Составление программы общей физической подготовки согласно предлагаемой схеме.</p> <p>11. Разработка плана-конспекта тренировочного занятия.</p> <p>12. Применение математико-статистического метода обработки данных эксперимента.</p> <p>13. Статистический анализ результатов.</p> <p>14. Основы методики проведения исследований.</p>	15	
<p><b>Тема 1.3.</b> Основы спортивной тренировки.</p>	<p><b>Содержание</b></p> <p>1. Цели, задачи и средства спортивной тренировки. Основные понятия: тренированность, подготовленность, спортивная форма. Избранные соревновательные упражнения. Специально подготовительные упражнения. Общеподготовительные упражнения.</p> <p>2. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Система отбора и спортивной ориентации. Система соревнований. Система спортивной тренировки. Система</p>	9	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнования и системы тренировки.

3. Методы и принципы спортивной тренировки. Характеристика методов спортивной тренировки: словесные, наглядные, метод строг регламентированного упражнения; непрерывные и интервальные методы; игровой и соревновательный. Принципы спортивной тренировки. Волнообразность динамики нагрузок. Цикличность тренировочного процесса.

4. Основные стороны спортивной тренировки. Спортивно-техническая подготовка. Спортивно-тактическая подготовка.

5. Физическая подготовка. Психологическая подготовка. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Основы построения спортивной подготовки. Построение, реализация и контроль тренировочного процесса. Структура спортивной подготовки.

6. Характеристики тренировочного процесса в зависимости от масштабов времени. Этап предварительной подготовки. Этап начальной спортивной специализации. Этап углубленной специализации в избранном виде спорта.

7. Построение тренировки в микроциклах. Особенности тренировочного процесса в микроциклах. Втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие (предсоревновательные), восстанавливающие, соревновательные, ударные микроциклы.

8. Построение тренировки в мезоциклах. Особенности тренировочного процесса в мезоциклах. Втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие (предсоревновательные), соревновательные, восстанавливающие мезоциклы.

9. Построение тренировки в макроциклах. Особенности построения тренировочного процесса в многолетних макроциклах. Построение тренировки в годичных циклах. Подготовительный период. Соревновательный период. Переходный период.

**Практические занятия**

15. Разработка и анализ учебного плана спортивной подготовки.

16. Разработка и анализ группового перспективного плана спортивной тренировки.

17. Разработка и анализ графика тренировочного процесса (на примере избранного вида спорта).

18. Разработка и анализ группового годичного плана тренировки.

19. Разработка и анализ таблицы распределения тренировочных нагрузок по объему интенсивности.

20



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>20. Разработка и анализ таблицы распределения соревнований, тренировочных занятий и дней отдыха.</p> <p>21. Разработка и анализ таблицы сдачи контрольных нормативов.</p> <p>22. Разработка и анализ таблицы спортивно-технических показателей.</p> <p>23. Разработка и анализ месячного плана тренировки.</p> <p>24. Разработка и анализ недельного плана тренировки.</p>		
<p><b>Тема 1.4.</b> Технология управления спортивной подготовкой (из Вариативной части)</p> <p>1. Основные направления развития спортивного движения. Общедоступный спорт (школьно-студенческий, профессионально-прикладной, физкультурно-кондиционный, оздоровительно-рекреативный). Спорт высших достижений (супердостиженческий, профессиональный, профессионально-коммерческий).</p> <p>2. Спортивные достижения и тенденции их развития.</p> <p>3. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте. Тенденции развития спортивных достижений.</p> <p>4. Спортивный отбор как фактор подготовки спортсменов высокого класса. Понятие спортивного отбора и спортивной ориентации. Спортивные способности и факторы их определяющие. Просмотр начинающих спортсменов. Формирование ориентировочных данных. Индивидуальные различия в подготовке и их учет. Комплектование групп подготовки.</p> <p>5. Методика проведения обследований спортсменов. Антропометрические обследования, медико-биологические исследования, педагогические и контрольные испытания, психологические и социологические обследования. Ориентировочные нормативы оценки физического развития спортсменов. Проведение просмотровых учебно-тренировочных сборов.</p> <p>6. Документация перспективного планирования. Учебный план. Учебная программа. Многолетний план подготовки команды. Многолетний индивидуальный план подготовки спортсменов.</p> <p>7. Документация текущего планирования. План-график годового цикла спортивной тренировки. Годичный план подготовки (командный и индивидуальный).</p> <p>8. Оперативное планирование. Рабочий план. План-конспект тренировочного занятия. План подготовки к отдельным соревнованиям.</p> <p>9. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Структура индивидуальной подготовки. Основные показатели и аналитические данные многолетнего цикла спортивной подготовки.</p>	52	2



	<p>10. Варианты планирования годичной тренировки. Структура годичного плана. Двух- и трёх-макроциклового план. Рациональное соотношение нагрузок различной преимущественной направленности. Комплексное совершенствование двигательных качеств технико-тактического мастерства. Планирование средств общей, специальной и технической подготовки.</p>		
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>25. Формирование таблицы прогностически значимых признаков, учитываемые при массовом отборе юных спортсменов.</p> <p>26. Анализ данных антропометрических обследований юных спортсменов.</p> <p>27. Разработка плана тренировочных нагрузок по объёму интенсивности.</p> <p>28. Разработка плана распределения тренировочных занятий, соревнований и дней отдыха.</p> <p>29. Разработка плана сдачи контрольных нормативов.</p> <p>30. Разработка плана спортивно-технической подготовки.</p> <p>31. Разработка месячного плана тренировки.</p> <p>32. Разработка недельного плана тренировки.</p>	16	
<b>ПП.03 Производственная практика</b>	<p><b>Виды работ:</b></p> <p>1. Анализ учебно-методических комплектов педагогов по физической культуре и спорту.</p> <p>2. Анализ учебно-методических комплектов, вариативных (авторских программ).</p> <p>3. Анализ документов планирования педагогов по физической культуре и спорту.</p> <p>4. Проект «Распределение времени на техническую, тактическую, интегральную, теоретическую подготовку в годичном цикле по периодам и этапам в избранном виде спорта».</p> <p>5. Анализ учебно-методических комплектов педагогов по физической культуре и спорту по организации и проведению физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.</p> <p>6. Анализ документов планирования педагогов по физической культуре и спорту по организации и проведению физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.</p> <p>7. Наблюдение и анализ спортивной тренировки с использованием современных образовательных технологий.</p> <p>8. Разработка рабочей программы спортивной секции, учебно-методического плана на основе программы.</p>	72	
<b>Раздел 2. Систематизация и оценивание педагогического опыта в области физической культуры</b>		<b>32</b>	



<p><b>Тема 1.5.</b> Основы педагогического мастерства.</p>	<p><b>Содержание</b></p> <p>1. Педагогическое мастерство и его значение в обучении и воспитании школьников. Системный взгляд на подготовку учителя. Понятия «мастерство», «технология», «техника». Их взаимосвязь и взаимозависимость. Педагогическое мастерство с точки зрения особенностей педагогической деятельности.</p> <p>2. Внешний вид и самоконтроль. Внешний вид педагога: критерии и ограничения. Воспитывающее значение внешнего вида. Физическая и психологическая раскрепощенность педагога. Роль невербального общения.</p> <p>3. Движение учителя и место расположения учителя в классе (спортивном зале). Значение саморегуляции.</p> <p>4. Организация педагогического взаимодействия. Сущность педагогического взаимодействия. Принципы педагогического взаимодействия. Педагогическое общение (стили общения). Методы, приемы, средства общения.</p>	12	2
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>33. Передовой педагогический опыт.</p> <p>34. Техника речи, голос и дикция.</p> <p>35. Педагогическое моделирование. Определение состояния объекта взаимодействия.</p> <p>36. Формирование педагогических умений.</p> <p>37. Виды и формы методической работы по обобщению и распространению передового педагогического опыта.</p> <p>38. Проведение конференции на заданную тему.</p> <p>39. Подготовка и проведение деловой игры на заданную тему.</p> <p>40. Составление портфолио на основе изученного макета.</p> <p>41. Составление тестового материала для диагностирования профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту.</p> <p>42. Наблюдение и анализ эффективности применяемых методов обучения тренерами-преподавателями.</p>	20	
<p><b>ПП.03 Производственная практика</b></p>	<p><b>Виды работ:</b></p> <p>1. Презентация работы спортивной секции в образовательных учреждениях.</p> <p>2. Проект «Организация и работа спортивной секции в общеобразовательном учреждении».</p>	<b>36</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<ol style="list-style-type: none"><li>3. Изучение требований к обобщению педагогического опыта.</li><li>4. Ознакомление с банком обобщения опытом педагогов по физической культуре и спорту.</li><li>5. Оформление педагогических разработок в виде отчетов.</li><li>6. Оформление «портфолио» педагогических достижений.</li><li>7. Разработка персональных страниц на сайтах работников образования, размещение статей.</li><li>8. Подготовка презентации по педагогической проблеме.</li><li>9. Оформление результатов исследовательской и проектной работы.</li></ol>		
	<b>Самостоятельная работа</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Методическое обеспечение и технологии физкультурно-спортивной деятельности. - Изучение и анализ нормативных и методических документов по организации спортивной подготовки. Работа с нормативной и учебно-методической документацией о физической культуре и спорте в Российской Федерации. - Изучение методических материалов, обеспечивающих организацию учебно-тренировочного процесса и руководство соревновательной деятельностью в ИВС.</li><li>2. Основы спортивной тренировки. - Разработка плана-конспекта физкультурно-оздоровительного занятия. - Разработка технологической карты физкультурно-оздоровительного занятия. - Составление плана организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий для различных групп. - Методическая разработка сценария проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия. - Разработка Положения о проведении физкультурно-оздоровительного мероприятия.</li><li>3. Систематизация и оценивание педагогического опыта в области физической культуры. Методика систематизации педагогического опыта в области физической культуры и спорта. - Оформление таблицы: «Формы описания и оформления опыта педагога ФК и С». - Определение путей самосовершенствования педагогического мастерства педагога по физической культуре и спорту.</li><li>4. Основы исследовательской и проектной деятельности в сфере физической культуры и спорту. - Организация работы по созданию проекта. - Средства и методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте.</li><li>5. Подготовка и выполнение курсовой работы. - Оформление результатов опытно-экспериментальной работы.</li></ol>	<b>150</b>	
		30	
		30	
		30	
		30	
<b>Курсовое проектирование</b>	<b>Примерная тематика курсовых проектов (18 часов из Вариативной части)</b>	<b>36</b>	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

1. Общая физическая подготовка в избранном виде спорта (задачи, подбор и содержание средств ОФП).
2. Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта (задачи, виды, средства и методы СФП).
3. Техническая подготовка в избранном виде спорта.
4. Тактическая подготовка в избранном виде спорта.
5. Морально-волевая и психологическая подготовка в избранном виде спорта.
6. Оформление документов планирования спортивной подготовки.
7. Методика развития силы (определение двигательного качества, разновидности силы, методы и средства развития силы).
8. Методика развития выносливости (определение двигательного качества, виды выносливости, этапы развития выносливости, методы и средства развития выносливости).
9. Методика развития быстроты в избранном виде спорта.
10. Методика развития гибкости в избранном виде спорта.
11. Правила проведения соревнований по избранному виду спорта. Состав судейской коллегии соревнований. Уровни и виды соревнований по избранному виду спорта. Участники соревнований.
12. Методика обучения в избранном виде спорта.
13. Объем и интенсивность как критерии, регулирующие нагрузку. Зоны нагрузки.
14. Методика развития прыгучести в избранном виде спорта.
15. Профилактика травматизма в процессе учебных занятий по избранному виду спорту.
16. Организация секционной работы по избранному виду спорта в образовательных организациях.
17. Национальные образовательные системы и физическое воспитание обучающихся.
18. Отличия физических упражнений как средств и методов физического воспитания от иных видов двигательных действий.
19. Информативные показатели нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).
20. Отличительные черты спорта в комплексе явлений культуры и физической культуры, его специфические функции в обществе.
21. Особенности построения тренировки в условиях среднегорья и в других необычных внешне-средовых условиях.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>22. Особенности построения тренировки на этапе непосредственной подготовки к основному соревнованию.</p> <p>23. Особенности построения тренировки в условиях соревновательного периода большой продолжительности.</p> <p>24. Зависимость перспектив и особенностей развертывания спортивной деятельности от уровня спортивной одаренности индивида.</p> <p>25. Организационно-методические основы производственной физической культуры (производственной гимнастики, после рабочего восстановления, профессионально-прикладной физической подготовки – по одному виду и на примере одной из групп труда).</p> <p>26. Пути самосовершенствования педагогического мастерства тренера-преподавателя.</p> <p>27. Средства и методы физкультурно-оздоровительных занятий с детьми младшего школьного возраста в группах продлённого дня.</p> <p>28. Методы контроля эффективности педагогического процесса на занятиях физическими упражнениями урочного типа.</p> <p>29. Влияние различных форм оздоровительных и рекреативных занятий на состояние здоровья и физическую работоспособность взрослого населения.</p> <p>30. Особенности теоретической и психологической подготовки спортсмена к соревнованиям (на примере нескольких видов спорта).</p>		
<b>Раздел 3. Психологические особенности деятельности педагога по физической культуре и спорту (из вариативной части)</b>		<b>99</b>	
<b>Тема 3.1. Введение в психологию физической культуры и спорта</b>			
<b>Тема 3.1.1.</b> Предмет и задачи психологии физической культуры и спорта	<p>Введение в психологию физической культуры и спорта.</p> <p>Предмет и задачи психологии физической культуры.</p> <p>Предмет и задачи психологии спорта.</p>	<b>1</b>	1
<b>Тема 3.2. Психология физической культуры в школе</b>		<b>7</b>	
<b>Тема 3.2.1.</b> Особенности психологии физической культуры в школе	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	
	Психологические приоритеты в организации урока физической культуры с учетом особенностей познавательных процессов.	2	2
	Психологический анализ урока.		
	<b>Практические занятия</b>		
	1. Деятельность и личность учителя физической культуры.	4	



	2. Школьник как субъект учебной деятельности 3. Приемы повышения познавательной и двигательной активности учащихся		
	<b>Контрольная работа № 1</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Выполнение задания «Развитие познавательных процессов школьников»	7	
<b>Тема 3.3. Общие вопросы психологии спорта</b>		<b>9</b>	
<b>Тема</b> Психологические основы спорта	<b>3.3.1 Содержание учебного материала</b> Психологические особенности двигательных навыков. Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям (от года до 10 лет) Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям (от 10 до 18 лет) Психологические основы спортивной дидактики	4	2
	<b>Практические занятия</b>		
	4. Мотивация спортивной деятельности. 5. Психология карьеры в спорте. 6. Профессиональная адаптация в спорте. 7. Психология преодоления экстремальных ситуаций соревновательного характера	4	
	<b>Контрольная работа № 2</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка таблицы «Особенности тактического мышления спортсмена»	7	
<b>Тема 3.4. Психология спорта высших достижений</b>		<b>14</b>	
<b>Тема</b> Акмеологическая сущность спорта высших достижений	<b>3.4.1. Содержание учебного материала</b>		
	<b>Практические занятия</b>		
	8. Психологическое обеспечение спортивной деятельности 9. Психические напряжения в тренировочном процессе 10. Психологическая подготовка в спорте	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка таблицы «Сравнительная характеристика массового спорта, спорта высших достижений и профессионального спорта	7	
<b>Тема 3.4.2.</b> Эмоциональная сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b> Предстартовые эмоциональные состояния. Возникновение эмоциональной напряженности в процессе деятельности Состояние страха Мертвая точка и второе дыхание Состояние утомления	6	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Состояния, вызываемые монотонной тренировочной деятельностью Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности		
<b>Тема 3.4.3.</b> Волевая сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b> Сила воли и ее компоненты	1	
<b>Тема 3.4.4</b> Интеллектуальная сфера спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b> <b>Практические занятия</b> 11. Роль интеллекта и мышления в спортивной деятельности	1	2
<b>Тема 3.4.5.</b> Психомоторная сфера спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b> Особенности психомоторной сферы	1	2
<b>Тема 3.4.6.</b> Индивидуально-типические особенности спортсменов и их проявление в спортивной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b> Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности	1	2
	<b>Контрольная работа № 3</b>	1	
<b>Тема 3.5. Психология тренировочного процесса</b>		<b>3</b>	
<b>Тема 3.5.1.</b> Психологические основы эффективности тренировочного процесса	<b>Содержание учебного материала</b> Принципы тренировочного процесса	1	2
<b>Тема 3.5.2.</b> Психологические вопросы формирования умений (навыков)	<b>Содержание учебного материала</b> Формирование двигательных умений (навыков). Кривая упражнения в двигательном навыке	1	2
	<b>Контрольная работа № 4</b>	1	
<b>Тема 3.6. Социально-психологические аспекты спорта</b>		<b>11</b>	
<b>Тема 3.6.1.</b> Личность и ее формирование в процессе занятий спортом	<b>Содержание учебного материала</b> Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте <b>Практические занятия</b>	1 1	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	12. Спортивная этика		
<b>Тема 3.6.2.</b> Психологические особенности спортивных команд	<b>Содержание учебного материала</b> Характеристика спортивной команды Особенности взаимоотношений в системе «тренер - спортсмен» Роли в спортивной команде. Лидеры спортивных коллективов	3	2
	<b>Практические занятия</b> 13. Общение и эффективность взаимодействия в спортивных коллективах 14. Конфликты в спорте	2	
<b>Тема 3.6.3.</b> Психологический климат, сплоченность команды и успешность спортивной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b> Социально – психологический климат в спортивной команде	1	2
	<b>Практические занятия</b> 15. Психологический климат и межличностные отношения в команде 16. Оптимизация психологического климата в спортивном коллективе	2	
	<b>Контрольная работа № 5</b>	1	
<b>Тема 3.7. Психология деятельности тренеров и спортивных судей</b>		<b>5</b>	
<b>Тема 3.7.1.</b> Психологические особенности деятельности тренера	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Практические занятия</b> 17. Психологические особенности тренерской деятельности 18. Профессионально важные качества тренера 19. Стили общения и руководства спортивным коллективом	3	
<b>Тема 3.7.2.</b> Психология деятельности спортивных судей	<b>Содержание учебного материала</b> Психологические особенности спортивных судей	1	2
	<b>Контрольная работа № 6</b>	1	
<b>Тема 3.8. Психологическая помощь в спорте и физкультурно-оздоровительной сфере</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 3.8.1.</b> Психологические технологии развития спортивно важных качеств	<b>Практические занятия</b> 20. Совершенствование навыков психической саморегуляции 21. Повышение уверенности в процессе социально-психологического тренинга 22. Совершенствование навыков общения и взаимодействия в спортивной команде	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка таблицы «Самостоятельные оздоровительные занятия физическими упражнениями»	7	
<b>Тема 3.8.2.</b> Психологическая помощь в детско-юношеском спорте	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Практические занятия</b> 23. Психологические особенности детско-юношеского спорта	4	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	24. Проблемы ранней спортивной специализации 25. Психологическое сопровождение юных спортсменов 26. Организация взаимодействия в системе «тренер -спортсмен – родитель спортсмена»		
<b>Тема 3.8.3.</b> Психологическая помощь в спорте высших достижений	<b>Практические занятия</b> 27. Психологическое сопровождение спортсмена в процессе тренировок и соревнований 28. Психологическая помощь на разных этапах спортивной карьеры	2	
<b>Тема 3.8.4.</b> Психологическая помощь в физкультурно-оздоровительной сфере	<b>Практические занятия</b> 29. Формирование культуры здоровья 30. Коррекция психических функций средствами физической культуры	2	
	<b>Контрольная работа № 7</b>	1	
<b>Тема 3.9. Психологические аспекты управления в сфере физической культуры и спорта</b>		<b>3</b>	
<b>Тема 3.9.1.</b> Психология болельщика	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Практические занятия</b> 31. Поведение болельщиков в спортивно значимых ситуациях	1	
<b>Тема 3.9.2.</b> Психология менеджмента в спорте и физкультурно-оздоровительной деятельности	<b>Практические занятия</b> 32. Психологические особенности индустрии спорта 33. Личность спортивного менеджера	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка материала публичности	8	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ.**

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

Для реализации программы профессионального модуля предусмотрен учебный кабинет Теории и методики избранного вида спорта, Методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности и универсального спортивного зала.

##### Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству учащихся,
- рабочее место преподавателя,
- шкафы для хранения наглядных пособий,
- раздаточные материалы,
- задания-тесты,
- комплект учебных пособий для обучающихся,
- комплект учебно - методических пособий преподавателя;

##### Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением (с подключением к сети Интернет),
- электронные учебные, учебно-методические пособия,
- интерактивная доска;

##### Оборудование спортивного зала:

- спортивное оборудование и спортивный инвентарь для базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения.**

##### **Основные источники:**

1. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования/Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.
2. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 13-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 496 с. – (Сер. Бакалавриат).

##### **Дополнительные источники:**

1. Никитушкин, В.Г. «Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта», учебник [Электронный ресурс] / В.Г. Никитушкин. - М.: Советский спорт, 2013. - 280 с.
2. Будогосский А.Д., Енютин В.Л., Спирин А.Н., Турбин Е.А. «Методология обучения» (диск в формате Power Point) «Центр – «Футбольный арбитр» Издание третье. М.2011.
3. Гонсалес, С.Е. «Вариативность содержания занятий студентов по дисциплине Физическая культура», [Электронный ресурс] / С.Е. Гонсалес. - М.: Российский университет дружбы народов, 2013. - 195 с.

#### **3.3. Общие требования к организации образовательного процесса.**

Занятия проводятся в технически и методически оснащенных кабинетах и спортивных залах в соответствии с учебным расписанием.

Освоению модуля предшествует обязательное изучение учебных дисциплин Анатомия, Физиология с основами биохимии, Гигиенические основы физической культуры и спорта, Основы врачебного контроля, Педагогика, Психология, Теория и история физической





культуры и спорта, Правовое обеспечение профессиональной деятельности, Основы биомеханики, Безопасность жизнедеятельности.

Производственная практика проводится в организациях, направление деятельности которых, соответствует профилю подготовки обучающихся.

#### **3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Реализация программы подготовки специалистов среднего звена ППССЗ должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.



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

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

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Умение выбирать из существующих и разрабатывать самостоятельно комплекты методического обеспечения для осуществления профессиональной деятельности. Правильный выбор педагогической и методической литературы.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельных работ.
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Правильный выбор способа решения педагогических проблем методического характера. Умение сравнивать эффективность применяемых методов обучения, с целью выбора наиболее эффективных образовательных технологий с учетом вида образовательного учреждения и особенностей возраста обучающихся.	Дифференцированный зачет по производственной практике.
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Эффективное использование инструментов самоанализа и анализа педагогической деятельности, оценки образовательных технологий.	Экспертная оценка курсового проекта.
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Логичность составленной программы профессионального совершенствования.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Правильность оформления педагогических разработок. Соответствие педагогических разработок методическим требованиям. Вариативность и эффективность презентации результатов педагогической деятельности.	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>Правильность, содержательность и полнота оформления портфолио педагогических достижений.</p> <p>Владение технологией разработки и методикой проведения уроков-проектов.</p> <p>Правильность оформления результатов педагогического исследования.</p> <p>Результативность участия в исследовательской и проектной деятельности.</p>	
--	---	--

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

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и</p>	<p>Инициативность в процессе освоения профессиональной деятельности, активность в процессе обучения,</p> <p>наличие положительных отзывов по итогам практики, участие в соревнованиях и спортивных конкурсах, участие в профориентационной работе.</p> <p>Оценка эффективности и качества выполнения теоретических и практических заданий; выбор, применение методов и способов решения профессиональных задач.</p> <p>Осуществление анализа в процессе производственной практики. Решение стандартных и нестандартных профессиональных задач, анализ результатов работы.</p> <p>Нахождение и использование информации для эффективного выполнения профессиональных задач. Самостоятельная оценка</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельных работ.</p> <p>Дифференцированный зачет по производственной практике.</p> <p>Экспертная оценка выполнения курсового проекта.</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>эффективности и качества выполнения профессиональных задач.</p> <p>Эффективный поиск необходимой информации для профессиональной деятельности, включая электронные средства и Интернет - ресурсы</p> <p>Активное взаимодействие с обучающимися, преподавателями, действующими спортсменами и судьями высокого уровня, тренерами. Соблюдение этических норм поведения, толерантность.</p> <p>Самоанализ и коррекция результатов собственной работы.</p> <p>Организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля.</p> <p>Анализ новых методов тренировочного процесса, современных разработок в области медицинского обеспечения, питания и восстановительных процедур.</p> <p>Изучение современного тренировочного инвентаря и оборудования.</p> <p>Использование средств профилактики травматизма.</p>	
---	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.1  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.01 ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ**

Санкт-Петербург  
2021 г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

### **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.01 ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ**

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

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО **49.02.01 «Физическая культура»**, входящей в состав укрупнённой группы специальностей 49.00.00 «Физическая культура и спорт».

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина ОГСЭ.01 Основы философии входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл как общепрофессиональная дисциплина.

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

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:** ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:**

- основные категории и понятия философии;
- роль философии в жизни человека и общества;
- основы философского учения о бытии;
- сущность процесса познания;
- основы научной, философской и религиозной картин мира;
- об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды;
- о социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий.

**1.4 Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:**

<b>Код</b>	<b>Наименование компетенции</b>
ОК.01	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК.02	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК.03	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК.04	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК.05	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК.06	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК.07	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК.08	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК.09	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК.10	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).
ОК.11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ПК.2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК.3.3	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК.3.4	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК.3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 72 часа, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 48 часов, в том  
самостоятельной работы обучающегося 24 часа.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	72
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	48
в том числе:	
практические работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	24
в том числе:	
Решение примеров по образцу по темам курса	
Подготовка презентации и (или) докладов, рефератов	
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	1



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.01 «ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
<b>Раздел 1.</b>	<b>Предмет философии и ее история</b>	<b>37</b>	
<b>Тема 1.1. Основные понятия и предмет философии</b>	Становление философии из мифологии. Характерные черты философии: понятийность, логичность, дискурсивность. Предмет и определение философии	2	2
	Строение философии и ее основные направления. Функции философии	2	2
	<b>Самостоятельная работа №1:</b> Составить сравнительную таблицу на тему: «Философия Сократа, Платона и Аристотеля».	3	
<b>Тема 1.2. Философия Древнего мира и средневековая философия</b>	Предпосылки философии в Древнем мире (Китай, Индия)	2	2
	Становление философии в Древней Греции. Философские школы. Сократ. Платон. Аристотель.	2	2
	Средневековая философия. Библейские идеи. Патристика. Схоластика. Средневековая арабско-мусульманская философия.	3	2
	<b>Самостоятельная работа №2:</b> Сделать доклад на тему: «Гипотезы о происхождении жизни».	3	
<b>Тема 1.3. Философия Возрождения и Нового времени</b>	Гуманизм и антропоцентризм эпохи Возрождения.	2	2
	Особенности философии Нового времени: рационализм и эмпиризм в теории познания.	2	2
	Философия эпохи Просвещения: Вольтер, Руссо, Дидро, Монтескье	2	2
	Немецкая классическая философия. Философия позитивизма и эволюционизма	2	2
	<b>Самостоятельная работа №3:</b> Подготовка к докладу на тему «Многообразие человеческих представлений о Боге».	3	
<b>Тема 1.4. Современная философия</b>	Основные направления философии XX века: неопозитивизм, прагматизм экзистенциализм. Философия бессознательного.	2	2
	Особенности русской философии. Русский космизм.	2	2
	Русская религиозная философия: Н. Бердяев, П. Флоренский, С. Булгаков	2	2
	<b>Самостоятельная работа №4:</b> Написать эссе о категориях человеческого бытия: сущность человека, смысл жизни, судьба, свобода.	3	
<b>Раздел 2</b>	<b>Структура и основные направления философии</b>	<b>36</b>	
<b>Тема 2.1. Методы философии и ее внутреннее строение</b>	Этапы философии: античный, средневековый, Нового времени, XX века. Основные картины мира – философская (античность), религиозная (Средневековье), научная (Новое время, XX век)	2	2
	Методы философии: формально – логический, диалектический, прагматический, системный, и др.	3	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Строение философии и ее основные направления		
	Основные законы диалектики: единство и борьба противоположностей, переход количества в качество, отрицание отрицания	2	2
	<b>Самостоятельная работа №5:</b> Подготовить сообщение на тему «Научная этика и моральная ответственность ученого перед человечеством».	3	
Тема 2.2. Учение о бытии и теория познания	Онтология – учение о бытии. Происхождение и устройство мира. Современные онтологические представления. Пространство, время, причинность, целесообразность. Гносеология – учение о познании. Соотношение абсолютной и относительной истины. Соотношение философской, религиозной и научной истин. Методология научного познания.	4	2
	<b>Самостоятельная работа №6:</b> Подготовка к семинару. Подобрать материал о кризисе современной цивилизации: гибель природы, перенаселение, терроризм, нищета развивающихся стран.	3	
Тема 2.3. Этика и социальная философия	Общезначимость этики. Добродетель, удовольствие или преодоление страданий как высшая цель. Религиозная этика. Свобода и ответственность. Насилие и активное непротивление злу. Этические проблемы, связанные с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий. Влияние природы на общество.	4	2
	Социальная структура общества. Типы общества. Формы развития общества: Ненаправленная динамика, цикличное развитие, эволюционное развитие. Философия и глобальные проблемы современности.	3	2
	Философия о глобальных проблемах современности	1	2
	<b>Самостоятельная работа №7:</b> Работа с текстом: Написать эссе-размышление на тему: «Добро и зло»	3	
Тема 2.4. Место философии в духовной культуре и ее значение	Философия как рациональная отрасль духовной культуры. Сходство и отличие философии от искусства, религии, науки, идеологии.	1	2
	Структура философского творчества. Типы философствования. Философия и мировоззрение. Философия и смысл жизни. Философия как учение о целостной личности. Роль философии в современном мире. Будущее философии	2	2
	<b>Самостоятельная работа №8:</b> Подготовить доклад на одну из тем: «Основные проблемы современной молодежи»; «Культура современной молодежи»; «Духовность современной молодежи».	3	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	1	
<b>Всего:</b>		<b>72</b>	



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен «Кабинет основ философии».

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя (стол, компьютер, интерактивная доска);
  - наглядные пособия;
  - электронные учебные пособия

##### Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в ИНТЕРНЕТ,
- интерактивная доска;
- мультимедийный проектор.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основная литература:**

1. Горелов А.А. Основы философии: учебное пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с. (с хрестоматией).

##### **Электронные и интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Академия».
2. ЭБС «ЮРАЙТ»



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
		умения	знания	
<b>Тема 1.1.</b> Основные понятия и предмет философии	<i>ОК.01</i>	Ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста.	Основные категории и понятия философии. Роль философии в жизни человека и общества. Основы философского учения о бытии. Сущность процесса познания. Основы научной, философской и религиозной картин мира. Об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды. О социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося, заданий проблемного характера.
<b>Тема 1.2.</b> Философия Древнего мира и средневековая философия	<i>ОК.02</i>			
<b>Тема 1.3.</b> Философия Возрождения и Нового времени	<i>ОК.03</i>			
<b>Тема 1.4.</b> Современная философия	<i>ОК.04</i>			
<b>Тема 2.1.</b> Методы философии и ее внутреннее строение	<i>ОК.05</i>			
<b>Тема 2.2.</b> Учение о бытии и теория познания	<i>ОК.06</i>			
<b>Тема 2.3.</b> Этика и социальная философия	<i>ОК.07</i>			
<b>Тема 2.4.</b> Место философии в духовной культуре и ее значение.	<i>ОК.08</i>			
	<i>ОК.09</i>			
	<i>ОК.10</i>			
	<i>ОК.11</i>			
	<i>ПК 2.2</i>			
	<i>ПК 3.3</i>			
	<i>ПК 3.4</i>			
	<i>ПК 3.5</i>			

##### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачет	Комплект контрольно-оценочных средств



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.2  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.02 ИСТОРИЯ**

Санкт-Петербург  
2021 г.



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>3</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>





## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.02 История**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 «Физическая культура», входящей в состав укрупнённой группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт

### **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина ОГСЭ.02 История входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире;
- выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем;

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);
- сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века;
- основные процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира;
- назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности;
- о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;
- содержание и назначение важнейших законодательных и иных нормативных правовых актов мирового и регионального значения.

### **1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:**

#### **Общие компетенции (ОК):**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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



**Профессиональные компетенции (ПК):**

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

**1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 72 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 48 часов;

самостоятельной работы обучающегося 24 часа.



## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>48</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	-
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>24</b>
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрено)</i>	-
Изучение тем учебной дисциплины по конспектам и учебной пособиям Письменная внеаудиторная самостоятельная работа по заданным условиям	
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачёта</i>	1



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ. 02 «История»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Раздел 1 Основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX-XXI вв.)</b>		<b>26/10</b>	
<b>Тема 1.1 Введение. Россия и мир в новейшее время.</b>	1.Понятие новейшая история. Периодизация новейшей истории. Источники. Характеристика основных этапов становления современного мира. 2.Парадоксы XX века. 3.Особенности XX - начала XXI в. Факторы, повлиявшие на развитие стран в XX - начале XXI в. 4.Понятие «глобализация» и формы ее проявления в современном мире. 5.Политическая карта мира. Россия на карте мира. Итоговый контроль	4	2
	<b>Самостоятельная работа №1:</b> <i>Тема:</i> «Процесс формирования в СССР «новой общности – советского народа», носителя «советской цивилизации» и «советской культуры» в 1970 – 1980-е гг.» Подготовить сообщение о развитии одной из сфер культуры (театр, балет, живопись, музыка, литература и пр.) по схеме: официальная культура – неофициальная культура – нелегальная культура.	2	
<b>Тема 1.2 Перестройка в СССР и распад социалистического лагеря</b>	1.Причины реформ Горбачева. Содержание перестройки и движущие силы. Готовность общества к переменам. Прагматизм и идеализм. 2.Изменения в правовой и государственной системе. 3.Новое мышление. СССР в системе международных отношений в 80-90-е годы XX века. Сближение с США и Западной Европой. 4. «Бархатные» революции. Распад социалистического лагеря. Окончание войны в Афганистане. Конец биполярного мира. 5.Советская культура в период перестройки. Новые ориентиры. Литература. Наука. Роль СМИ.	4	2
	<b>Самостоятельная работа №2.</b> <i>Тема:</i> «Место и роль России на постсоветском пространстве» Написать сочинение-рассуждение на тему: «Россия – суверенное государство: приобретения и потери»	3	
<b>Тема 1.3. Крах политики перестройки. Распад СССР. Формирование ближнего зарубежья</b>	1.Крах политики перестройки. Российская экономика на пути к рынку. Форсированная либеральная модернизация. Шоковая терапия. Приватизация 2.Распад СССР - крупнейшая геополитическая катастрофа, изменившая всю систему международных отношений Причины, объективные и субъективные факторы, последствия. РФ – правопреемник СССР. 3.Ближний круг или ближнее зарубежье России. Формирование содружества независимых государств. 4.Изменения в территориальном устройстве Российской Федерации. Россия – СНГ: Украина и Белоруссия, Закавказье, Средняя Азия, страны Балтии	3	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Итоговый контроль		
	<b>Самостоятельная работа №3:</b> Тема: «Социально-экономическая ситуация в СССР на рубеже 1980-1990-х гг.» Подготовка к семинару «Социально-экономическая ситуация в СССР на рубеже 1980-1990-х гг. в оценках политиков, ученых и обывателей»	3	
<b>Тема 1.4. Назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности.</b>	1. Назначение ООН. НАТО в решении вопросов национальной безопасности государств, в поисках решения проблем глобальной безопасности. 2. Европейский союз и его развитие. Интеграция стран Восточной Европы. 3. ВТО, МВФ, МБРР и другие международные организации и основные направления их деятельности. РФ в планах международных организаций. 4. Миссия сверх держав. Основные мировые державы: различные подходы и принципы в решении важных международных вопросов. 5. Продвижение НАТО на Восток. Планы НАТО в отношении России.	3	
	<b>Самостоятельная работа №4.</b> Тема: «Основные проблемы внешней политики России после распада СССР» Конспект, сообщение по конспекту	2	
<b>Тема 1.5. Европа в конце XX - начале XXI века.</b>	1. Политическая карта мира и место на ней стран Западной, Северной и Восточной Европы. 2. Страны Западной и Северной Европы во второй половине XX века: формирование общества благосостояния, неоконсервативный поворот, политика «третьего пути» 3. Страны Восточной Европы. Выбор путей развития. Интеграционные процессы. Взаимоотношения с Россией.	2	
<b>Тема 1.6. США на рубеже веков: глобальное доминирование и принципы двойных стандартов</b>	1. «Мировая ответственность» и глобальное доминирование США. Неоконсервативный поворот и политика «третьего пути» 2. . США и принципы экзаменатора и двойных стандартов. 3. Политика США в отношении СССР и России.	2	
<b>Тема 1.7. Страны Азии, Африки и Латинской Америки в конце XX – начале</b>	1. Политическая карта мира и место на ней стран Азии, Африки и Латинской Америки. Проблемы и пути решения. 2. Интеграционные процессы, их цель и формы. 3. «Третий мир» и сверхдержавы	2	
<b>Тема 1.8. Китай: непростой путь от региональной к глобальной державе</b>	1. Китай самый молодой центр геополитической силы. Китай и проблемы его внутреннего развития. 2. Вызов Китая региональному доминированию Японии и глобальному доминированию США. 3. Россия и Китай - сосредоточение усилий для собственного экономического прорыва.	2	



<b>Тема 1.9. Международные отношения в конце XX- начале XXI века</b>	1. Место России в международных отношениях. 2. Россия в мировых интеграционных процессах. Интеграция России в западное пространство. 3. Россия и ее идеология многополярного мира. 4. Проблемы разоружения в конце XX- начале XXI века. Встречи президентов США и России. 5. Признание со стороны США России страной с рыночной экономикой. Противоречия в отношениях с США и Западной Европой. Итоговый контроль	4	
	<b>Тестовый контроль по разделу I</b>		
<b>Раздел II Сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI в</b>		<b>9/7</b>	
<b>Тема 2.1. Локальные, региональные, международные конфликты глобальными последствиями</b>	1. Сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI веков 2. Операция «Решительная сила» против Югославии 1999. 3. Военная операция в Афганистане «Несокрушимая свобода» против режима 4. Пути преодоления современных конфликтов талибов и террористической сети «Аль-Каида». 5. Роль международных организаций в их урегулировании.	3	
<b>Тема 2.2. Конфликты в России и на постсоветском пространстве.</b>	1. Локальные национальные и религиозные конфликты на пространстве бывшего СССР в 80-90-е годы, их причины и последствия. 2. Активизация конфликта на Северном Кавказе: причины, участники, содержание, результаты Контр -террористическая операция (1999-2009 гг.). 3. Участие международных организаций (ООН, ЮНЕСКО) в разрешении конфликтов на постсоветском пространстве. 4. Политика российского государства в области преодоления конфликтов. Итоговый контроль	3	
	<b>Самостоятельная работа № 5:</b> Тема: «Межнационального конфликта в Чеченской республике за 1990 – 2009 гг.» конспект, сообщение по конспекту	<b>3</b>	
<b>Тема 2.3. Глобальная безопасность: кто кому и чем угрожает в современном мире</b>	1. Международная безопасность и суверенитет. 2. Договор о нераспространении ядерного оружия и его неспособность сдержать распространение ядерного вооружения. 3. Атомные оружейные программы Ирака и Северной Кореи. 5. Понятие исламского вызова. Цивилизационное противостояние или «возрождение» ислама».	3	
	<b>Самостоятельная работа №6:</b> Тема: «Отношения России со странами НАТО» Напишите эссе пользуясь рекомендациями.	<b>4</b>	
	<b>Тестовый контроль по разделу II</b>		
<b>Раздел III Основные процессы политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.</b>		<b>13/7</b>	
	1. Определение основных достижений современной цивилизации.	4	



<b>Тема новой эпохи 3.1. Признаки экономической</b>	2. Роль науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций в России и мире. 3. Формирование глобальной экономики. Структура глобальной экономики. Трофейная экономика. 4. Основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира Итоговый контроль		
	<b>Самостоятельная работа №7:</b> Тема: «Национальные, религиозные, культурные традиции и их роль в жизни народов.» сочинение-рассуждение	<b>3</b>	
<b>Тема 3.2. Историческое перепутье России. Россия в 2000-е годы</b>	Россия – своеобразное геоэкономическое пространство. Россия в 2000-е годы: социально -экономическая и политическая и ситуация. Реформы 2000-х гг. Борьба с терроризмом. «Крымский кризис», его причины и последствия.» Инновационная революция. Итоговый контроль	3	
<b>Тема 3.3 Понятие национальных задач. Спектр национальных задач России</b>	1. Победа над бедностью. Установление справедливого общественного и морального порядка эффективной демократии 2. Умножение экономического потенциала в России. Обеспечение единства страны. 3. Реконструкция системы здравоохранения и образования. 4. Вызовы будущего и Россия. Итоговый контроль	3	
	<b>Самостоятельная работа №8:</b> Тема: «Формирования духовных ценностей общества» Реферат	<b>4</b>	
<b>Тема 3.4. Россия и дальнее зарубежье.</b>	1.Мир в XXI веке. Место России в современном мире. 2.Внешняя политика России в 2000-е годы. Россия и США. 3.Россия и Запад 4.Россия и Восток. <b>Тестовый контроль по разделу III</b>	2	
	<b>Дифференцированный зачёт</b>	1	
	Всего:	<b>48/24</b>	

Для характеристики уровня усвоения учебного материала используются следующие обозначения:

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





### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Программа дисциплины ОГСЭ. 02 «История» реализуется в учебном кабинете «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин»

##### **Оборудование кабинета:**

- посадочных мест – 24;
- рабочее место преподавателя: письменный стол и стул,
- компьютерный стол с компьютером;
- доска с освещением; - настенные стенды;
- набор исторических карт, таблиц,
- медиатека;
- таблицы, схемы по темам дисциплины;
- дидактические единицы с раздаточным материалом. **Технические средства обучения:**
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- принтер;
- телевизор цветного изображения TOSHIBA;
- видеоплеер + DVD.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### **Основная литература:**

1. Артемов В.В., Лубченков Ю.Н. История: учебник - М., Издательский центр «Академия», 2017 (электронный формат) <http://www.academia-moscow.ru/catalogue/4831/196378/>

##### **Дополнительная литература:**

1. История России: учебник и практикум для СПО / Д. О. Чураков [и др.]; под ред. Д. О. Чуракова, С. А. Саркисяна. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018 — 462 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10034-1. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/435AEE87-F841-4EB7-A799-EDF03EA46F56](http://www.biblio-online.ru/book/435AEE87-F841-4EB7-A799-EDF03EA46F56)
2. Электронное учебное пособие. Компакт диск. Электронные карты. Энциклопедия «Истории России»

##### **Интернет-ресурсы:**

- Народы и религии мира <http://www.cbook.ru/peoples/index/welcome/shtml>
- Сайт Министерства образования и науки РФ <http://mon.gov.ru/>
- Российский образовательный портал [www.edu.ru](http://www.edu.ru)
- Сайт ФГОУ Федеральный институт развития образования <http://www.firo.ru/>
- Сайт Федерального агентства по образованию РФ [www.edu.gov.ru](http://www.edu.gov.ru)
- (<http://lesson-history.narod.ru>)
- (<http://it-n.ru>)
- (<http://som.fio.ru>).
- (<http://www.encyclopedia.ru>)
- (<http://www.istrodina.com>)
- (<http://www.hermitaje.ru>)
- <http://www.history.yar.ru>)
- (<http://www.hist.msu.ru/ER>)
- <http://www.shpl.ru>.
- <http://scientist.nm.ru/midindex.html>





#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
		умения	знания	
Тема 1.1 Введение. Россия и мир в новейшее время.	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать причинно-следственные связи между явлениями, <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения;	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века. <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 1.2 Перестройка в СССР и распад социалистического лагеря	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире;	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями, <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения	<b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	
Тема 1.3. Крах политики перестройки. Распад СССР. Формирование ближнего зарубежья	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения;	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема Назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности.	1.4. ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК 11. ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века. <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 1.5. Европа в конце XX - начале XXI века.	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК 11. ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст,	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века. <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	экономического развития ведущих государств и регионов мира.	
Тема 1.6. США на рубеже веков: глобальное доминирование и принципы двойных стандартов	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века. <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 1.7. Страны Азии, Африки и Латинской Америки в конце XX – начале	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	<b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	
Тема 1.8. Китай: непростой путь от региональной к глобальной державе	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире;  <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 1.9. Международные отношения в конце XX- начале XXI века	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире;	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
 профессиональное образовательное учреждение  
 «Малоохтинский колледж»

		ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	<b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	
Тема 2.1. Локальные, региональные, международные конфликты глобальными последствиями	с	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 2.2. Конфликты в		ОК 1. ОК 2.	<b>ориентироваться</b> в современной	<b>основные</b> направления	Экспертная оценка



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

России и на постсоветском пространстве.	ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно- следственные связи между явлениями, <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения;	развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударствен ных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 2.3. Глобальная безопасность: кто кому и чем угрожает в современном мире	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно- следственные связи между явлениями, <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударствен ных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»


		конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения;	развития ведущих государств и регионов мира.	
Тема 3.1. Признаки новой экономической эпохи	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения;	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века. <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 3.2. Историческое перепутье России. Россия в 2000-е годы	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК 11 ПК 2.2.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных,	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных,	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	ПК 3.3. ПК 3.4.	мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	
Тема 3.3 Понятие национальных задач. Спектр национальных задач России	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и в мире; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями, <b>представлять</b> результаты изучения исторического материала в форме конспектов, тезисов, схем, таблиц, рефератов факты мнения, описания и объяснения;	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Тема 3.4. Россия и дальше зарубежье.	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4.	<b>ориентироваться</b> в современной экономической, политической и культурной	<b>основные</b> направления развития ключевых регионов мира на	Экспертная оценка выполнения самостоятельной

	Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Малоохтинский колледж»			
	ОК 5. ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 11 ПК 2.2. ПК 3.3. ПК 3.4.	ситуации в России и в мире; <b>выявлять</b> взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем; <b>анализировать</b> историческую информацию (карта, текст, схема, таблица), различать <b>устанавливать</b> причинно-следственные связи между явлениями.	рубеже веков (XX и XXI вв.); <b>сущность</b> и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI века.  <b>основные</b> процессы (интеграционные, политкультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира.	работы обучающегося

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачёт	Контрольно-оценочные средства (тест)



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.3  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.03 ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ**

Санкт-Петербург  
2021



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.03

### Психология общения

#### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология общения» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка).

Программа учебной дисциплины предназначена для реализации общеобразовательной подготовки в пределах основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования с учетом профиля получаемого профессионального образования по специальностям среднего профессионального образования (далее - СПО). Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована всеми образовательными учреждениями профессионального образования на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы по данной укрупненной группе специальностей и в области дополнительного педагогического образования.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл (ОГСЭ).

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

Целью учебной дисциплины «Психология общения» является ознакомление обучающихся с данной отраслью психологических знаний, формирование коммуникативной компетенции и навыков вербального и невербального взаимодействия.

##### Задачи дисциплины:

- овладение обучающимися категориальным аппаратом психологии общения;
- ознакомление обучающихся с развитием проблем психологии общения,
- овладение обучающимися современными технологиями делового и личного общения;
- формирования практических навыков эффективного общения.

##### В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;
- использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;
- использовать необходимые нормативные правовые документы.

##### В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения;
- роли и ролевые ожидания в общении;
- виды социальных взаимодействий;
- механизмы взаимопонимания в общении;
- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- этические принципы общения;
- источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.

#### 1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций

Код	Наименование компетенции
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 3	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3	Руководить соревновательной деятельностью
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия
ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

	<p style="text-align: center;">Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Малоохтинский колледж»</p>
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
ПК 3.3	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

### **1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 72 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 48 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 24 часа.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	72
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	48
в том числе:	
Лекции, уроки	30
практические занятия	14
Контрольные работы	3
В форме практической подготовки	48
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	24
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	24
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</i>	1





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
 профессиональное образовательное учреждение  
 «Малоохтинский колледж»

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.03 Психология общения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Введение в психологию</b>			
<b>Тема 1.1 Общение как предмет научного знания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	7	
	<b>1 Классификация общения</b> Основные типы межличностного общения. Функции общения. Виды общения. Структура общения.		2
	<b>2 Перцептивная сторона общения</b> Социальная перцепция. Факторы социальной перцепции. Психологические механизмы восприятия. Сенсорные каналы, их диагностика и использование в общении. Трудности и дефекты межличностного общения.		2
	<b>3 Интерактивная сторона общения</b> Позиции в общении в русле трансактного анализа. Взаимодействие с позиции ориентации на контроль и на понимание. Эффективные механизмы, обеспечивающие формирование конструктивного взаимодействия. Уровни совместимости. Способы регулирования деструктивного взаимодействия по К. Томасу.		2
	<b>4 Общение как коммуникация</b> Вербальные средства общения. Барьеры непонимания. Невербальные средства общения. Проксемика. Виды слушания. Приемы повышения эффективности общения. Резюме и его структура.		2
	<b>Практические занятия</b>	3	
	1 Анализ ситуаций 2 Имитационная игра «Воздушная катастрофа в пустыне»		
	<b>Контрольная работа</b>	1	
	1 Психологические аспекты общения		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	
1 Подготовка реферата на тему «Стили общения» 2 Подготовка выступления на тему «Одежда и внешний вид в деловом общении»			
<b>Раздел II. Основы эффективного общения</b>			
<b>Тема 2.1 Коммуникативная компетенция</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1 Понятие коммуникативной компетенции</b> Эффективность общения с позиции разных подходов. Коммуникативность и коммуникабельность. Мера коммуникативной компетенции.		2 2



	<b>2 Психологические сигналы при вступлении в контакт</b> Вербальные сигналы. Невербальные сигналы. Основные правила позитивного общения.		
	<b>3 Техники активного слушания</b> Техники активного и пассивного слушания. Задачи активного слушания. Трудности эффективного слушания. Памятка Иствуда Атватера		2
	<b>Практические занятия</b>	1	
	4 Анализ ситуаций		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	3 Подготовка выступления на тему «Природа и цель коммуникации»		
<b>Раздел III. Роль и ролевые ожидания в общении</b>			
<b>Тема 3.1 Ролевое поведение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Ролевое поведение личности в общении</b> Понятие «роли» в общении. Ролевые конфликты, возникающие в процессе общения.		2
	<b>2 Виды социального взаимодействия</b> Виды социального взаимодействия. Основные типы ролей, способствующие или препятствующие групповому взаимодействию. Взаимное влияние людей в процессе общения. Техники убеждения людей.	3	2
	<b>3 Взаимное влияние людей в процессе общения</b> Понятие «влияние», «власть». Виды власти. Психосоциальный подход к власти.		2
	<b>Практические занятия</b>	1	
	5 Интерактивное упражнение «Роли»		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	
	4 Подготовка выступления на тему «Взаимодействие эго-состояний»		
5 Подготовка реферата на тему «Правила корпоративного поведения в команде»			
<b>Раздел IV. Ведение беседы</b>			
<b>Тема 4.1 Эффективное общение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Типы и структура беседы</b> Характеристики беседы. Структура непринужденной беседы. Структура делового обсуждения проблем. Правила беседы.		2
	<b>2 Навыки эффективного разговора</b> Качество информации. Значимые вопросы. Баланс между произнесением речи и слушанием. Вежливость. Действия, угрожающие репутации.	3	2
	<b>3 Навыки эффективного общения через средства электронной коммуникации</b> Общение через электронную почту.		2



	<b>Практические занятия</b>	1	
	6 Беседа и анализ		
<b>Раздел V. Формы делового общения и их характеристики</b>			
<b>Тема 5.1 Деловое общение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Деловая беседа</b> Этапы деловой беседы. Открытые и закрытые вопросы. Аргумент. Группы аргументов. Законы аргументации и убеждения.	2	2
	<b>2 Деловая переписка</b> Служебная переписка. Требования к составлению делового письма. Виды деловых писем. Общие правила внутренней переписки.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	2	
	7 Ситуационно – ролевая игра «Деловая беседа»		
	8 Интерактивное упражнение «Собеседование с работодателем»		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
	6 Подготовка выступления на тему «Коммуникативные формы взаимодействия людей» 7 Подготовка самостоятельной работы «Резюме»	4	
<b>Раздел VI. Публичные выступления</b>			
<b>Тема 6.1. Информативное выступление</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Принципы информирования</b> Доверие. Интеллектуальная стимуляция. Креативность. Актуальность. Расстановка акцентов.		2
	<b>2 Методы информирования</b> Повествование. Описание. Определения. Объяснение процессов или демонстрация. Разъяснение.		2
	<b>Практические занятия</b>	1	
9 Речь и анализ			
<b>Тема 6.2 Убедительное выступление</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Принципы убеждающей речи</b> Формулировка конкретной цели. Адаптация к установкам слушателей.	2	2
	<b>2 Организация доводов в соответствии с установками аудитории</b> Методы изложения рациональных доводов. Методы решения проблемы. Метод сравнительных достоинств. Метод мотивации. Как вызывать доверие. Гендерные и культурные различия.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	2	
	10 Интерактивное упражнение «Сторонники и противники»		
	<b>Контрольная работа</b>	1	
2 Выступления			



Раздел VII. Конфликт в общении			
<b>Тема 7.1. Конфликт: его сущность и основные характеристики</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Конфликт и его структура</b> Конфликт как тип трудных ситуаций. Основные виды конфликтов. Причины возникновения конфликтов. Структура конфликта. Функции конфликта.	2	2
	<b>2 Этапы и алгоритм анализа конфликтов</b> Пять этапов конфликтов по Дж. М. Лэйхиффу и Дж. М. Пенроузу. Алгоритм анализа конфликта. Практические действия для снятия проблемной ситуации.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	12 Определение уровня конфликтности	2	
	13 Определение стратегий поведения в конфликте		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2	
	8 Подготовка выступления на тему «Источники конфликтов»		
<b>Тема 7.2. Разрешение конфликтов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Конструктивное разрешение конфликтов</b> Формы, исходы и критерии завершения конфликтов. Условия и факторы конструктивного разрешения конфликтов. Логика, стратегии и способы разрешения конфликтов.	2	2
	<b>2 Переговорный процесс как способы разрешения конфликтов</b> Функции переговоров. Динамика переговоров. Психологические механизмы и технологии переговорного процесса. Психологические условия успеха на переговорах.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	14 Выполнение заданий на тему «Переговоры»	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2
9 Подготовка реферата на тему «Специфика ведения переговоров с оппонентом»			
<b>Тема 7.3. Основы предупреждения конфликтов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>1 Прогнозирование и профилактика конфликтов</b> Особенности прогнозирования и профилактики конфликтов. Объективные и организационно – управленческие условия предупреждения конфликтов. Социально-психологические условия профилактики конфликтов.	2	2
	<b>2 Технология предупреждения конфликтов</b> Изменение своего отношения к ситуации и поведения в ней. Способы и приемы воздействия на поведение оппонента. Психология конструктивной критики. Методы психокоррекции конфликтного поведения.		2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	10 Подготовка выступления на тему «Методы психокоррекции конфликтного поведения»		
<b>Тема 7.4. Эмоциональное истощение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1 Эмоциональное истощение как следствие стрессов в педагогической практике Определение термина «сгорание». Характеристики сгорания. Стадии сгорания по К. Маслач. Основные стратегии, при помощи которых можно справиться со сгоранием.	1	2
	<b>Контрольная работа</b>	1	
	3 Конфликт в общении		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
11 Подготовка реферата на тему «Характеристики эмоционального выгорания»			
<b>Раздел VIII. Этические формы общения</b>			
<b>Тема 8.1. Деловая сфера</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1 Деловой этикет и этика Этикет. Манеры. Шесть заповедей делового этикета. Словесный этикет. Принципы деловой этики.		2
	<b>Практические занятия</b>	1	
	16 Игра – тренинг «Дипломатия»		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
12 Подготовка выступления на тему «Позитивные и негативные ценности»			
<b>Тема 8.2. Национальная этика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1 Особенности национальной этики Принципы культурного поведения. Этикет разных народов.		
	<b>Практические занятия</b>	1	
	17 Культурные различия в эффективном разговоре		
	<b>Дифференцированный зачет</b>	1	
	<b>Всего</b>	<b>72</b>	



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен учебный кабинет Педагогики и психологии.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, материал для тренинговых игр и др.)

Технические средства обучения:

- ноутбук,
- мультимедийный проектор,

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Основные источники:**

1. Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения. — М.: Издательский центр «Академия», 2017. — 192 с.

**Дополнительные источники:**

1. Бороздина, Г. В. Психология общения. — Москва: Издательство Юрайт, 2016. — 463 с.
2. Леонов, Н. И. Психология общения. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 193 с.
3. Скибицкая, И. Ю. Деловое общение. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 247 с.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
		умения	знания	
Классификация общения	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Перцептивная сторона общения	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности; использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения	взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Интерактивная сторона общения	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности; использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения	взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Общение как коммуникация	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного	взаимосвязь общения и деятельности,	Экспертная оценка выполнения



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		общения в профессиональной деятельности; использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения	цели, функции, виды и уровни общения	практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Понятие коммуникативной компетенции	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	механизмы взаимопонимания в общении	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Психологические сигналы при вступлении в контакт	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	механизмы взаимопонимания в общении	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Техники активного слушания	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Ролевое поведение личности в общении	ОК 4, ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	роли и ролевые ожидания в общении	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Виды социального взаимодействия	ОК 6	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	виды социальных взаимодействий механизмы взаимопонимания в общении	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Взаимное влияние людей в процессе общения	ОК 6	использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения	виды социальных взаимодействий механизмы взаимопонимания в общении	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося






Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Типы и структура беседы	ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Навыки эффективного разговора	ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Навыки эффективного общения через средства электронной коммуникации	ОК 4 ПК 1.2	использовать необходимые нормативные правовые документы	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Деловая беседа	ОК 2, ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Деловая переписка	ОК 2, ОК 4 ПК 1.2	использовать необходимые нормативные правовые документы	механизмы взаимопонимания в общении	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Принципы информирования	ОК 2, ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Методы информирования	ОК 2, ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Принципы убеждающей речи	ОК 2, ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Организация доводов в соответствии с установками аудитории	ОК 2, ОК 3, ОК 4 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Конфликт и его структура	ОК 2, ОК 3 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Этапы и алгоритм анализа конфликтов	ОК 2, ОК 3 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Конструктивное разрешение конфликтов	ОК 2, ОК 3 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Переговорный процесс как способы разрешения конфликтов	ОК 2, ОК 3 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Прогнозирование и профилактика конфликтов	ОК 2, ОК 3 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося

	Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Малоохтинский колледж»
--	--

Технология предупреждения конфликтов	ОК 2, ОК 3 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы обучающегося
Эмоциональное истощение как следствие стрессов в педагогической практике	ОК 1, ОК 9 ПК 1.2	использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения	источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Деловой этикет и этика	ОК 6, ОК 11 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;	этические принципы общения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося
Особенности национальной этики	ОК 6, ОК 11 ПК 1.2	применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;	этические принципы общения	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося

#### 4.2. Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачет	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.4  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.04 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

Санкт-Петербург  
2021



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04

### Иностранный язык

#### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Иностранный язык» (английский язык) является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка) среднего профессионального образования (далее - СПО).

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина ОГСЭ.04 Иностранный язык входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебные циклы (ОГСЭ).

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

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:**

У1. общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы;

У2. переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности;

У3. самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:**

31. Лексический минимум (1200 - 1400 лексических единиц), необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности;

32. Грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.

**Из вариативной части:**

3 3 Передовой отечественный и зарубежный опыт спортивного судейства.

**1.4 Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций**

Код	Наименование компетенции
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 3.3.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4.	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 289 часов, включая:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 194 часа;  
самостоятельной занятия обучающегося – 95 часов.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной занятия

Вид учебной занятия	Количество часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>289</b>
В форме практической подготовки	<b>194</b>
2 курс	<b>113</b>
3 курс	<b>109</b>
4 курс	<b>64</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>191</b>
2 курс	<b>76</b>
3 курс	<b>73</b>
4 курс	<b>45</b>
практические занятия	<b>78</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>95</b>
2 курс	<b>37</b>
3 курс	<b>36</b>
4 курс	<b>22</b>
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ. 04 «Иностранный язык»

Наименование	Содержание учебного материала, теоретические и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Основной модуль – 55 часов</b>			
<b>2 курс</b>			
<b>Раздел 1. Повторение. – 3 часа</b>			
<b>Тема 1. Каникулы. Отдых.</b>	Содержание учебного материала	3	
	- Цели и задачи курса. Повторение: фонетические правила и синтаксис. - Летние каникулы. Повторение изученных грамматических структур.	2	2
	<b>Практическое занятие №1.</b>	1	
<b>Раздел 2. Путешествия. – 14 часов</b>			
<b>Тема 2.1. Путешествия.</b>	Содержание учебного материала	5	
	- Виды путешествий: как и куда. - Употребление времен группы Simple (Простые времена) - Степени сравнения прилагательных и наречий. Сравнительные обороты.	4	2
	<b>Практическое занятие №2.</b>	1	
<b>Тема 2.2. Поездка за границу.</b>	Содержание учебного материала	5	
	- Виды анкет, бланков. Оформление визы. - Аэропорт. Регистрация. - Покупка билета. Основные типы вопросов.	4	2
	<b>Практическое занятие №3.</b>	1	
<b>Тема 2.3. В гостинице.</b>	Содержание учебного материала	4	
	- Гостиница. Бронирование номера. - Времена группы Continuous. (Длительные времена)	3	2
	<b>Практическое занятие №4.</b>	1	
<b>Раздел 3. Страноведение. – 32 часа</b>			
<b>Тема 3.1. Моя Родина - Россия.</b>	Содержание учебного материала	11	
	- Российская Федерация. - Спортивные традиции России. - Времена группы Perfect (Совершенные времена)	5	2
	<b>Практическое занятие №5.</b>	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	- Москва. - Санкт-Петербург.	3	2
	<b>Практическое занятие №6.</b>	1	
<b>Тема 3.2. Страны изучаемого языка.</b>	Содержание учебного материала	21	
	- Великобритания. - Спортивные традиции Великобритании. - Видовременные формы англ. глагола действительного залога	5	2
	<b>Практическое занятие №7.</b>	1	
	- Лондон. Артикли. - Страдательный залог – времена группы Simple.	4	2
	<b>Практическое занятие №8.</b>	1	
	- Соединенные Штаты Америки. - Спортивные традиции США.	4	2
	<b>Практическое занятие №9.</b>	1	
	- Вашингтон. Нью-Йорк. - Модальные глаголы и их эквиваленты. Категория модальности в английском языке.	3	2
	<b>Практическое занятие №10.</b>	2	
<b>Раздел 4. Научно-технический прогресс – 6 часов</b>			
<b>Тема 4. Достижения науки и техники.</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Достижения науки и техники. - Компьютер. - Интернет.	5	2
	<b>Практическое занятие №11.</b>	1	
<b>Профессионально ориентированный модуль – 119 часов</b>			
<b>Тема 5. Образование. Профессиональное образование.</b>	Содержание учебного материала	7	
	- Система образования в англоязычных странах. - Профессиональное образование. - Сложноподчиненные предложения.	3	2
	<b>Практическое занятие №12.</b>	4	
<b>Тема 6. Профессиональные навыки и умения.</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Моя будущая профессия. Профессиональные навыки и умения. - WorldSkills.	3	2
	<b>Практическое занятие №13.</b>	3	
	Содержание учебного материала	8	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 7. Из истории спорта. Национальные виды спорта.</b>	- Олимпийские игры. Из истории олимпийских игр. - Национальные виды спорта разных стран. - Причастия	5	2
	<b>Практическое занятие №14.</b>	3	
<b>Самостоятельная работа</b>	- подготовка проекта по избранной теме; - составление и заполнение тематического словаря-гlossария;	37	
<b>Итого за 2 курс: 76 часов аудиторных/37 самостоятельная работа</b>			
<b>3 курс</b>			
<b>Тема 8. Выбор профессии и поиск занятия.</b>	Содержание учебного материала	8	
	- Поиск занятия. Резюме. - Условные предложения.	2	2
	<b>Практическое занятие №15.</b>	2	
	- Разговор по телефону. - Деловой английский.	2	2
	<b>Практическое занятие №16.</b>	2	
<b>Тема 9. Спорт, цифры, числа.</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Числительные. Числа, цифры, спорт. - Трудности перевода: Страдательный залог.	3	2
	<b>Практическое занятие №17.</b>	3	
<b>Тема 10. Спорт и физическая культура. Профессии в спорте</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Спорт и физическая культура: их роль в нашей жизни. - Профессии в спорте. - Сложное дополнение	3	2
	<b>Практическое занятие №18.</b>	3	
<b>Тема 11. Физическая культура в учебном заведении.</b>	Содержание учебного материала	8	
	- Физическая культура и спорт в учебном заведении. - Учебно-тренировочные занятия на уроке физкультуры. - Соревновательные мероприятия.	4	2
	<b>Практическое занятие №19.</b>	4	
<b>Тема 12. Строение тела. Здоровье и спорт.</b>	Содержание учебного материала	8	
	- Анатомия. Строение тела. - Здоровье и спорт. - Травмы и болезни. - Питание.	4	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Практическое занятие №20.</b>	4	
<b>Тема 13. Спортивный инвентарь. Экипировка.</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Виды спорта и спортивный инвентарь. - Экипировка, одежда. - Сложное подлежащее.	3	2
	<b>Практическое занятие №21.</b>	3	
<b>Тема 14. Избранный вид спорта</b>	Содержание учебного материала	31	
	Игровые виды спорта: - Футбол: описание. - Волейбол: описание, правила игры. - Баскетбол: описание, правила.	4	2
	<b>Практическое занятие №22.</b>	4	
	- Гимнастика - Легкая атлетика - Лыжный спорт - Плавание	6	2
	<b>Практическое занятие №23.</b>	5	
	- Фитнес-технологии - Кроссфит	2	2
	<b>Практическое занятие №24.</b>	3	
	- Атлетическая гимнастика - Туризм - Настольный теннис	4	2
<b>Практическое занятие №25.</b>	3		
<b>Самостоятельная работа</b>	- подготовка проекта по избранной теме; - составление и заполнение тематического словаря-гlossария; - письменный перевод текста профессиональной направленности	36	
<b>Итого за 3 курс: 73 часа аудиторных/36 самостоятельная работа</b>			
<b>4 курс</b>			
<b>Тема 15. Спортивно-соревновательные мероприятия.</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Спорт. Повторение лексического материала. - Соревнования.	2	2
	<b>Практическое занятие № 26.</b>	4	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 16. Футбол. Правила игры и судейство.</b>	Содержание учебного материала	15	
	- Футбол: основные понятия - Правила игры - Виды нарушений - Судейство - Контроль выполнения правил - Решение спорных ситуаций - Подготовка отчетности о матче	10	2
	Правила игры. Судейство	3	2
	<b>Практическое занятие №27.</b>	5	
<b>Тема 17. Организация учебно-тренировочной деятельности.</b>	Содержание учебного материала	7	
	- Тренерство. - Мотивация в спорте. - Допинг.	3	2
	<b>Практическое занятие №28.</b>	4	
<b>Тема 18. Особенности организации тренировочного процесса.</b>	Содержание учебного материала	11	
	- Организация физкультурно-спортивных мероприятий с учетом индивидуальных особенностей. - Организация спортивных занятий для разных возрастных групп. - Спортивное питание.	6	2
	<b>Практическое занятие №29.</b>	5	
<b>Тема 19. Спортивные организации. Менеджмент.</b>	Содержание учебного материала	6	
	- Международные и российские спортивные организации - Спортивный менеджмент	3	2
	<b>Практическое занятие №30.</b>	3	
		<b>Итого за 4 курс: 45 часов аудиторных</b>	
<b>Самостоятельная работа</b>	- подготовка проекта по избранной теме; - составление и заполнение тематического словаря-гlossария; - письменный перевод текста профессиональной направленности	22	
		<b>Самостоятельная работа всего: 95</b>	
		<b>Итого за весь курс: 194 часа аудиторный / 289 часа макс.</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Уровни освоения учебного материала:

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



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен учебный кабинет «Иностранного языка»

##### Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя (стол, компьютер, интерактивная доска);
- посадочные места по количеству обучающихся - 25 шт.;
- наглядные пособия по дисциплине (грамматические таблицы);

##### Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет,
- мультимедийный проектор,
- колонки

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основная литература:

1. Агабекян, И. П. Английский язык для средних профессиональных заведений: Учебник. – Проспект, 2016. – (Среднее профессиональное образование).
2. Английский язык для физкультурных специальностей: учеб. пособие/Е. Г. Борисенко, О.А. Кравченко. - Феникс, 2015. - (Высшее образование)

##### Дополнительная литература:

1. Голубев, А.П. Английский язык для технических специальностей = English for Technical Colleges: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / А. П. Голубев, А.П. Коржавый, И.Б. Смирнова. – 8-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 208 с. <http://www.academia-moscow.ru/catalogue/4831/294331/>
2. Planet of English: учебник английского языка для учреждений НПО и СПО/ Г.Т. Безкоровайная и др. - 2-е изд., стер. - М.: Академия, 2013 <http://www.academia-moscow.ru/reader/?id=370002>
3. Laws of the Game 2016-2017/The International Football Association Board. - Zurich, 2016

##### Электронные пособия и Интернет-ресурсы:

1. [www.alleng.ru/english/engl.htm](http://www.alleng.ru/english/engl.htm) - сайт для изучающих иностранные языки: уч. пособия, уроки, устные темы, грамматика и т.д.
2. [www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish/language/](http://www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish/language/) - BBC Learning English: сайт для изучающих английский язык аудио, видео, подкасты, новости, уроки, информация для преподавателей
3. [www.britannica.com/](http://www.britannica.com/) - Энциклопедия Британника.
4. <http://www.englishclub.narod.ru> - стихи, песни, дидактические игры, словарик, статьи, уроки, международные проекты на английском языке
5. [www.onestopenglish.com](http://www.onestopenglish.com) – сайт с материалами для преподавателей английского языка
6. <https://www.lingvolive.com/ru-ru> - онлайн словарь
7. <http://www.macmillan.ru/> - сайт издательства Macmillan: книги, пособия, тестирование.
8. <http://www.linguistic.ru> - страноведение, разговорные темы, грамматика, тесты по английскому языку и др.
9. ЭБС «Академия» - <http://www.academia-moscow.ru/elibrary/>



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### 4.1. Формы контроля и оценивания

Результаты обучения: освоенные умения, усвоенные знания и общие компетенции	Показатели оценки результата	Формы контроля и оценивания
<b>Умеет:</b>		
У1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы;	вести разные виды диалогов; соблюдать правила речевого этикета; относительно полно и точно понимать высказывания собеседника; выражать мысли в письменной форме; умеет создавать разные типы и жанры письменных сообщений: личное письмо; заполнение анкет, бланков; изложение сведений о себе в формах, принятых в европейских странах (автобиография, резюме); делать сообщения, содержащие наиболее важную информацию по теме, проблеме; рассказывать о себе, своем окружении, своих планах, рассуждать о фактах; описывать особенности жизни и культуры своей страны и страны изучаемого языка; создавать словесный социокультурный портрет своей страны и стран изучаемого языка на основе разнообразной страноведческой и культуроведческой информации;	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося Экзамен
У2. Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности;	читать аутентичные тексты разных стилей, используя основные виды чтения (ознакомительное, изучающее, просмотровое/поисковое); умеет передать содержание иностранного текста средствами родного языка, учитывая особенности перевода	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	определенных лексико-грамматических конструкций; уметь понимать основное содержание текстов, включающих незнакомую лексику, в том числе профессиональной тематики;	
У3. Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас	вести словарь; выполнять самостоятельные и проектные занятия в рамках изучаемых тем; вести поисковую и исследовательскую работу с использованием информационно-коммуникационных технологий.	
<b>Знает:</b>		
31. Лексический минимум (1200 - 1400 лексических единиц), необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.	- значения новых лексических единиц, связанных с тематикой данного этапа; – тексты, построенные на языковом материале профессионального общения, в том числе инструкции и нормативные документы	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося Экзамен
32. Грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.	- новые значения, употребление и способы перевода изученных глагольных форм (видо-временных, неличных), средства и способы выражения модальности; условия, предположения, причины, следствия, побуждения к действию;	
3 3 Передовой отечественный и зарубежный опыт спортивного судейства.	- значения новых лексических единиц, связанных с тематикой данного этапа	
<b>Общие компетенции:</b>		
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и	Умеет: Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы; переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности; самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас Знает: лексический минимум (1200 - 1400 лексических единиц), необходимый для чтения и перевода (со словарем)	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося Экзамен



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>нести за них ответственность.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p> <p>ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.</p>	<p>иностранной профессиональной направленности; грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.</p>	
<b>Профессиональные компетенции</b>		
<p>ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.</p>	<p>Умеет: Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы; переводить</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы обучающегося</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.</p> <p>ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.</p> <p>ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p> <p>ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.</p> <p>ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.</p> <p>ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.</p>	<p>(со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности; самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас</p> <p>Знает:</p> <p>лексический минимум (1200 - 1400 лексических единиц), необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности;</p> <p>грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.</p>	Экзамен
---	--	---------

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Экзамен	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.5  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЕН.01 МАТЕМАТИКА**

Санкт-Петербург  
2021



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

**Стр.**

**1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ЕН.01 МАТЕМАТИКА**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура.

### **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина ЕН.01. Математика входит в математический и общий естественнонаучный учебный цикл.

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины: ЕН. 01. Математика**

**В результате изучения обязательной части учебного цикла обучающийся должен: уметь:**

- У1. Применять математические методы для решения профессиональных задач;
- У2. Решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий;
- У3. Анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически;
- У4. Выполнять приближенные вычисления;
- У5. Проводить элементарную статистическую обработку информации и результатов исследований;

**знать:**

- З1. Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними;
- З2. Основные комбинаторные конфигурации;
- З3. Способы вычисления вероятности событий;
- З4. Способы обоснования истинности высказываний;
- З5. Понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения;
- З6. Стандартные единицы величин и соотношения между ними;
- З7. Правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения;
- З8. Методы математической статистики.

### **1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций**

Общие компетенции:

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

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

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

**ОК 4.** Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

**ОК 7.** Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно- тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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



Профессиональные компетенции:

**ПК 1.4.** Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

**ПК 1.5.** Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

**ПК 2.4.** Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

**ПК 3.3.** Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

**ПК 3.4.** Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

**ПК 3.5.** Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.5. Количество часов по освоению программы учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 51 час, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 34 часа, в том числе самостоятельной работы обучающегося 17 часов, вариативная часть отсутствует.



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	51
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	34
в том числе:	
практические работы	17
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	17
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	1





## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы	Объем часов	Уровень освоения
	<b>Раздел I. Общие основы теории множеств и математической логики</b>		
<b>Тема 1.1 Основные элементы теории множеств. Операции над множествами.</b>	Введение. Структура, цели и задачи курса. Роль математической подготовки в профессиональной деятельности учителя физкультуры. Понятие множества и его элементов. Примеры множеств. Способы задания множеств (перечисление элементов и характеристическое свойство). Операции над множествами (объединение, пересечение, разность). Круги Эйлера-Вэйна.	3	2
	<b>Практическое занятие 1. Решение задач по теории множеств</b> Решение задач, используя формулы операций над множествами, свойства операций, круги Эйлера-Вэйна. Практическое применение формулы Грассмана при решении задач.	3	
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа 1.</b> Решение задач, используя формулы операций над множествами, свойства операций, круги Эйлера-Вэйна. Формула Грассмана для решения задач на определение количества элементов в двух и трех множествах.	3	
<b>Тема 1.2 Логические операции. Законы логики. Формулы высказываний.</b>	Логические операции. Законы логики. Формулы высказываний. Математические софизмы.	2	2
	<b>Практическое занятие 2. Решение формул высказываний</b> Примеры выполнения логических операций. Таблицы истинности логических операций. Законы логики и их применение в математике. Составление формул высказываний и определение ошибок в предложенных умозаключениях, в т.ч. математических софизмов.	3	
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа 2.</b> Используя справочную литературу, подбор и анализ математических софизмов. Определение допущенных ошибок и выполнение доклада/презентации по выбранному софизму.	3	
	<b>Раздел II. Комбинаторика и элементы теории вероятностей</b>		
<b>Тема 2.1. Элементы комбинаторики</b>	Понятие комбинаторики, история развития. Основные комбинаторные конфигурации. Правила комбинаторики. Число орбит. Биномиальная формула Ньютона. Треугольник Паскаля	3	2



	<b>Практическое занятие 3. Решение задач по теме комбинаторика</b> Решение задач на подсчет числа размещений, перестановок, сочетаний. Решение задач на перебор вариантов.	3	
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа 3.</b> Решение задач на подсчет числа размещений, перестановок, сочетаний. Решение задач на перебор вариантов.	3	
<b>Тема 2.2 Основные понятия теории вероятностей</b>	Предмет теории вероятностей. Основные понятия и определения. Относительная частота события. Определение вероятности события. Теорема сложения вероятностей. Условная вероятность. Независимые события. Теорема умножения вероятностей. Формула полной вероятности.	2	2
	<b>Практическое занятие 4. Решение задач по теме теория вероятностей</b> Решение задач на классическое определение вероятности. Решение задач на сложение и произведение вероятностей.	3	
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа 4.</b> Решение задач на классическое определение вероятности. Решение задач на сложение и произведение вероятностей.	2	
<b>Тема 2.3. Повторные испытания</b>	Повторные испытания. Формула Бернулли. Нахождение наивероятнейшего числа благоприятных исходов.	1	2
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа 5.</b> Решение задач на повторные испытания.	1	
	<b>Раздел III. Основы математической статистики</b>		
<b>Тема 3.1 Выборки и их характеристики</b>	Предмет математической статистики. Совокупности: генеральная и выборочная. Распределение выборки. Функция распределения. Статистическое распределение.	2	2
<b>Тема 3.2 Элементы теории оценок и проверки гипотез</b>	Оценка неизвестных параметров. Точечные оценки. Доверительные интервалы. Проверка статистических гипотез. Проверка гипотез о законе распределения.	3	2
	<b>Практическое занятие 5. Статистическая обработка результатов спортивных измерений</b>	5	
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа 6.</b> Решение задач на тему «Статистическая обработка результатов спортивных измерений».	5	
<b>Дифференцирова нный зачет</b>		1	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

**ИТОГО**

51

**Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:**

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



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы дисциплины предусмотрен учебный кабинет «Математики».

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя (стол, компьютер, интерактивная доска);
- наглядные пособия (учебники, опорные конспекты-плакаты, стенды, карточки, раздаточный материал);

##### **Технические средства обучения:**

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, доступом к сети Интернет;
- мультимедийный проектор;
- презентации.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень литературы**

##### **Основная:**

1. Башмаков М.И. Математика: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/М.И. Башмаков. – 10-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 256 с.
2. Алимов Ш.А., Колягин Ю.М. Математика: алгебра и начала математического анализа, геометрия. 10-11 классы: учебник для общеобразовательных организаций: базовый и углубленный уровни/ Ш.А. Алимов– 8-е изд. – М.: Просвещение, 2020. – 463 с.

##### **Дополнительная, интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Академия»



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

##### 4.1 Методы контроля и оценка текущей успеваемости

Наименование раздела	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Код формируемой компетенции	Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
Тема 1.1 Основные элементы теории множеств. Операции над множествами.	Знать: Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ
Тема 1.2. Операции над множествами.	Знать: Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ
Тема 1.3 Логические операции. Законы логики. Формулы высказываний.	Знать: Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними; Способы обоснования истинности высказываний; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ
Тема 2.1. Элементы комбинаторики	Знать: Основные комбинаторные конфигурации; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач; Решать комбинаторные задачи.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ
Тема 2.2 Основные понятия теории вероятностей	Знать: Основные комбинаторные конфигурации; Способы вычисления вероятности событий; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач; Решать	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	комбинаторные задачи, находить вероятность событий.		
Тема 2.3. Повторные испытания	Знать: Основные комбинаторные конфигурации; Способы вычисления вероятности событий; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач; Решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ
Тема 3.1 Выборки и их характеристики	Знать: Понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения; Стандартные единицы величин и соотношения между ними; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ
Тема 3.2 Элементы теории проверки оценок и их гипотез	Знать: Правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения; Уметь: применять математические методы для решения профессиональных задач; Анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически; выполнять приближенные вычисления.	ОК 1 – ОК 5 ОК 8	Текущий контроль в форме: практических и самостоятельных работ

#### 4.2. Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценка результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачет	Комплект контрольно-оценочных средств (карточки с заданиями)



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.6  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ЕН.02 ИНФОРМАТИКА И ИКТ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Санкт-Петербург  
2021



## СОДЕРЖАНИЕ

стр.

### **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**





## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ЕН.02. Информатика и ИКТ в профессиональной деятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Информатика и ИКТ в профессиональной деятельности» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС специальности СПО 49.02.01 Физическая культура, входящих в состав укрупненной группы 49.00.00 Физическая культура

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина ЕН.02 «Информатика и ИКТ в профессиональной деятельности» входит в математический и общий естественнонаучный цикл (ЕН).

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

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

уметь:

У1-соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности;

У2-применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий;

У3-создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий;

У4-использовать сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет (далее - сеть Интернет) для поиска информации, необходимой для решения профессиональных задач;

знать:

З1-правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств информационно-коммуникационных технологий;

З2-основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых) с помощью современных программных средств;

З3-назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности.

**1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций**

Код	Наименование компетенции
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК.11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ПК 1.4	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью
ПК 1.8	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.6	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом
ПК 3.4	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося –197 часов, включая:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 128 часов;  
самостоятельной работы обучающегося – 69 часов.

**1.6 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Вариативные часы направлены на освоение информационно-коммуникативными технологиями необходимыми в профессиональной деятельности в соответствии с требованиями WorldSkills и обобщенной трудовой функции А «Осуществление тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе» профессионального стандарта «Тренер-преподаватель» (приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 года N 952н)

Компетенция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Количество часов
Соответствие требованиям WSR компетенция Решение проблем, инновационность и творческий подход Трудовая функция А/02.5 Формирование у обучающихся	Требование WorldSkills: владеть информационно-коммуникативными технологиями, необходимыми для проведения учебного занятия.	Тема 1.3. Информационные технологии в физической культуре и спорте Тема 3.4. Технология работы с мультимедийными презентациями	17
	ПС «Тренер» <u>Уметь:</u>		5



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом	использовать информационные технологии, в том числе средства подготовки и демонстрации презентаций, видеофильмов, иных образовательных ресурсов	Тема 3.5. Технология работы с видео информацией	16
Всего			38



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Виды учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	197
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	126
практические занятия	128
В форме практической подготовки	128
Самостоятельная работа обучающегося	69
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение	Роль информационной деятельности в современном обществе: экономической, социальной, культурной, образовательной сферах.	1	1
<b>Раздел 1.</b>	<b>Информационные системы и применение компьютерных технологий в профессиональной деятельности</b>	<b>28</b>	
Тема 1.1. Информационные технологии в образовании и профессиональной деятельности	Роль информационной деятельности в современном обществе: экономической, социальной, культурной, образовательной сферах. Основные этапы развития информационного общества. Виды гуманитарной информационной деятельности человека с использованием технических средств и информационных ресурсов (в соответствии с направлением профессиональной деятельности). Информационные технологии в образовании, в профессиональной деятельности в образовательной области Физическая культура, спорте (в соревновательной деятельности). Информатизация образования. Информационные системы в физической культуре и спорте. Информационные ресурсы общества. Образовательные информационные ресурсы. Работа с ними. Виды профессиональной информационной деятельности человека с использованием технических средств и информационных ресурсов социально-экономической деятельности (специальное ПО, порталы, БД). Правовые нормы, относящиеся к информации, правонарушения в информационной сфере, меры их предупреждения. Обзор профессионального образования в социально-экономической деятельности, его лицензионное использование и регламенты обновления (информационные системы бухгалтерского учета, юридические базы данных).	9	1
Тема 1.2. Этические и правовые нормы информационной деятельности человека	Правовые и этические нормы, относящиеся к информации, правонарушения в информационной сфере, меры их предупреждения.	2	1
Тема 1.3. Информационные технологии в физической культуре и спорте	История использования ИКТ в спорте. Информационные и коммуникационные технологии в управлении спортом. ИКТ в медико-биологическом обеспечении подготовки спортсменов. Использование ИКТ для подготовки и повышения квалификации специалистов.	9	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Перспективы развития ИКТ в спортивной отрасли. ИКТ в Интернете и на телевидении.		
	Практические занятия:	8	
	<b>Практическое занятие № 1:</b> Microsoft Excel в судействе спортивно-массовых мероприятий.	2	
	<b>Практическое занятие № 2:</b> Программы WinOrient для судейства в циклических видах спорта. Создание базы данных.	2	
	<b>Практическое занятие № 3:</b> Программы WinOrient для судейства в циклических видах спорта. Прием финиша спортсменов. Проведение эстафет.	2	
	<b>Практическое занятие № 4:</b> Проведение тестовых соревнований с использованием информационных технологий Online Basket.	2	
<b>Раздел 2</b>	<b>Информация и информационные процессы</b>	9	
Тема 2.1 Принципы обработки информации	Арифметические и логические основы работы компьютера. Этапы решения задач с использованием компьютера: формализация, программирование и тестирование.	2	<b>1</b>
Тема 2.2. Компьютер как исполнитель команд	Компьютер как исполнитель команд. Программный принцип работы компьютера Примеры компьютерных моделей различных процессов. Проведение исследования на основе использования готовой компьютерной модели.	2	1
Тема 2.3. Назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности	Использование логических высказываний и операций в алгоритмических конструкциях. Конъюнкция. Дизъюнкция. Инверсия Импликация. Эквивалентность. Таблицы истинности	4	<b>2</b>
	<b>Практическое занятие № 5:</b> Построения алгоритмов с использованием конструкций проверки условий, циклов и способов описания структур данных.	1	
<b>Раздел 3</b>	<b>Технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа с помощью современных программных средств</b>	60	<b>2</b>
Тема 3.1. Технология работы с текстовой информацией	<b>Практические занятия</b>	16	
	<b>Практическое занятие № 6</b> Основные средства Word Оформление многостраничного документа	2	
		2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Практическое занятие № 7</b> Специальные средства Word. Работа со встроенным графическим редактором Word Art»	2	
	<b>Практическое занятие № 8</b> Специальные средства Word. Работа с рисунками в документе»	2	
	<b>Практическое занятие № 9</b> Специальные средства Word. Работа с формулами.	2	
	<b>Практическое занятие № 10</b> Специальные средства Word. Работа со стилями	2	
	<b>Практическое занятие № 11</b> Специальные средства Word. Внесение исправлений в текст	2	
	<b>Практическое занятие № 12</b> Специальные средства Word. Внесение исправлений в текст	2	
	<b>Практическое занятие № 13</b> Специальные средства Word. Создание серийных документов		
Тема 3.2. Технология работы с электронными таблицами	<b>Практические занятия</b>	10	
	<b>Практическое занятие № 14</b> Создание и форматирование электронной таблицы.	2	
	<b>Практическое занятие № 15</b> Ввод и редактирование формул. Использование встроенных функций для проведения расчетов. Сортировка данных.	4	
	<b>Практическое занятие № 16</b> Построение диаграмм на основе электронной таблицы. Создание таблиц для спортивных игр. Создание спортивного дневника	4	
Тема 3.3. Технология работы с компьютерной графикой	<b>Практические занятия</b>	6	
	<b>Практическое занятие № 17</b> Создание, редактирование, сохранение и печать графических изображений.	3	
	<b>Практическое занятие № 18</b> Создание плакатов спортивной тематики. Создание спортивных грамот, дипломов.	3	
Тема 3.4. Технология работы с мультимедийными презентациями	<b>Практические занятия</b>	12	
	<b>Практическое занятие № 19</b> Создание презентации, настройка эффектов. Использование гиперссылок для навигации между слайдами презентации. Создание обучающей презентации. Демонстрации презентаций. SMART Notebook 16.	12	
Тема 3.5. Технология работы с видео информацией	Аудио- и видеомонтаж с использованием специализированного программного обеспечения.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	14	
	<b>Практическое занятие № 20</b> Создание видео в программе Windows Movie Maker	4	
	<b>Практическое занятие № 21</b> Основные принципы работы с Audacity	4	
	<b>Практическое занятие № 22</b> Создание видеоурока	6	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Раздел 4</b>	<b>Использование сервисов и информационных ресурсов сети Интернет в профессиональной деятельности</b>	30	
Тема 4.1 Использование сервисов и информационных ресурсов сети Интернет в профессиональной деятельности	Поиск и передача информации с помощью сети Интернет. Интернет как сфера распространения идеологии терроризма. Проблема экспертизы информационных материалов, содержащих признаки идеологии терроризма.	2	<b>2</b>
	<b>Практические занятия</b>	2	
	<b>Практическое занятие № 23</b> Создание каталога информационных ресурсов спортивного направления.	2	
Тема 4.2 Методы и средства создания и сопровождения сайта	Создания и сопровождения сайта: проектирование информационной архитектуры сайта и разработка его структуры. Технологии создания сайта. Структура контента сайта. Язык разметки HTML. Структура документа. Основные блоки. Основные тэги HTML.	4	2
	<b>Практические занятия</b>	20	
	<b>Практическое занятие № 24</b> Создание сайта спортивной направленности	20	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	
	<b>ИТОГО</b>	128	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

При освоении дисциплины предусмотрена **самостоятельная работа обучающихся:**

<b>Раздел/Тема</b>	<b>Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов</b>	<b>Вид работы</b>	<b>Количество часов</b>
Раздел 3. Технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа с помощью современных программных средств	Разработка инструкции по организации тренировочного процесса по заданным условиям (включить текст, таблицы, графику, видео фрагменты)	Разработанная инструкция	29
Раздел 4. Использование сервисов и информационных ресурсов сети Интернет в профессиональной деятельности	Разработка сайта тренера по заданному виду спорта	Разработанный сайт	40
<b>Всего</b>			<b>69</b>



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы дисциплины предусмотрена лаборатория информатики и информационно-коммуникационных технологий.

Технические средства обучения:

компьютеры, объединенные локальной сетью, с лицензионным программным обеспечением.

Оборудование лаборатории и рабочих мест лаборатории:

рабочие места учащихся, оснащенные компьютерами;

рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером;

принтер;

сканер;

аудиоколонки;

локальная сеть с возможностью выхода в сеть Интернет;

проектор

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Учебники и учебные пособия:**

##### Основная литература:

1. Михеева Е.В. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Текст] /Е.В. Михеева – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с.

##### Дополнительная литература:

1. Макарова Н.В., Николайчук Г.С., Титова Ю.Ф. Информатика и ИКТ. Учебник. 11 класс. Базовый уровень Под ред. Проф. Макаровой Н.В. - СПб.: Питер 2012

2. Семакин И.Г., Хеннер Е.К. Информатика 11 класс. - М.: БИНОМ. Лаборатория знаний 2014

3. Семакин И.Г., Хеннер Е.К. Информатика 10 класс. - М.: БИНОМ. Лаборатория знаний 2015

##### Электронные пособия и Интернет-ресурсы:

1. ЭБ «Академия»

2. ЭУМК 601517649 сетевая Информационные технологии в профессиональной деятельности (1-е изд.)



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
		умения	знания	
Тема 1.1. Информационные технологии в образовании и профессиональной деятельности	ОК.1ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11	У1	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при решении ситуационных задач, тестирования, выполнении домашних работ;
Тема 1.2. Этические и правовые нормы информационной деятельности человека	ОК.1ОК.2 ОК.3ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11	У1	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при решении ситуационных задач, тестирования, выполнении домашних работ;
Тема 1.3. Информационные технологии в физической культуре и спорте	ОК.1ОК.2 ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.4 ПК1.5 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ, дифференцированный зачет
Тема 2.1 Принципы обработки информации	ОК.1ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ
Тема 2.2. Компьютер как исполнитель команд	ОК.1ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 2.3. Назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности	ОК.1ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при решении ситуационных задач, тестирования, выполнении домашних работ;
Тема 3.1. Технология работы с текстовой информацией	ОК.1ОК.2 ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ и самостоятельной работы, дифференцированный зачет
Тема 3.2. Технология работы с электронными таблицами	ОК.1ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.4 ПК1.5 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ и самостоятельной работы, дифференцированный зачет
Тема 3.3. Технология работы с компьютерной графикой	ОК.1ОК.2 ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ и самостоятельной работы, дифференцированный зачет
Тема 3.4. Технология работы с мультимедийными презентациями	ОК.1ОК.2 ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 ПК 2.2 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ и самостоятельной работы,



				дифференцированный зачет
Тема 3.5. Технология работы с видео информацией	ОК.1ОК.2ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 ПК 2.2 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ и самостоятельной работы, дифференцированный зачет
Тема 4.1 Использование сервисов и информационных ресурсов сети Интернет в профессиональной деятельности	ОК.1ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 ПК 2.2 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ, дифференцированный зачет
Тема 4.2 Методы и средства создания и сопровождения сайта	ОК.1ОК.2 ОК.3ОК.4 ОК.5 ОК.6 ОК.8 ОК.9 ОК.11 ПК1.8 ПК 2.2 П 2.6 ПК 3.4	У1 У2 У3 У4	31 32 33	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении обучающимися практических работ и самостоятельной работы, дифференцированный зачет

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачет	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.7  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.01 АНАТОМИЯ**

Санкт-Петербург  
2021



## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.01 Анатомия**

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

Рабочая программа учебной дисциплины Анатомия является частью основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** относится к профессиональному циклу как общепрофессиональная дисциплина.

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

В результате изучения цикла обучающийся по общепрофессиональным дисциплинам должен уметь:

1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
2. определять возрастные особенности строения организма человека;
3. применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;
4. определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся,
5. отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом;

### **За счёт часов вариативной части:**

6. Обеспечивать безопасность при проведении тренировок и занятий на этапе начальной подготовки
7. Пользоваться спортивным инвентарем
8. Организовывать прохождение обучающимися контрольных процедур с целью подтверждения достигнутого уровня физической подготовленности

### **знать:**

1. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;
2. строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;
3. основные закономерности роста и развития организма человека;
4. возрастную морфологию, анатомио-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;
5. анатомио-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;
6. динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;
7. способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков

### **За счёт вариативной части:**

8. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта
9. Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки
10. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта
11. Предельные тренировочные нагрузки
12. Объем индивидуальной спортивной подготовки

**1.4** Содержание дисциплины способствует формированию профессиональных и общих компетенций.

### **Профессиональные компетенции (ПК):**

- ПК 1.1 - Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия;  
ПК 1.2 -Проводить учебно-тренировочные занятия;  
ПК 1.3 -Руководить соревновательной деятельностью спортсменов;





ПК 1.4 - Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях;

ПК 1.5 – Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью;

ПК 1.6 – Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;

ПК 2.1 – Определять цели задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными группами населения;

ПК 3.3 – Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов;

ПК 3.5 – Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**Общие компетенции (ОК):**

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

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

ОК 3 – Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях;

ОК 4 – Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития;

ОК 5 – Использовать информационно – коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности;

ОК 6 – Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами;

ОК 7 – Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно – тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и знаний;

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

ОК 9 – Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий;

ОК 10 – Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся;

ОК 11 – Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих;

**1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **114** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **76** часов;

самостоятельной работы обучающегося **38** часов.

**1.6 Вариативная часть – 16 часов**

Вариативные часы направлены на расширение базовых умений для обеспечения соответствия профессиональному стандарту «Тренер-преподаватель», утв. Приказом Минтруда России от 24.12.2020 г N 952н (зарег. в Минюсте России 25.01.2021 г. N 62203)

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Кол-во часов
------------------	---	-----------------------	--------------



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Обучение основам техник двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	Учащийся должен <u>знать</u> : Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта <u>Уметь</u> : Обеспечивать безопасность при проведении тренировок и занятий на этапе начальной подготовки	Функциональная анатомия отдельных частей скелета	5
		<b>Практическая работа №2</b> Изучение строения позвоночника и грудной клетки	
		<b>Практическая работа № 3</b> Изучение строения костей верхних и нижних конечностей.	
		<b>Практическая работа № 3</b> Изучение строения костей верхних и нижних конечностей.	
Обучение основам техник двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	Учащийся должен <u>знать</u> : Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта <u>Уметь</u> : Обеспечивать безопасность при проведении тренировок и занятий на этапе начальной подготовки	<b>Практическая работа № 4</b> Изучение строения и соединения костей черепа	3
		<b>Практическая работа № 5</b> Изучение строения мышц головы, шеи и туловища	
		<b>Практическая работа № 6</b> Изучение: групп мышц верхних конечностей, пояса и свободного отдела, функциональных групп мышц	
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	Учащийся должен <u>уметь</u> : -Пользоваться спортивным инвентарем <u>Знать</u> : -Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки	<b>Практическая работа № 7</b> Изучение: групп мышц нижних конечностей, пояса и свободного отдела, функциональных групп мышц	6
		<b>Практическая работа № 15</b> Изучение расположения, строения верхних и нижних дыхательных путей	
		<b>Практическая работа № 16</b> Изучение особенностей расположения, строения легких.	
		<b>Практическая работа № 16</b> Изучение особенностей расположения, строения легких.	
		Физиология дыхания	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		<b>Практическая работа № 17</b> Изучение этапов дыхания	
		<b>Практическая работа № 17</b> Изучение этапов дыхания	
Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе	Учащийся должен <u>уметь</u> организовывать прохождение обучающимися контрольных процедур с целью подтверждения достигнутого уровня физической подготовленности; <u>Знать:</u> -Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта -Предельные тренировочные нагрузки -Объем индивидуальной спортивной подготовки	<b>Практическая работа № 24</b> Изучение расположения и особенностей строения органов мужской и женской половой системы, их функций. <b>Практическая работа № 24</b> Изучение расположения и особенностей строения органов мужской и женской половой системы, их функций.	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>114</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>76</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	50
В форме практической подготовки	76
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>38</b>
в том числе:	
Составления сообщения	2
Изображение схемы	2
Написание конспекта	34
<b>Итоговая аттестация в форме экзамена</b>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Анатомия»

Наименование разделов и тем 1	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся 2	Объем часов 3	Уровень усвоения 4
<b>Раздел 1. Анатомия и физиология как науки</b>			
<b>Тема 1.1. Человек – предмет изучения анатомии и физиологии</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Определение анатомии, физиологии; предмет изучения этих дисциплин, связь с другими науками 2. Методы изучения организма человека 3. Взаимосвязь организма человека с внешней средой, классификация потребностей человека 4. Анатомическая номенклатура. Основные физиологические термины 5. Части тела человека, отделы, полости, оси, плоскости тела, условные линии 6. Морфологические типы конституции. Многоуровневость организма, периоды онтогенеза <i>Самостоятельная работа №1</i> <i>«Биография учёных анатомов»</i>	4       2	2       2
<b>Раздел 2. Отдельные вопросы цитологии и гистологии</b>			
<b>Тема 2.1. Основы цитологии. Клетка</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Строение клетки: клеточная мембрана, ядро, цитоплазма, органеллы, включения 2. Химический состав клетки. Роль минеральных и органических веществ в клетке 3. Обмен веществ, энергии в клетке, жизненный цикл клетки 4. Дифференцировка, рост и размножение клеток	1	1
<b>Тема 2.2. Основы гистологии. Классификация тканей Эпителиальная ткань Соединительная ткань</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Ткань – определение. Классификация тканей (эпителий, соединительная, мышечная, нервная) 2. Функциональные различия тканей, особенности регенерации тканей 3. Эпителиальная ткань: классификация, функции, строение и месторасположение видов в организме 4. Соединительная ткань: классификация, строение, функции и месторасположение видов <i>Практическое занятие</i> Гистологическое строение тканей	2       1	2       2
<b>Тема 2.3. Мышечная ткань. Нервная ткань</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Мышечная ткань: свойства, функции 2. Виды мышечной ткани, месторасположение, строение, функциональные особенности 3. Нервная ткань - расположение, строение. 4. Строение нейрона. Классификация нейронов по строению, расположению, волоконному составу 5. Нервное волокно, строение, виды. Нервные окончания: рецепторы, эффекторы	2	2



	6. Синапс, понятие, виды		
	<b>Самостоятельная работа № 2.</b> <b>Строение и функции ядра клетки.</b>	<b>3</b>	
<b>Раздел 3 Морфофункциональная характеристика органов опорно-двигательного аппарата</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 3.1. Опорно-двигательный аппарат</b> <b>Скелет туловища</b>	<b>Содержание учебного материала (из Вариативной части 1 ч.)</b> 1. Опорно-двигательный аппарат, определение, части (активная, пассивная), их функции 2. Скелет: понятие, функции, отделы, кости их составляющие 3. Кость как орган; химический состав, возрастные изменения, виды костей, строение, рост кости 4. Классификация костей, виды костей по форме. Понятие о соединении костей 5. Скелет туловища, структуры, его составляющие. 6. Позвоночный столб, отделы, количество и строение позвонков. Позвоночный столб в целом 7. Грудная клетка, строение. Виды ребер. Грудная клетка как целое. Грудная полость. Функции	<b>2</b>	<b>2</b>
	<b>Практическое занятие (из Вариативной части)</b> Изучение строения позвоночника и грудной клетки	<b>1</b>	
<b>Тема 3.2 Скелет верхних и нижних конечностей</b> <b>Таз в целом</b>	<b>Самостоятельная работа №3</b> <b>Строение скелета</b> <b>Содержание учебного материала</b> 1. Скелет верхней конечности, отделы 2. Скелет плечевого пояса, кости, его образующие, строение лопатки и ключицы 3. Скелет свободной верхней конечности, отделы и кости, их образующие, строение костей 4. Скелет нижней конечности, отделы, кости их образующие 5. Тазовая кость, строение. Таз как целое. Функции и строение большого и малого таза. 6. Половые различия таза. Размеры женского таза: дистанции, конъюгаты 7. Скелет свободной нижней конечности, кости его образующие, их строение. Стопа как целое	<b>2</b>	<b>2</b>
	<b>Практическое занятие (из Вариативной части)</b> Изучение строения костей верхних и нижних конечностей. <b>Содержание учебного материала</b> 1. Мозговой и лицевой отделы черепа, функции, кости их образующие 2. Особенности строения костей мозгового и лицевого черепа 3. Череп как целое: свод, внутреннее и наружное основание, кости их образующие, структуры костей 4. Черепные ямки, глазницы, полость носа, полость рта: строение, функции 5. Строение родничков черепа новорожденного, сроки закрытия родничков	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Тема 3.3. Скелет головы</b> <b>Череп в целом</b>	<b>Практическое занятие (из Вариативной части)</b> Изучение строения и соединения костей черепа	<b>1</b>	



<b>Тема 3.4 Мышечная система туловища. Мышцы головы и шеи.</b>	<b>Мышцы</b>	<b>Мышцы</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Расположение, значение скелетных мышц. Мышечные группы 2. Мышца как орган, строение, виды мышц, свойства мышц. Режимы и виды сокращения 3. Работа мышц, образование АТФ и тепла в мышцах, утомление, отдых, физ. тренировка мышц 4. Мышцы спины: классификация, расположение, принципы начала и прикрепления, функции 5. Мышцы груди: классификация, расположение, принципы начала и прикрепления, функции 6. Мышцы живота: классификация, расположение, принципы начала и прикрепления, функции 7. Расположение и строение диафрагмы: части, сухожильный центр, отверстия, функции диафрагмы 8. Мимические и жевательные мышцы: расположение, принципы начала и прикрепления 9. Группы мышц шеи: поверхностная, срединная, глубокая, расположение, прикрепление, функции 10. Фасции головы и шеи. Топографические образования головы и шеи	2	2
			<i>Практическое занятие (из Вариативной части)</i> Изучение строения мышц головы, шеи и туловища	1	
			<i>Самостоятельная работа № 4.</i> <i>Возрастные изменения мышц</i>	3	
			<i>Самостоятельная работа № 5</i> <i>Влияние физических нагрузок на мышцы</i>	5	
<b>Тема 3.5. Мышцы конечностей</b>	<b>Мышцы</b>	<b>Мышцы</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Классификация и значение мышц верхней конечности: плечевого пояса и свободного отдела 2. Мышцы плечевого пояса, плеча, предплечья, кисти: принцип начала и прикрепления, функции 3. Классификация и значение мышц нижней конечности: мышцы тазового пояса и свободного отдела 4. Мышцы таза, бедра, голени, стопы: принципы начала и прикрепления, функции 5. Топографические образования верхней конечности и нижней конечности	1	2
			<i>Практическое занятие (из Вариативной части)</i> Изучение: групп мышц верхних конечностей, пояса и свободного отдела, функциональных групп мышц.	1	
			<i>Практическое занятие (из Вариативной части)</i> Изучение групп мышц нижних конечностей, пояса и свободного отдела, функциональных групп мышц.	1	
			<i>Самостоятельная работа № 6</i> <i>Анатомическая характеристика вращательных движений</i>	5	
<b>Раздел 4. Системы органов и регуляция их деятельности</b>			2		
<b>Тема 4.1 Системы органов.</b>	<b>Органы. органов.</b>	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Орган. Определение, классификация. Системы органов, аппараты. Объединение систем в		1	





<b>Нервно-гуморальный механизм регуляции</b>	организм 2. Процесс физиологической регуляции, этапы 3. Классификация нервной системы. Общие принципы строения нервной системы 4. Рефлекс, определение, виды. Рефлекторная дуга, звенья, виды дуг. 5. Нервная деятельность: виды, структуры, процессы, носители информации, принцип действия 6. Гуморальная регуляция. Секреты, их виды. Гормоны: механизм действия, свойства, виды 7. Железы внешней, внутренней и смешанной секреции, представители <b>Практическое занятие</b> Изучение особенностей нервной и гуморальной регуляции.	2	
<b>Раздел 5. Внутренняя среда организма. Кровь</b>		2	
<b>Тема 5.1. Гомеостаз. Кровь. Плазма крови</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Состав, функции, основные физиологические константы внутренней среды организма. Гомеостаз 2. Место крови в системе внутренней среды организма. Функции крови 3. Количество крови. Состав крови: плазма крови, форменные элементы. Константы крови 4. Плазма, состав, белки крови, функции. Гематокрит. Сыворотка <b>Практическое занятие</b> Изучение физиологических констант внутренней среды организма, константы крови.	1	2
<b>Раздел 6. Морфофункциональная характеристика органов сердечно-сосудистой системы</b>		12	
<b>Тема 6.1. Сердечно-сосудистая система. Строение сердца</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Процесс кровообращения - определение; структуры, осуществляющие процесс кровообращения 2. Функциональные группы сосудов. Система микроциркуляции. Строение стенки сосудов 3. Круги кровообращения: функциональное значение, сосуды 4. Сердце: расположение, строение, проекция структур на поверхность грудной клетки 5. Камеры сердца, отверстия, расположение и строение клапанов, принцип работы, проекция 6. Строение стенки сердца: расположение, строение, функции слоев. Строение перикарда. 7. Сосуды и нервы сердца. Значение коронарного кровообращения <b>Практическое занятие</b> Изучение расположения и особенностей строения сердца (строение камер сердца, стенки сердца) <b>Самостоятельная работа № 7</b> <b>Влияние физических упражнений и спорта на сердце и сосуды</b>	1 2 5	2
<b>Тема 6.2. Артериальная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Сосуды большого круга кровообращения. Аорта - отделы, артерии, от них отходящие 2. Артерии шеи и головы: области кровоснабжения 3. Артерии верхних и нижних конечностей, таза: расположение, области кровоснабжения		2





	4. Сосуды малого круга кровообращения, механизм кровоснабжения легких Кровообращение плода		
	<b>Практическое занятие</b> Изучение топографии частей аорты. Артерии верхних и нижних конечностей.	3	
<b>Тема 6.3. Венозная система</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Система верхней полой вены: образование, притоки, области оттока крови 2. Вены головы и шеи, грудной клетки, верхней конечности - области оттока крови в них 3. Система нижней полой вены: образование, притоки, области оттока крови 4. Вены брюшной полости, таза, нижних конечностей - области оттока крови в них 5. Система воротной вены. Кровоснабжение печени		2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение оттока венозной крови от головного мозга, особенности.	3	
<b>Тема 6.4. Основы гемодинамики</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Линейная и объемная скорость кровотока 2. Показатели кровообращения: минутный и систолический объемы кровообращения 3. Систолическое, диастолическое давление, пульсовое давление. Факторы, влияющие на давление 4. Определение пульса. Характеристики пульса. Артериальный пульс: определение, сосуды		2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение показателей кровообращения: скорости кровотока, артериального давления, пульса Измерение артериального давления, пульса Изучение характеристик пульса	2	
<b>Тема 6.5. Лимфатическая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Строение лимфатической системы. Лимфоидная ткань. Состав лимфы, ее образование 2. Основные лимфатические сосуды, стволы и протоки. Строение стенки лимфососудов 3. Функции лимфатической системы, связь лимфатической системы с иммунной системой 4. Строение и функции лимфатического узла. Группы лимфатических узлов 5. Причины движения лимфы по лимфатическим сосудам. Регуляция системы лимфообращения	1	2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение особенностей расположения и строения структур лимфатической системы	1	
<b>Раздел 7. Морфофункциональная характеристика органов дыхательной системы</b>		8	
<b>Тема 7.1. Дыхательная система. Воздухоносные пути</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Структуры организма человека, обеспечивающие процесс дыхания. Дыхательный аппарат 2. Дыхательная система: структуры, составляющие ее и их функции 3. Верхние дыхательные пути (полость носа, части глотки), расположение, строение, функции	1	



Тема 7.2. Легкие. Плевра	4. Нижние дыхательные пути, их расположение, строение и функции <i>Практическое занятие (из Вариативной части)</i> Изучение расположения, строения верхних и нижних дыхательных путей <i>Содержание учебного материала</i> 1. Плевра, плевральная полость, значение, пневмоторакс, виды 2. Средостение - границы, значение 3. Легкие – топография, внешнее строение, поверхности, края, границы 4. Внутреннее строение легких: доли, сегменты, дольки, ацинусы. Функции структур легкого 5. Факторы, препятствующие спадению легких	1	
	<i>Практическое занятие (из Вариативной части)</i> Изучение особенностей расположения, строения легких. Изучение и определение границ легких и плевры <i>Содержание учебного материала</i> 1. Значение кислорода и углекислого газа для человека. Процесс дыхания, определения, этапы 2. Внешнее дыхание, показатели. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл 3. Транспорт газов кровью. Тканевое дыхание. Принцип газообмена между дыхательными средами 4. Механизм первого вдоха новорождённого 5. Нервная, гуморальная регуляция дыхания	1	2
	<i>Практическое занятие (из Вариативной части)</i> Изучение этапов дыхания (их функции, сущность, характеристика), методов обследования легких. Решение ситуационных задач по легочным объемам и емкостям	2	
	<b>Раздел 8. Морфофункциональная характеристика органов пищеварительной системы</b>	<b>10</b>	
Тема 8.1. Пищеварительная система. Полость рта	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Пищеварительная система: функции, органы. Пищеварительный тракт: отделы, функции 2. Полые органы пищеварительного тракта, принцип строения их стенки 3. Полость рта, отделы, функции, органы. Особенности строения слизистой полости рта 4. Анатомо-функциональная характеристика: щек, губ, десен, твердого и мягкого неба 5. Строение языка. Язык как рецепторный орган. Зубы: функции, строение, формы. Лимфоэпителиальное кольцо	1	1
Тема 8.2. Органы пищеварительного тракта	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Глотка - расположение, строение стенки, отделы, функции 2. Пищевод - расположение, отделы, физиологические сужения, строение стенки, функции 3. Желудок - расположение, проекция на переднюю брюшную стенку, строение желудка <i>Практическое занятие</i>	2	2



	Изучение особенностей строения пищеварительной системы		
<b>Тема 8.3. Крупные пищеварительные железы</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Большие слюнные железы: название, расположение, строение, место открытия выводных протоков 2. Поджелудочная железа: расположение, строение, части, их функции, выводные протоки 3. Печень: расположение, границы, проекция, функции, строение, структурные единицы 4. Структурно-функциональная единица печени - долька печени, строение, функции 5. Желчный пузырь: функции, расположение, проекция, части, строение стенки. Желчные протоки <b>Практическое занятие</b> Изучение расположения печени, поджелудочной железы и желчного пузыря	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>Тема 8.4. Тонкий кишечник</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Тонкий кишечник: отделы и их расположение, проекция на переднюю брюшную стенку 2. Строение стенки отделов тонкого кишечника, образования слизистой оболочки, функции <b>Содержание учебного материала</b> 1. Толстый кишечник: отделы, их расположение, проекция, строение стенки 2. Слепая кишка: илеоцекальный клапан, червеобразный отросток, расположение, строение, функции 3. Особенности строения ободочной и прямой кишки 4. Брюшина, строение, отношение брюшины к органам. Образования брюшины. Брюшинная полость <b>Практическое занятие</b> Изучение расположения отделов тонкого и толстого кишечника.	<b>2</b> <b>1</b>	
<b>Тема 8.5. Толстый кишечник. Брюшина</b>		<b>1</b>	<b>2</b>
<b>Тема 8.6. Физиология пищеварения</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Процесс питания - определение, этапы 2. Пищеварение в полости рта. Слюна - состав, свойства, функции. Всасывание в полости рта 3. Пищеварение в желудке. Желудочный сок - свойство, состав, функции. Всасывание, моторика 4. Пищеварение в 12-перстной кишке, в тощей и подвздошной кишке: расщепление, всасывание 5. Состав и функции желчи, панкреатического сока, регуляция образования, отделения 6. Моторика тонкого кишечника 7. Пищеварение в толстом кишечнике. Состав и функции сока толстой кишки. Микрофлора 8. Моторика толстого кишечника. Формирование каловых масс. Акт дефекации <b>Практическое занятие</b> Изучение функционального значения различных отделов пищеварительного тракта.	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 9. Обмен веществ и энергии. Витамины</b>		<b>3</b>	
<b>Тема 9.1. Обмен веществ. Витамины</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Обмен веществ, определение 2. Обмен белков: функции, суточная потребность, азотистый баланс, конечные продукты обмена		<b>1</b>



	3. Обмен углеводов: функции, суточная потребность, углеводный баланс, конечные продукты обмена 4. Обмен жиров: функции, суточная потребность, липидный баланс, конечные продукты обмена 5. Водно-солевой обмен: содержание и количество воды в организме, потребность в воде 6. Продукты, содержащие минеральные вещества. Значение минеральных веществ в организме 7. Витамины - понятие, биологическая ценность, классификация витаминов. Источники витаминов		
<b>Тема 9.2. Обмен энергии. Терморегуляция</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Пластический энергетический обмен. Энергетический баланс. Основной обмен 2. Пищевой рацион – определение. Режим питания. Диета - определение, основы действия 3. Нормальная температура тела человека. Значение постоянства температуры тела для организма Факторы, поддерживающие оптимальную для метаболизма температуру тела 4. Терморегуляция, теплоотдача. Нейрогуморальные механизмы теплообразования и теплоотдачи 5. Центр терморегуляции. Гуморальные факторы терморегуляции 6. Компенсаторные механизмы организма при температурном дискомфорте <b>Практическое занятие</b> Изучение значения постоянства температуры тела и терморегуляции организма	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 10. Процесс выделения Морфофункциональная характеристика органов мочевой системы</b>		<b>1</b>	
<b>Тема 10.1. Почки. Мочевые пути</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Почки: расположение, проекция, строение почки, фиксирующий аппарат, структурные единицы 2. Строение и функции частей нефрона. Юкстагломерулярный аппарат почки 3. Структуры, отводящие мочу от почки: собирательные трубочки, малые и большие чашки, лоханка 4. Кровоснабжение почки, чудесная артериальная сеть почки 5. Мочеточники, расположение, строение 6. Мочевой пузырь – расположение, отношение к брюшине, строение 7. Мочеиспускательный канал женский и мужской. 8. Строение мочеполовой диафрагмы <b>Практическое занятие</b> Изучение расположения, внешнего и внутреннего строения почек	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 11. Морфофункциональная характеристика органов репродуктивной системы</b>		<b>3</b>	
<b>Тема 11.1. Репродуктивная система человека. Мужская половая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Процесс репродукции, значение, структуры, этапы процесса репродукции 2. Мужские половые органы – внутренние и наружные. Наружные органы: топография, строение 3. Яички – расположение, оболочки, внутреннее строение. Придаток яичка, проток придатка 4. Семявыносящий, семявыбрасывающий протоки, семенные пузырьки – расположение, функции. 5. Семенной канатик – расположение, структуры, его составляющие. Сперма	<b>1</b>	<b>1</b>



	6. Промежность: понятие, границы, чем образована		
<b>Тема 11.2. Женская половая система</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Женские половые органы – внутренние и наружные. Наружные органы: расположение, строение 2. Яичник: расположение, функции, строение. Менструальный цикл 3. Маточная труба – расположение, функции, части, строение стенки 4. Матка - расположение функции, части, строение стенки: периметрий, миометрий, эндометрий Параметрий. Прямокишечно-маточное пространство. 5. Женская промежность 6. Молочная железа – функция, расположение, внешнее и внутреннее строение <b>Практическое занятие (из Вариативной части)</b> Изучение расположения и особенностей строения органов мужской и женской половой системы, их функций.	2	2
	<b>Самостоятельная работа № 8</b> <b>Возрастные особенности мужских и женских половых органов</b>	5	
<b>Раздел 12. Морфофункциональная характеристика органов нервной системы</b>		<b>6</b>	
<b>Тема 12.1. Спинной мозг</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Спинной мозг - расположение, внешнее строение, полость, отделы, микроструктура. Оболочки 2. Сегмент-понятие, виды, латинские обозначения 3. Проводниковая функция спинного мозга, проводящие пути 4. Рефлекторная функция спинного мозга, рефлексы спинного мозга 5. Нервные центры спинного мозга <b>Содержание учебного материала</b> 1. Головной мозг-расположение, отделы. Ствол мозга: отделы, структуры, их составляющие 2. Продолговатый мозг - расположение, строение, полость, центры, функции 3. Задний мозг: мост и мозжечок – расположение, строение, центры, функции 4. Средний мозг: ножки мозга, четверохолмие - расположение, строение, центры, функции 5. Промежуточный мозг – структуры, его образующие. Полость промежуточного мозга 6. Таламус, эпиталамус, метаталамус, гипоталамус – расположение, структуры, ядра, функции 7. Ретикулярная формация – строение, функции		2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение структур отделов головного и спинного мозга.	2	
<b>Тема 12.2. Головной мозг. Ствол мозга</b>			
<b>Тема 12.3. Большой мозг</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Конечный мозг – внешнее строение, внутреннее строение. Полость конечного мозга 2. Базальные ядра – виды, расположение, функции		2



	<p>3. Проекционные зоны коры. Ассоциативные поля и их функции. Физиологические свойства коры</p> <p>4. Лимбическая система - структуры, её составляющие, функции</p> <p>5. Обонятельный мозг - отделы, функция, роль в удовлетворении потребностей человека</p> <p>6. Оболочки мозга, расположение, строение, сосудистые сплетения. Межоболочечные пространства</p> <p><b>Практическое занятие</b> Изучение расположения, особенностей строения большого мозга.</p>	1	
<b>Тема 12.4. Периферическая нервная система. Спинномозговые нервы</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Периферическая нервная система, структуры, функции</p> <p>2. Спинномозговые нервы: образование, виды, количество, нервные волокна, их образующие</p> <p>3. Ветви спинномозговых нервов, функциональные виды нервных волокон, идущих в их составе</p> <p>4. Грудные спинномозговые нервы</p> <p>5. Сплетения передних ветвей спинномозговых нервов, нервные стволы, области иннервации</p>		2
<b>Тема 12.5 Черепные нервы</b>	<p><b>Самостоятельная работа № 9</b> <b>Оболочки спинного и головного мозга</b> <b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Количество черепно-мозговых нервов (ЧМН), соответствие названия ЧМН номеру</p> <p>2. Функциональные виды ЧМН (чувствительные, двигательные, смешанные)</p> <p>3. Принцип образования чувствительных, двигательных, и парасимпатических волокон ЧМН</p> <p>4. Характеристика 12 пар ЧМН, области иннервации</p>	3	2
<b>Тема 12.6 Вегетативная нервная система</b>	<p><b>Практическое занятие</b> Изучение строения спинномозговых и черепных нервов</p> <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Области иннервации и функции ВНС. Классификация ВНС</p> <p>2. Симпатическая, парасимпатическая НС: центральный и периферический отделы, характеристика</p> <p>3. Симпатическая и парасимпатическая рефлекторные дуги, медиаторы в их синапсах.</p> <p>4. Влияние симпатической и парасимпатической НС на деятельность органов и состояние структур</p> <p>5. Принципы образования и расположение симпатических сплетений</p> <p><b>Практическое занятие</b> Изучение особенностей строения и работы симпатической и парасимпатической нервной системы.</p>	2	2
<b>Раздел 13. Морфофункциональная характеристика органов сенсорной системы</b>		4	
<b>Тема 13.1. Сенсорные системы</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Определение сенсорной системы, ее значение. Классификация сенсорных систем</p> <p>2. Органы чувств, их вспомогательный аппарат. Виды рецепторов, функции.</p> <p>3. Соматическая сенсорная система</p>		2







Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<i>Лекций:</i>	<b>26</b>	
	<i>Практических занятий:</i>	<b>50</b>	
	<i>Самостоятельной работы:</i>	<b>38</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1– ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2– репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)





### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы осуществляется в кабинете «Анатомии и физиологии человека», оборудованном ТСО.

Оборудование учебного кабинета:

- место преподавателя;
- учебные места по количеству обучающихся;
- таблицы;
- муляжи;
- скелет человека;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор,
- интерактивная доска,
- механический тонометр

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

1. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека [Текст]: учеб. для студ. ср. проф.уч. заведений. –3-е изд. – М.: Академия, 2015.

**Дополнительные источники**

**Интернет-ресурсы**

1. [www.e-anatomy.ru](http://www.e-anatomy.ru)
2. [www.anatomus.ru](http://www.anatomus.ru)
3. [www.spravochnik-anatomia.ru](http://www.spravochnik-anatomia.ru)
4. [www.fiziologiyacheloveka.ru](http://www.fiziologiyacheloveka.ru)
5. Мое тело. Анатомия и физиология человека. Интерактивная энциклопедия.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения (умения и знания)		Методы и средства контроля и оценки успеваемости
		уметь	знать	
Анатомия и физиология как науки	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	З1	Экспертная оценка выполнения самостоятельных работ
Отдельные вопросы цитологии и гистологии	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК4, ОК5, ОК8	У1	З1	Экспертная оценка выполнения практических занятий
Морфофункциональная характеристика органов опорно-двигательного аппарата	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1, У2, У3, У5, У6	З2, З5, З6, З7, З8	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Системы органов и регуляция их деятельности	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	З1, З2	Экспертная оценка выполнения практических занятий
Внутренняя среда организма. Кровь	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1, У3, У5	З2	Экспертная оценка выполнения практических занятий
Морфофункциональная характеристика органов сердечно-сосудистой системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1, У3, У5	З2	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Морфофункциональная характеристика органов дыхательной системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1, У7	З2, З6, З9	Экспертная оценка выполнения практических занятий
Морфофункциональная характеристика органов пищеварительной системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	З2	Экспертная оценка выполнения



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

				практических занятий
Обмен веществ и энергии. Витамины	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	32	Экспертная оценка выполнения практических занятий
Процесс выделения Морфофункциональная характеристика органов мочевой системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	32	Экспертная оценка выполнения практических занятий
Морфофункциональная характеристика органов репродуктивной системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1, У5, У8	31, 32, 33, 34, 37, 310-12	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Морфофункциональная характеристика органов нервной системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	32	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Морфофункциональная характеристика органов сенсорной системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1	32	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Морфофункциональная характеристика органов эндокринной системы	ПК1.4, ПК1.5, ПК3.5, ОК2, ОК3, ОК4	У1, У3	32, 37	Экспертная оценка выполнения практических занятий

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Экзамен	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.8  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.02 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ**

Санкт-Петербург  
2021



**СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.02 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ**

### **1.1. Область применения рабочей программы:**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка)** Педагог по физической культуре и спорту

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

дисциплина входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- У 1 измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;
- У 2 оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;
- У 3 оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;
- У 4 использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;

#### **За счет вариативной части:**

- У 5 пользоваться контрольно-измерительными приборами;
- У 6 выявлять своевременно угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- З 1 физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- З 2 понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;
- З 3 регулирующие функции нервной и эндокринной систем;
- З 4 роль центральной нервной системы в регуляции движений;
- З 5 особенности физиологии детей, подростков и молодежи;
- З 6 взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;
- З 7 физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- З 8 механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;
- З 9 физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости;
- З 10 физиологические основы спортивного отбора и ориентации;
- З 11 биохимические основы развития физических качеств;
- З 12 биохимические основы питания;
- З 13 общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;
- З 14 возрастные особенности биохимического состояния организма;
- З 15 методы контроля

#### **За счет вариативной части:**

- З 16 психологические особенности обучающихся с учетом возраста и основ возрастной педагогики
- З 17 основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта



- 3 18 содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки
- 3 19 медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта
- 3 20 предельные тренировочные нагрузки
- 3 21 методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта

**1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:**

Код	Наименование компетенции
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2.	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
ПК 3.3.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4.	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 178 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 112 часов, в том числе за счет вариативной части 52 часа;

- лабораторных и практических работ обучающихся – 26 часов.

**1.6 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Вариативные часы (52 часа) направлены на расширение базовых знаний и умений, обеспечивающих соответствие требованиям профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24.12.2020 г. № 952н.

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Кол-во часов
3.2.2 Обучение основам техники двигательных действий (по виду	Знать Психологические особенности обучающихся с учетом возраста и основ возрастной педагогики Уметь	Физиология высшей нервной деятельности	3
		Физиологическая и биохимическая характеристика	3





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

спорта, спортивным дисциплинам)	Пользоваться контрольно-измерительными приборами	физических упражнений разной мощности и характера	
	Знать Основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта Уметь Пользоваться контрольно-измерительными приборами	Физиология центральной нервной системы. Система крови	4 2
	Уметь Выявлять своевременно угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности	Физиология системы кровообращения Пищеварительная система, обмен веществ и энергии	2 2
	Знать Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки	Физиология нервно-мышечного аппарата Физиологическая и биохимическая характеристика двигательных качеств и навыков	2 3
	Знать Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта	Физиология сенсорных систем Выделение Возрастные особенности при занятиях физической культурой и спортом	1 2 1
	Знать Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта Уметь Пользоваться контрольно-измерительными приборами	Железы внутренней секреции Возрастные особенности при занятиях физической культурой и спортом	1 1
	3.3.1 Осуществление отбора обучающихся в группы и секции тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по	Знать Предельные тренировочные нагрузки	Физиология системы кровообращения Физиологическая и биохимическая характеристика адаптации



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
 профессиональное образовательное учреждение  
 «Малоохтинский колледж»

виду спорта, спортивным дисциплинам	Знать Методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта Уметь Пользоваться контрольно-измерительными приборами	Пищеварительная система, обмен веществ и энергии Дыхательная система Физиологические и биохимические основы спортивного отбора	2 2 2
	Знать Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки	Железы внутренней секреции Возрастные особенности при занятиях физической культурой и спортом	2 3
	Знать Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапе начальной подготовки	Физиология сенсорных систем Физиология системы кровообращения	1 1
3.3.2 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности, соответствующей специфике вида спорта	Уметь Своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности	Функции организма в особых условиях внешней среды	3
	Знать Предельные тренировочные нагрузки Уметь Своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности	Функциональные состояния в физической культуре и спорте Физиологическая и биохимическая характеристика адаптации	4 3



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>168</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	
лекции	86
лабораторные занятия	
практические занятия	26
контрольные работы	
В форме практической подготовки	112
В том числе за счет вариативной части	52
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>66</b>
в том числе:	
Реферат	18
Доклад	12
Подготовка конспекта	15
Составление таблиц	6
Подготовка презентации	15
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 02 Физиология с основами биохимии

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
<b>РАЗДЕЛ 1. Физиология нервной, мышечной и сенсорных систем</b>			
Тема 1.1 Введение. Физиология и биохимия как наука. Физиология центральной нервной системы.	Предмет «Физиология» - естественно - научная дисциплина. Предмет «Биохимия» - естественно - научная дисциплина. Значение биохимии для освоения теоретических знаний и практической подготовки к профессиональной деятельности. Химический состав живых организмов. Значение физиологии для освоения теоретических знаний и практической подготовки к профессиональной деятельности. Методы физиологии. Функциональные особенности организма человека. <b>Из вариативной части (4 часа).</b> Физиология возбудимых тканей. Свойства возбудимых тканей. Строение и функции нейронов. Строение, функции синапсов. Понятие «Медиатор». Особенность проведения возбуждения в нервной системе. Понятия «Возбуждение», «Торможение». Виды и особенности тормозных процессов в нервной системе. Понятие «Рефлекс». Понятие «Центральная нервная система». Строение и функции спинного мозга, ствола мозга, подкорковых структур и коры больших полушарий. Понятие «Нервный центр». Свойства нервных центров. Виды нейронов. Состояние мембранного потенциала.	2	2
	Практические занятия №1 Строение рефлекторной дуги. Виды рефлексов. №2 Проявление сухожильных и миотатических рефлексов у человека. Оценка проявлений рефлексов.	2	
	Самостоятельная работа Реферат: «Классификация рефлексов человека».	4	
Тема 1.2 Физиология высшей нервной деятельности (ВНД)	Понятие «Высшей нервной деятельности». Понятие безусловных и условных рефлексов. Образование и биологическое значение условных рефлексов. Механизмы образования условных рефлексов. Стадии образования условных рефлексов. Виды и торможение условных рефлексов. Доминанта и условный рефлекс. <b>Из вариативной части (3 часа).</b> Сигнальные системы. Экстраполяция. Типы ВНД.	1	2
	Практические занятия №1 Время простой зрительно-моторной реакции как метод оценки функционального состояния ЦНС. Методы оценки свойств нервных процессов (силы, лабильности, подвижности). №2 Методы оценки внимания. Методы оценки памяти, мышления. Определение типа ВНД.	3	
	Самостоятельная работа Реферат на тему по выбору: «Эмоции», «Мышление», «Речь».	2	
Тема 1.3 Физиология сенсорных систем	Общий план и строение сенсорных систем.		
	Физиология зрительной, слуховой, вестибулярной, двигательной и тактильной сенсорных систем.	2	2



	<b>Из вариативной части (2 часа).</b> Классификация рецепторов. Способы кодирования информации.	2	
	Практические занятия №1. Оценка проприоцептивной чувствительности. Аудиометрия, оценка тактильной чувствительности. №2 Оценка остроты и поля зрения.	2	
	Самостоятельная работа Презентация «Исследование вестибулярной устойчивости к вращательным нагрузкам»	3	
Тема 1.4 Физиология нервно-мышечного аппарата	Виды и функциональные особенности мышечной ткани. Строение мышечной клетки. Понятие «Двигательная единица». Классификация двигательных единиц. Способы энергообеспечения мышечной деятельности. Ресинтез АТФ.	2	2
	<b>Из вариативной части (2 часа).</b> Режимы мышечного сокращения.	2	
	Практические занятия №1 Биомеханическая характеристика строения мышечной клетки. Динамометрия, динамография. №2 Электромиография. Биоэнергетика мышц.	2	
	Самостоятельная работа Конспект: «Механизмы регуляции мышечной деятельности».	3	
<b>РАЗДЕЛ 2 Физиология вегетативных систем</b>			
Тема 2.1 Система крови	Понятие «Система крови». Функции органов кроветворения и кроверазрушения. Функции периферической крови. Состав и функции плазмы крови. Строение и функции форменных элементов крови. Физико-химические свойства крови. Гемоглобин и его соединения. Цветовой показатель Гемолиз. Лейкоцитарная формула. Характеристика отдельных видов лейкоцитов. Регуляция лейкопоэза	2	2
	<b>Из вариативной части (2 часа).</b> Понятие «Иммунитет».	2	
	Практические занятия №1 Определение количества эритроцитов. №2 Группы крови	2	
	Самостоятельная работа Доклад на 1 из тем: «Фибринолиз. Регуляция свертывания крови и фибринолиза». Неспецифическая резистентность и иммунитет. Тромбоциты. Процесс свертывания крови. Плазменные и клеточные факторы свертывания крови. Понятие «Антикоагулянты».	3	
Тема 2.2 Физиология системы кровообращения	Электрические явления в сердце. Электрическая активность клеток миокарда. Функции проводящей системы. Фазы сердечного цикла. Рефлекторная регуляция деятельности сердца. Гуморальная регуляция деятельности сердца. Основные принципы гемодинамики. Классификация сосудов Движение крови по сосудам. Артериальное давление крови. Объемная скорость кровотока. Время кругооборота крови.	4	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Из вариативной части (4 часа).</b> Регуляция движения крови по сосудам. Мозговое кровообращение Венечное кровообращение. Легочное кровообращение.	4	
	Практические занятия №1 Пульсометрия. Сердечный выброс. Механические и звуковые проявления сердечной деятельности. Изменение частоты сердечных сокращений и артериального давления при физической нагрузке. №2 Электрокардиография. Изменения ЭКГ при физической нагрузке, при патологии. Исследование реакции ССС на нагрузку по данным ортостатической пробы.	2	
	Самостоятельная работа Презентация на 1 из тем: Эндокринная функция сердца. Условно-рефлекторная регуляция деятельности сердца. Строение лимфатической системы Образование лимфы. Состав лимфы Движение лимфы Функции лимфатической системы.	4	
Тема 2.3 Дыхательная система	Строение и функции дыхательной системы. Альвеолярная вентиляция. Диффузия газов. Содержание газов в альвеолярном воздухе. Газообмен и транспорт O <sub>2</sub> Газообмен и транспорт CO <sub>2</sub> . Регуляция внешнего дыхания: дыхательный центр, рефлекторная регуляция дыхания, координация дыхания с другими функциями организма. МОД при физической нагрузке. Расчет PO <sub>2</sub> , кислородного запаса, долга в покое и при мышечной работе.	2	2
	<b>Из вариативной части (2 часа).</b> Дыхание при подъеме на высоту. Дыхание при высоком давлении. Дыхание чистым кислородом	2	
	Практические занятия №1 Легочные объемы и емкости. Определение показателей внешнего дыхания. №2 Определение максимального потребления кислорода	2	
	Самостоятельная работа Конспект на 1 из тем: Защитные функции дыхательной системы Метаболизм биологически активных веществ в легких	3	
Тема 2.4 Пищеварительная система, обмен веществ и энергии	Физиология пищеварительной системы. Физическая, химическая переработка пищи. Состав пищеварительных соков. Пищеварение в ротовой полости, желудке. Процессы пищеварения в тонком кишечнике. Значение поджелудочной железы. Функции толстого кишечника. Роль печени. Значение белков для организма. Значение углеводов для организма. Роль витаминов в жизнедеятельности организма. Значение жирового обмена для организма. Суточная потребность организма в жирах, белках, углеводах. Ферменты и их свойства. Формы азотистого баланса при разных состояниях организма. Регуляция уровня сахара в крови. Регуляция жирового обмена.	4	2
	<b>Из вариативной части (4 часа).</b> Значение для организма воды и минеральных веществ. Энергообмен при мышечной работе. Понятие об обмене веществ. Факторы, определяющие уровень основного обмена.	4	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Практические занятия №1 Определение величины основного обмена. №2 Методы исследования обмена веществ и энергии. Расчет энерготрат.	2	
	Самостоятельная работа Реферат: Калорический эквивалент кислорода.	4	
Тема 2.5 Выделение	Органы, участвующие в процессе выделения. Функции почек. Мочеобразования, его механизмы. <b>Из вариативной части (2 часа).</b> Функции потовых желез. Функциональная единица почки: строение и функции.	2 2	2
	Практические занятия №1 Физиологические функции почек. Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе. Отличие состава первичной мочи от состава плазма крови. Факторы, определяющие объем клубочковой фильтрации и количества первичной мочи.	1	
	Самостоятельная работа Конспект: Понятие о «пороговых» и «непороговых» веществах, выводимых почками. Физиологическое значение режима водопотребления.	3	
Тема 2.6 Железы внутренней секреции	Железы внутренней и внешней секреции. Понятие «Гормон». Функции гормонов гипофиза. Функции гормонов щитовидной железы. Функции гормонов поджелудочной железы. <b>Из вариативной части (3 часа).</b> Функции гормонов надпочечников. Функции половых гормонов.	3 3	2
	Практические занятия №1 Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма. Роль желез внутренней секреции в развитии мышечной силы, работоспособности и в процессах восстановления.	1	
	Самостоятельная работа Составление таблицы: Влияние половых гормонов на рост и развитие. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез. Действие на организм гормонов адреналина и норадреналина.	3	
	<b>РАЗДЕЛ 3. Физиология физической культуры и спорта</b>		
Тема 3.1 Физиологическая и биохимическая характеристика физических упражнений разной мощности и характера	Классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю (1970). Статические нагрузки. Натуживание. Классификация циклических нагрузок. <b>Из вариативной части (3 часа).</b> Физиологические особенности упражнений, оцениваемых по качеству выполнения в баллах. Основные физиологические особенности ситуационных упражнений.	2 3	2
	Практические занятия №1 Оценка уровня физического состояния человека	1	
	Самостоятельная работа		





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Доклад: Основные физиологические особенности стереотипных ациклических упражнений. Физиологические характеристики прицельных упражнений.	3	
Тема 3.2 Физиологическая и биохимическая характеристика двигательных качеств и навыков	Характеристика силы. Виды гипертрофии. Физиологические и биохимические основы силы. Определение и формы быстроты. Физиологические и биохимические основы быстроты. Физиологические и биохимические основы выносливости. Определение, виды выносливости. Физиологические и биохимические основы выносливости. <b>Из вариативной части (3 часа).</b> Характеристика ловкости, гибкости. Функциональная система движения. Двигательный стереотип. Понятие, характеристика двигательного умения и навыка.	3 3	2
	Практические занятия №1 Оценка элементарных форм быстроты	1	
	Самостоятельная работа Конспект: Структуры головного мозга, участвующие в формировании двигательного навыка. Роль обратных биологических связей и дополнительной информации в совершенствовании двигательных навыков.	4	
	Тема 3.3 Физиологическая и биохимическая характеристика адаптации	Понятие «Адаптация». Значение адаптации в физической культуре и спорте. <b>Из вариативной части (4 часа).</b> Виды и типы адаптации. Стадии и «цена» адаптации. Срочная и долговременная адаптация. Понятие о работоспособности. Принципы и методы определения работоспособности.	1 4
	Практические занятия №1 Методики определения работоспособности.	1	
	Самостоятельная работа Составление таблицы основных терминов.	3	
Тема 3.4 Функциональные состояния в физической культуре и спорте	<b>Из вариативной части (4 часа).</b> Физиологическая характеристика предстартовых состояний. Физиологическая и биохимическая характеристика вработывания, «устойчивого состояния». Физиологическая и биохимическая характеристика утомления, переутомления, перенапряжения. Понятие «суперкомпенсация». Физиологическая и биохимическая характеристика восстановления. Особенности восстановительных процессов (гетерохронность, избирательность, конструктивность).	4	2
	Практические занятия №1 Способы оценки умственного утомления.	1	
	Самостоятельная работа (указать вид работы) Доклад: Связь утомления и восстановления в спорте. Эффективность комплексного использования средств восстановления.	3	
Тема 3.5 Функции организма в особых	Влияние среднегорья и высокогорья на спортивную работоспособность. Факторы, действующие на организм человека в условиях гор.	1	2
		3	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

условиях внешней среды	<b>Из вариативной части (3 часа).</b> Влияние водной среды на спортивную работоспособность. Спортивная работоспособность в условиях повышенных и пониженных температур и влажности воздуха.		
	Практические занятия №1 Способы оценки физического утомления	1	
	Самостоятельная работа Реферат на 1 из тем: Функционирование организма при повышенном давлении. Терморегуляция, в водной среде. Адаптация организма к теплу и холоду.	3	
Тема 3.6 Физиологические и биохимические основы спортивного отбора	Основы системы отбора в структуре многолетней подготовки. Отбор и ориентация в спорте. <b>Из вариативной части (2 часа).</b> Прогнозирование спортивных достижений. Медико-биологические критерии спортивного отбора.	2 2	2
	Практические занятия №1 Педагогические критерии спортивного отбора. Основные факторы учета и контроля при спортивном отборе.	1	
	Самостоятельная работа Доклад: Отбор в избранном виде спорта	3	
<b>РАЗДЕЛ 4. Возрастная физиология физической культуры и спорта</b>			
Тема 4.1 Возрастные особенности при занятиях физической культурой и спортом	Понятие «Онтогенез», «Филогенез», «Рост», «Развитие». Возрастная классификация 1965 г. Возрастная периодизация. Основные закономерности возрастного развития. Роль наследственных и факторов внешней среды в развитии спортивных возможностей. <b>Из вариативной части (4 часа).</b> Влияние спортивной тренировки на развитие функций и работоспособности у лиц различного возраста.	2 4	2
	Практические занятия №1 Оценка биологического возраста.	1	
	<b>Из вариативной части (1 час).</b> №2 Понятие «Критический период», «Сенситивный период».	1	
	Самостоятельная работа (указать вид работы) Реферат: Значение комплексной оценки функциональной подготовленности в спортивном отборе и прогнозировании.	4	
<b>Итого</b>		<b>178</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины осуществляется в учебном кабинете «Анатомии и физиологии человека», лаборатории функциональной диагностики.

##### Оборудование учебного кабинета:

1. мультимедийный комплекс.
2. мультимедийные лекции.
3. комплект учебно-методических материалов;
4. наглядные пособия (схемы, таблицы и др.)

##### Технические средства обучения:

1. Велоэргометры.
2. Тонометр.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Учебники и учебные пособия

##### Основная литература:

1. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования/ И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. – 10-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 496 с.

2. Караулова Л.К. Физиология физического воспитания и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ Л.К. Караулова, Н.А. Красноперова, М.М. Расулов. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 304 с. – (Сер. Бакалавриат).

3. Проскурина И.К. Биохимия: учеб. для студ. учреждений высш. образования/ И.К. Проскурина. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 336 с. – (Сер. Бакалавриат).

##### Электронные пособия и Интернет-ресурсы:

- Библиотека международной спортивной информации: <http://bmsi.ru/> (link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/> (link is external)
- Международная ассоциация спортивной информации <http://www.iasi.org/> (link is external)
- Международные спортивные федерации: [http://olympic.org/uk/organisation/if/index\\_uk.asp](http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp) (link is external)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/> (link is external)
- Научная электронная библиотека [http:// www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru) (link is external)
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России) <http://fano.gov.ru/>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: <http://fcior.edu.ru> (link is external)
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru> (link is external)
- Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
- Электронно-библиотечная система Университетская библиотека On-line <http://biblioclub.ru/>

##### Применение активных и интерактивных технологий

- Интерактивные лекции: (лекция-беседа, лекция-дискуссия, лекция с разбором конкретных ситуаций и т.п.)
- Творческие задания: (заполнение таблиц и т.п.)



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, самостоятельной работы.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Наименование тем	Код формируемой компетенции	Результат освоения (умения и знания)		Формы контроля текущей успеваемости
		уметь	знать	
Тема 1.1 Введение. Физиология и биохимия как наука. Физиология центральной нервной системы.	ОК4, ОК5, ОК8, ПК1.4ПК 1.5ПК3.2		роль центральной нервной системы в регуляции движений.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 1.2 Физиология высшей нервной деятельности (ВНД)	ОК1 ОК2 ОК4, ОК5, ОК6, ОК9, ОК10, ПК1.5		физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 1.3 Физиология сенсорных систем	ОК3, ОК4, ОК5, ОК6, ОК9, ПК1.4	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 1.4 Физиология нервно-мышечного аппарата	ОК7, ОК8, ОК9, ОК10, ПК1.4ПК 1.5 ПК1.6	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 2.1 Система крови	ОК3, ОК6, ОК11, ПК1.3 ПК1.4ПК 1.5	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий,



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

				самостоятельной работы Тестирование
Тема 2.2 Система кровообращения	ОК5, ОК7, ПК1.4 ПК2.4 ПК3.1 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.5	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 2.3 Дыхательная система	ПК2.4 ПК3.1 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов	понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 2.4 Пищеварительная система, обмен веществ и энергии	ОК2, ОК3, ОК4, ОК5, ПК2.4 ПК3.1 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности; биохимические основы питания	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 2.5 Выделение	ПК1.4 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	измерять и оценивать физиологические показатели организма человека	физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 2.6 Железы внутренней секреции	ОК7, ОК8, ПК2.1 ПК2.2 ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте	регулирующие функции нервной и эндокринной систем	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 3.1 Физиологическая и биохимическая характеристика физических упражнений разной мощности и характера	ОК9, ОК10, ОК11, ОК12, ПК1.1 ПК1.2 ПК1.3 ПК2.1	применять знания по биохимии при изучении профессиональных модулей	взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 3.2 Физиологическая и биохимическая характеристика двигательных качеств и навыков	ПК1.4ПК 1.5 ПК1.6 ПК1.7 ПК1.8 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.5	применять знания по биохимии при изучении профессиональных модулей	физиологические и биохимические основы тренировки силы, быстроты, выносливости	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 3.3 Физиологическая и биохимическая характеристика адаптации	ПК1.4ПК 1.5 ПК1.7 ПК1.8 ПК2.1 ПК2.2 ПК3.1		понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 3.4 Функциональные состояния в физической культуре и спорте	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.4		физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 3.5 Функции организма в особых условиях внешней среды	ПК1.1 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте	общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 3.6 Физиологические и биохимические	ПК1.6 ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5		общие закономерности и особенности обмена веществ	Экспертная оценка выполнения практических



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

основы спортивного отбора	ПК2.6 ПК3.1		при занятиях физической культурой	заданий, самостоятельной работы Тестирование
Тема 4.1 Возрастные особенности при занятиях физической культурой и спортом	ПК1.8 ПК2.1 ПК2.2 ПК2.3 ПК3.2 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционировани е и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте	возрастные особенности биохимического состояния организма, методы контроля	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы Тестирование

4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

<b>Форма</b>	<b>Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины</b>
<i>Экзамен</i>	Контрольно-оценочные средства (тест)



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.9  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Санкт-Петербург  
2021



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**





## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности **49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка)**

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** общепрофессиональная дисциплина профессионального цикла

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- У1 использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
- У2 составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- У3 определять суточный расход энергии, составлять меню;
- У4 обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса;
- У5 обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов.

**знать:**

- З1 основы гигиены различных возрастных групп занимающихся;
- З2 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- З3 понятие медицинской группы;
- З4 гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
- З5 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- З6 основы профилактики инфекционных заболеваний;
- З7 основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся;
- З8 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий;
- З9 гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся;
- З10 основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- З11 гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов;
- З12 гигиенические основы закаливания;
- З13 физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании;
- З14 понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения.

**1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:**

Код	Наименование компетенции
-----	--------------------------



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2.	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
ПК 3.3.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4.	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студента 63 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 42 часа, часов из вариативной части не предусмотрено;

самостоятельной работы обучающегося 21 час.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	63
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего), в том числе</b>	42
практические занятия	27
В форме практической подготовки	42
В том числе за счет вариативной части	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	21
внеаудиторная самостоятельная работа	21
Итоговая аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	1



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.03 Гигиенические основы физической культуры и спорта

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2		
<b>Раздел 1. Гигиена как основа оздоровления населения</b>			
<b>Тема 1.1</b> Гигиеническое значение физического воспитания и спорта	<b>Содержание учебного материала</b>	4	2
	<b>Гигиена как отрасль медицинской науки</b> Краткие исторические данные о возникновении и развитии гигиены. Понятие о гигиене. Ее роль в оздоровлении населения. Основы общей гигиены. Предмет, задачи и методы гигиены. Роль отечественных ученых в развитии гигиены как науки.		
	<b>Современные научные представления о здоровье</b> Понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Роль активного образа жизни и долголетие. Экология и здоровье. Вредные привычки и здоровье. Средства оздоровительной физкультуры.		2
	<b>Практические занятия</b>	7	
	1. Определение «здоровье» и «здоровый образ жизни»	1	
	2. Режим жизнедеятельности.	1	
	3. Основные показатели здоровья.	1	
4. Роль активного образа жизни и долголетие.	1		
5. Экология и здоровье	1		
6. Вредные привычки и здоровье	1		
7. Средства оздоровительной физкультуры	1		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составить конспект по теме «История развития гигиены» Составить картотеку высказываний, характеризующих сущность здоровья и здорового образа жизни. Подготовка сообщений на тему: «Вредные привычки»	5		
<b>Тема 1.2</b> Организм человека и факторы внешней среды	<b>Содержание учебного материала</b>	3	2
	<b>Влияние факторов внешней среды при занятиях физической культурой.</b> Гигиена воздушной среды. Гигиена воды. Гигиена почвы. Понятие «экогигиена». Климатогеографические факторы и их влияние на здоровье и работоспособность. Биоритмы и их классификация. Акклиматизация.		
	<b>Средства восстановления спортивной работоспособности</b> Понятие «восстановление». Физиологические механизмы возникновения утомления. Особенности восстановления в различных видах спорта с учетом возраста, функционального состояния и биоритмов		2



		<b>Профилактика инфекционных и паразитарных болезней</b> Классификация инфекционных болезней. Санитарно-гигиенические меры профилактики инфекционных болезней. Прививки. Вакцинация. Профилактические мероприятия в образовательных учреждениях, на спортбазах и местах тренировок и отдыха.		1
		<b>Практические занятия</b> 8. Гигиена воздушной среды, воды, почвы. 9. Климатографические факторы и их влияние на здоровье и работоспособность. 10. Биоритмы и их классификация. Акклиматизация. 11. Педагогические, медицинские и психологические средства восстановления. Особенности восстановления в различных видах спорта. 12. Санитарно-гигиенические меры профилактики инфекционных болезней. Профилактические мероприятия в детском саду, в школе, на спортбазах и других местах тренировок и отдыха.	7 1 1 1 2 2	
		<b>2. Самостоятельная работа обучающегося</b> Составление презентаций по теме «Влияние факторов внешней среды при занятиях физической культурой» Характеристика и подбор средств восстановления в избранном виде спорта.	4	
<b>Раздел 2. Основы гигиены детей и подростков</b>				
<b>Тема</b>	<b>2.1</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе		<b>Гигиеническое нормирование физических нагрузок при занятиях физической культурой</b> Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников. Гигиенические возрастно-половые нормативы двигательной активности школьников. Гигиеническое нормирование циклических нагрузок. Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями. Понятие медицинской группы.		2
		<b>Основы питания детей, подростков и молодёжи</b> Понятие о достаточном и сбалансированном питании. Энергетическая характеристика продуктов питания. Основной обмен. Питание и здоровье человека. Энергетика физической деятельности. Белки, жиры, углеводы, витамины и микроэлементы. Особенности питания школьников.		2
		<b>Гигиена спортсооружений и оборудования мест учебных занятий</b> Гигиенические требования к закрытым и открытым спортсооружениям. Температурный режим, показатели освещённости, вентиляции и отопления. Гигиена спортивных материалов и покрытий (беговых дорожек, площадок, зеленого покрова и пр.). Гигиенические требования к учебно – воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.		2
		<b>Практические занятия</b>	7 2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	13. Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников. Гигиенические возрастно-половые нормативы двигательной активности школьников. 14. Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями. Понятие медицинской группы. 15. Энергетическая характеристика продуктов питания. Расчет физиолого-гигиенической нормы потребления белков, жиров и углеводов. 16. Особенности питания школьников 17. Гигиена спортивных материалов и покрытий (беговых дорожек, площадок, зеленого покрова и пр.). 18. Гигиенические требования к учебно – воспитательному процессу, зданию и помещениям школы.	1 1 1 1 1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление режима суточной двигательной активности Подготовка сообщений на тему: «Болезни неправильного питания» Расчет суточных энергозатрат студента, обучающегося на специальности «Физическая культура».	6	
<b>Тема 2.2</b> Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями и спортом	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>Личная гигиена</b> Основы личной гигиены. Гигиена мужчины и женщины. Гигиена спортсменов. Гигиена сна, одежды и обуви. Режим труда и отдыха. Гигиена водных процедур и бань. Средства для очищения и ухода за кожей.		2
	<b>Гигиена закаливания</b> Понятие о закаливании. Виды закаливания. Физиологические механизмы закаливания. Возраст и закаливание. Закаливание и времена года, биоритмы. Гигиенические требования к местам закаливания.		2
	<b>Самоконтроль спортсмена и лиц, занимающихся оздоровительной физкультурой и закаливанием</b> Определение понятия «самоконтроль». Объективные и субъективные показатели утомления. Дневник самоконтроля. Самоконтроль во время занятий физкультурой и спортом. Режим дня школьников.		2
	<b>Практические занятия</b> 19. Гигиена спортсменов. Режим труда и отдыха 20. Гигиена водных процедур и бань 21. Физиологические механизмы закаливания. Возраст и закаливание. Гигиенические требования к местам закаливания. 22. Самоконтроль во время занятий физкультурой и спортом 23. Дневник самоконтроля. Режим дня школьников	6 1 1 2 1 1	
	<b>4. Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление плана санитарно-гигиенических процедур на учебно – тренировочном сборе. Составление комплекса закаливающих процедур. Самоконтроль на учебно – тренировочном занятии.	6	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Дифференцированный зачет

1

Всего: 63





### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации учебной дисциплины предусмотрен учебный кабинет Анатомии и физиологии человека.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест:

- посадочные места по количеству обучающихся,
- рабочее место преподавателя,
- комплект таблиц по анатомии человека,
- комплект плакатов по физиологии человека,
- комплект плакатов для изучения опорно-двигательного аппарата,
- скелет человека,
- модель мышц руки с основными сосудами и нервами,
- модель мышц ноги с основными сосудами и нервами,
- головной мозг (разборная модель),
- модель сердца (разборная),
- фонендоскоп,
- тонометр,
- секундомер (электронный).

Технические средства обучения:

- интерактивная доска;
- персональный компьютер с лицензионным ПО и доступом к сети Интернет;
- кодоскоп и демонстрационные материалы.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Основные источники:**

1. Полиевский С.А., Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник для студ. учреждений высш. образования/ С.А. Полиевский. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 272 с. – (Сер. Бакалавриат).

**Интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Академия»



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися самостоятельных работ.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Показатели оценки результата	Формы контроля и оценивания результатов обучения
<b>уметь:</b> - использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	- грамотное ориентирование в вопросах гигиенических основ физического воспитания; - использование мотивационных моментов в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов и родителей для повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом; - оперирование знаниями гигиенических основ физического воспитания в период прохождения учебной практики; - организация беседы, с использованием элементов описания, повествования и рассуждения по тематике практических занятий; - аргументация значения соблюдения гигиенических основ физического воспитания в учебно – воспитательном процессе.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;	- подсчёт среднесуточной двигательной активности с учётом возраста, типов нервной системы и темперамента; - рациональное дозирование физической нагрузки в процессе физического воспитания; - подбор комплексов физических упражнений с учетом возраста и уровня физической подготовленности; - составлять режим дня.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>- определять суточный расход энергии, составлять меню;</p>	<p>- подсчёт суточного расхода энергии с учетом возраста, пола и характера деятельности;</p> <p>- определение калорийности продуктов питания;</p> <p>- нахождение различий в энергетической ценности основных пищевых веществ;</p> <p>- составление сбалансированного меню питания с учетом суточных энергозатрат;</p> <p>- распределение людей на группы с учетом суточных энергозатрат.</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>
<p>- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса;</p>	<p>- аргументация значения санитарно-гигиенических требований при организации учебно – воспитательного процесса;</p> <p>- нахождение различий в особенностях проведения физкультурных занятий в разных температурных режимах;</p> <p>- составление гигиенической характеристики различных систем функционирования учебных помещений (отопление, освещение, вентиляция);</p> <p>- вычисление нормативных показателей отопления, освещения и вентиляции при занятиях физическими упражнениями;</p> <p>- выявление пропускной способности вспомогательных и основных помещений при занятиях физическими упражнениями.</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>
<p>- применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей.</p>	<p>- использование знаний по гигиене при разработке конспектов/проектов уроков младших школьников и проведении уроков в школе.</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>
<p><b>знать:</b> - основы гигиены детей и подростков;</p>	<p>- нахождение различий в характерных особенностях гигиенических основ физического воспитания</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	детей и подростков с учетом возраста: - двигательная активность; - режим дня и питания; - суточные энерготраты; - средства закаливания.	
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	- объяснение и приведение примеров гигиенического нормирования физических нагрузок, санитарно-гигиенических норм и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза: - младший школьный возраст; - средний школьный возраст; - старший школьный возраст.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- понятие медицинской группы;	- понимание основных принципов распределения обучающихся на специальные медицинские группы и выявить характерные признаки той или иной группы: - основная медицинская группа; - подготовительная медицинская группа; - специальная медицинская группа «А»; - специальная медицинская группа «Б».	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;	- учёт особенностей биологических и климатических факторов внешней среды при занятиях физической культурой с учетом возрастных характеристик: - температура воздуха; - влажность воздуха; - скорость движения воздуха; - природные явления.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;	- выделение вспомогательных средств восстановления и повышения работоспособности с учетом	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>физкультурного занятия или спортивной тренировки в избранном виде спорта:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- баня;</li><li>- сауна;</li><li>- массаж;</li><li>- аутотренинг;</li><li>- релаксирующие процедуры.</li></ul>	
<p>- основы профилактики инфекционных заболеваний;</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- владение понятиями об инфекционных заболеваниях и путях их распространения:</li><li>- прямой контакт с больными;</li><li>- воздушно – капельный путь;</li><li>- водный путь;</li><li>- почвенный путь;</li><li>- бытовой путь.</li><li>- аргументированное объяснение профилактических методов предупреждения инфекционных заболеваний в практике работы по физической культуре:</li><li>- санитарный надзор;</li><li>- медицинское обследование;</li><li>- санитарное законодательство.</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>
<p>- основы гигиены питания детей, подростков и молодежи;</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- оперирование теоретическими сведениями о физиологии питания с учетом: возраста; пола; психологических свойств личности; характера деятельности.</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>
<p>- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- соотнесение нормативных показателей и санитарно-гигиенических требований к спортивным сооружениям и оборудованию, местам учебных занятий, с реальными:</li><li>- пропускная способность;</li><li>- освещенность;</li><li>- температурный режим.</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>
<p>- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- различие санитарно-гигиенических особенностей основных форм занятий физической культурой с</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	занимающимися разного возраста: - младший школьный возраст; - средний школьный возраст; - старший школьный возраст.	
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;	- выделение особенностей личной гигиены при занятиях физическими упражнениями или избранным видом спорта: - режим дня и питания; - спортивная форма и обувь; - водные и закаливающие процедуры.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- гигиенические основы закаливания;	- объяснение значения закаливания и приведение примеров закаливающих процедур при занятиях физическими упражнениями или избранным видом спорта: - закаливание воздухом; - закаливание водой; - талассотерапия.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;	- грамотное оперирование информацией об санитарно-гигиенических требованиях к учебно – воспитательному процессу, зданию и помещениям школы: - расписание учебных занятий; - размеры помещений; - санитарно-гигиенические нормы.	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.	- владение знаниями о вредных привычках и путях их распространения; - аргументированное объяснение профилактических методов предупреждения зависимости от вредных привычек в практике работы по физической культуре (спортивные секции, соревнования, здоровый образ жизни).	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
<b>Общие компетенции</b>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	демонстрирует понимание сущности будущей профессии	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	самостоятельно организывает собственную деятельность	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	демонстрирует умение самостоятельно принимать решение	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	способен самостоятельно находить требуемую информацию, осуществлять ее анализ и оценку	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	владеет современными информационно-коммуникационными технологиями	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	владеет техниками эффективного общения	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	способен организовывать деятельность занимающихся спортом	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием,	способен самостоятельно планировать траектория профессионального саморазвития	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

осознанно планировать повышение квалификации.		
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	демонстрирует умение учитывать изменяющиеся условия организации профессиональной деятельности	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	демонстрирует умение обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся (занимающихся)	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	способен учитывать требования нормативно-правовой документации при организации профессиональной деятельности	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	владеет профессионально-значимыми двигательными действиями	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
<b>Профессиональные компетенции</b>		
ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	умеет применять знания по гигиене в профессиональной деятельности	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия.	умеет составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	умеет определять суточный расход энергии	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	умеет обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании помещениях школы при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	умеет учитывать гигиенические требования при планировании и организации тренировочного и соревновательного процесса	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	умеет обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 2.1 Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	умеет планировать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом гигиенических требований при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 2.2 Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	умеет использовать знания о роли двигательной активности в жизнедеятельности человека в процессе гигиенического просвещения населения	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 2.3 Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	умеет учитывать гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 2.4 Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	умеет анализировать требования к правилам сохранения и укрепления здоровья	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 2.5 Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	умеет учитывать гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 2.6 Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	умеет проверять гигиеническое состояние спортивных залов, составлять акты о гигиеническом состоянии спортивных залов, спортивных площадок	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 3.1 Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-	умеет моделировать тренировочные занятия в избранном виде спорта с	Экспертная оценка выполнения практических



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	учетом гигиенических требований к структуре, содержанию и нормированию тренировочных нагрузок	занятий и самостоятельных работ
ПК 3.2 Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	умеет разрабатывать рекомендации распределения занимающихся по группам в зависимости от актуального физического состояния (например, перенесенных и имеющихся заболеваний)	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 3.3 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	демонстрирует умение анализировать и систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 3.4 Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	демонстрирует умение оформлять рефераты, отчеты	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
ПК 3.5 Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	демонстрирует умение проводить учебные исследования, разрабатывать проекты	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ



Методы контроля и оценки текущей успеваемости

	Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Формы контроля текущей успеваемости	Оценочные средства
			Умения	Знания		
1.	Тема 1.1 Гигиеническое значение физического воспитания и спорта	ОК 1 – 12, ПК 1.1 – 1.5, 1.7 ПК 2.1 – 2.6, ПК 3.1 – 3.5	У1, У4, У5	31, 32, 36, 310, 312, 313, 314	Практическое занятие №1 - 7	Экспертная оценка практического задания
					Самостоятельная работа №1 - 3	Экспертная оценка самостоятельной работы
2.	Тема 1.2 Организм человека и факторы внешней среды	ОК 1 – 12, ПК 1.1 – 1.5, 1.7 ПК 2.1 – 2.6, ПК 3.1 – 3.5	У1, У2, У3, У4, У5	31, 32, 34, 35, 36, 38, 310, 311, 312, 314	Практическое занятие №8 -12	Экспертная оценка практического задания
					Самостоятельная работа № 4 - 5	Экспертная оценка самостоятельной работы
3.	Тема 2.1 Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе	ОК 1 – 12, ПК 1.1 – 1.5, 1.7 ПК 2.1 – 2.6, ПК 3.1 – 3.5	У1, У2, У3, У4, У5	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 310, 311, 312, 313, 314	Практическое занятие №13 - 18	Экспертная оценка практического задания
					Самостоятельная работа №6 - 8	Экспертная оценка самостоятельной работы
4.	Тема 2.2 Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями и спортом	ОК 1 – 12, ПК 1.1 – 1.5, 1.7 ПК 2.1 – 2.6, ПК 3.1 – 3.5	У1, У2, У4, У5	31, 32, 35, 38, 39, 310, 311, 312, 314	Практическое занятие №19 - 23	Экспертная оценка практического задания



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

					Самостоятельная работа №9 - 11	Экспертная оценка самостоятельной работы
--	--	--	--	--	-----------------------------------	---

#### 4.2. Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачет	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.10  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ**

Санкт-Петербург  
2021



## СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

### **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

### 1.2. Область применения рабочей программы:

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка).

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;

#### За счет вариативной части:

- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний для занятий видом спорта у поступающих в группы начальной подготовки;
- пользоваться контрольно-измерительными приборами.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности;

#### За счет вариативной части:

- содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапе начальной подготовки;
- медицинские возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта.

### 1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:

Код	Наименование компетенции
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2.	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
ПК 3.3.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4.	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.





**1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студента 99 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 66 часов, из них 6 часов из вариативной части;

самостоятельной работы обучающегося 33 часа.

**1.6 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Вариативные часы (6 часов) направлены на расширение базовых знаний и умений, обеспечивающих соответствие требованиям профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24.12.2020 г. № 952н.

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Кол-во часов
Осуществление набора обучающихся в группы и секции этапа начальной подготовки (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	<u>Уметь:</u> осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний для занятий видом спорта у поступающих в группы начальной подготовки	Тема 3.6 Профилактика спортивных травм. Тема 3.8 Патологические состояния при занятиях физической культурой и спортом.	2
	<u>Знать:</u> содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапе начальной подготовки		1
Обучение основам техники двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	<u>Уметь:</u> пользоваться контрольно-измерительными приборами	Тема 3.7 Повреждения и заболевания наружных покровов и опорно-двигательного аппарата. Тема 3.8 Патологические состояния при занятиях физической культурой и спортом.	1
	<u>Знать:</u> медицинские возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта		2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>99</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	
лекции	46
лабораторные занятия	
практические занятия	18
контрольные работы	
курсовая работа (проект)	
В форме практической подготовки	66
В том числе за счет вариативной части	6
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>33</b>
Доклад	10
Презентация	9
Конспекты	8
Подготовка к тестированию	6
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>РАЗДЕЛ 1. Врачебный контроль</b>			
Тема 1.1 Понятие о врачебном контроле	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие «Врачебный контроль». Цель и задачи службы врачебного контроля (ВК) в спорте. 2. Показания к назначению физических нагрузок, ограничения и противопоказания к назначению нагрузок. 3. Критерии отбора для занятия физической культурой и спортом. 4. Сущность работы специализированной врачебно-физкультурной службы, которая представлена двумя видами формирований кабинетами ВК и врачебно-физкультурными диспансерами (ВФД).	1 1 1 1	2
	Практическое занятие 1. Исследование физического развития школьника.	1	
	Самостоятельная работа 1. Доклад: «Роль отечественных ученых в развитии врачебного контроля своего времени». «Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений».	2	
Тема 1.2 Методы исследования, применяемые во врачебном контроле	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН): понятие, цель, задачи, методы диагностики. 2. Исследование физического развития Методы исследования физического развития. 3. Методика проведения наружного осмотра, антропометрических и биометрических измерений.	1 1 1	2
	Практическое занятие 2. Оценка физического развития: схема обследования: осмотр, пальпация, перкуссия; измерение длины и окружности конечности; определение объема движений в суставах; определение мышечной силы.	2	
	Самостоятельная работа 2. Доклад: «Анамнез: семейный, жизни, спорта.»	2	
Тема 1.3 Функциональные методы исследования	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Функциональные методы исследования. Метод индексов. 2. Оценка состояния кардиореспираторной системы – электрокардиография, фоно- и поликардиография; вариационная пульсография; эхокардиография. 3. Оценка функционального состояния внешнего дыхания: дыхательные объемы, ЖЕЛ, МВЛ. 4. Пневмотахометрия, пневмотонометрия, МПК (непрямой метод).	1 1 1 1	2
	Практическое занятие		



	3. Оценка физического развития методом индексов.	1	
	Самостоятельная работа		
	3. Подготовка к тестированию.	2	
<b>РАЗДЕЛ 2 Нагрузочные тесты и критерии контроля</b>			
Тема 2.1 Функциональные пробы	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1. Нагрузочные тесты и критерии контроля.	1	
	2. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.	1	
	3. Типы реакции на пробы: нормотонический, астенический, гипертонический, дистонический, «ступенчатый». Пробы с задержкой дыхания (Штанге, Генчи).	1	
	4. ЭКГ-диагностика.		
	Практическое занятие		
	4. Функциональные методы исследования на основе ЧСС и АД. Функциональные пробы Штанге и Генчи.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся.		
	4. Подготовка конспекта: «Функциональные пробы», «Состояние здоровья и его оценка»	2	
Тема 2.2 Нагрузочное тестирование	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1. Велоэргометрическое тестирование. Уровень безопасности тестирования. Показания и противопоказания к велоэргометрии.	1	
	2. Методы определения МПК и $PWC_{170}$ .	1	
	3. Толерантность к физической нагрузке по показателям гемодинамики и внешнего дыхания.	1	
	4. Динамика показателей диастолического кровотока у спортсменов и неспортсменов.		
	Практическое занятие		
	5. Методы оценки физической работоспособности испытуемого по динамике ЧСС, АД и скорости их восстановления.	2	
	Самостоятельная работа		
	5. Конспект: «Тредмил-тест. Показания и противопоказания к тесту. Оптимальный диапазон режима ходьбы. Безопасность теста».	2	
Тема 2.3 Биомеханические методы тестирования	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1. Стабилография, компьютерные ортопедические системы.	1	
	2. Определение траектории общего центра масс тела при перемещениях.		
	Практическое занятие		
	6. Оценка энерготрат при ходьбе.	1	
	Самостоятельная работа		
		2	



	6. Доклад: «Современные методы оценки функционального состояния занимающихся: фотограмметрия, видеосъемка».		
Тема 2.4 Персонализация физических нагрузок	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Использование методов биологической обратной связи для коррекции тренировочного процесса. 2. Понятие утомления. Степени утомления. 3. Симптомы переутомления. 4. Симптомы перетренированности.	1 1	2
	Практическое занятие 7. Интервалы отдыха между занятиями в зависимости от величины тренировочной нагрузки.	1	
	Самостоятельная работа 7. Подготовка к тестированию.	2	
<b>Раздел 3. Врачебный контроль за различными категориями граждан.</b>			
Тема 3.1 Врачебный контроль за детьми и подростками	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Особенности физического развития детей. 2. Особенности физического развития подростков.	1 1	2
	Практическое занятие 8. Организация врачебного контроля за уровнем физического развития, дошкольников, младших школьников, подростков.	1	
	Самостоятельная работа 8. Подготовка конспекта: «Сроки допуска к занятиям различными видами спорта».	2	
Тема 3.2 Врачебный контроль за лицами старших возрастов	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физическое развитие и состояние здоровья лиц среднего и пожилых возрастов. 2. Медицинские группы здоровья для лиц среднего и пожилых возрастов.	1 1	2
	Практическое занятие 9. Формы и методы занятий физической культуры для лиц среднего и пожилого возраста.	1	
	Самостоятельная работа 9. Подготовка презентации: «Врачебный контроль за занимающимися лицами старших возрастов, при занятиях оздоровительной физической культурой».	3	
Тема 3.3 Особенности врачебного контроля за женщинами.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физическое развитие и состояние здоровья женщин. 2. Формы и методы занятий физической культурой для женщин.	1 1	2
	Практическое занятие		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	10. Физиологические особенности женского организма и их учет в процессе планирования и организации тренировочного процесса у женщин.	2	
	Самостоятельная работа 10. Подготовка доклад: «Основные формы врачебного контроля за женщинами разного возраста».	2	
Тема 3.4 Врачебно-педагогическое наблюдение	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Содержание и задача врачебно-педагогического наблюдения (ВПН). 2. Методы медицинского обслуживания при врачебно- педагогическом наблюдении.	1 1	2
	Практическое занятие 11. Наблюдение за условиями учебно-тренировочного процесса.	2	
	Самостоятельная работа 11. Подготовка презентации: «ВПН за содержанием занятия во время тренировки», «Санитарно-гигиенические требования к состоянию спортивных сооружений»; «Особенности распределение физической нагрузки», «Распределением занимающихся ФКиС на группы по состоянию здоровья».	3	
Тема 3.5 Определение состояния тренированности	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Состояние тренированности, его стадии развития. Спортивная форма. 2. Общая и специальная тренированность.	1 1	2
	Практическое занятие 12. Характеристики состояния тренированности.	1	
	Самостоятельная работа 12. Подготовка к тестированию: «Методы оценки тренированности в избранном виде спорта».	2	
Тема 3.6 Профилактика спортивных травм.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие спортивной травмы. 2. Причины спортивных травм. <b>Из вариативной части (2 часа).</b> Классификация спортивных травм.	1 1 2	2
	Практические занятия 13. Контроль правильности оформления заявок на участие в соревнованиях. 14. Причины травматизма при занятиях физической культурой в школе.	1 1	
	Самостоятельная работа 13. Доклад: «Особенности регистрации и учета спортивных травм».	2	
Тема 3.7 Повреждения и заболевания наружных покровов и	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Открытые повреждения. Виды и признаки открытых повреждений. 2. Первая медицинская помощь при повреждениях. Профилактика повреждений. 3. Причины, признаки и профилактика заболеваний, связанных с занятиями спортом.	1 1 1 1	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

опорно-двигательного аппарата.	<b>Из вариативной части (1 часа).</b> Профилактика открытых повреждений.		
	Практические занятия 14. Заболевания опорно-двигательного аппарата спортсменов. 15. Травмы опорно-двигательного аппарата спортсменов.	1 1	
	Самостоятельная работа 14. Подготовка конспекта: «Сроки возобновления спортивных занятий после травм ОДА»	2	
Тема 3.8 Патологические состояния при занятиях физической культурой и спортом.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие, причины, признаки и доврачебная помощь при гипогликемических состояниях. Шок, коллапс. Причины, признаки и доврачебная помощь при шоке, коллапсе. 2. Сотрясение мозга. Причины, признаки и доврачебная помощь при сотрясении мозга.	1 1	2
	<b>Из вариативной части (3 часа).</b> 1. Обморок. Причины, признаки и доврачебная помощь при обмороке. 2. Нокаут и нокадаун. Причины, признаки и доврачебная помощь при нокауте. 3. Солнечный и тепловой удар. Причины, признаки и доврачебная помощь.	1 1 1	
	Практические занятия 15. Утопление. Причины, признаки и доврачебная помощь при утоплении. 16. Замерзание. Причины, признаки и доврачебная помощь при замерзании	1 1	
	Самостоятельная работа 15. Подготовка презентации: «Горная болезнь. Причины, признаки и доврачебная помощь при горной болезни», «Кессоноподобное заболевание. Причины, признаки и доврачебная помощь при кессоновой болезни», «Солнечный и тепловой удар. Причины, признаки и доврачебная помощь при солнечном и тепловом ударе», «Гравитационный шок: причины, признаки и доврачебная помощь»	3	
	<b>Итого</b>	99	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы дисциплины предусмотрены кабинет Анатомии и физиологии человека, лаборатория физической и функциональной диагностики.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

столы, стулья по количеству обучающихся,  
комплект таблиц по анатомии человека,  
комплект плакатов по физиологии человека,  
комплект плакатов для изучения опорно-двигательного аппарата,  
скелет человека,  
модель мышц руки,  
модель мышц ноги,  
разборная модель головного мозга,  
разборная модель сердца,  
доска.

##### **Технические средства обучения:**

Ноутбук с лицензионным программным обеспечением и доступом к сети Интернет,  
мультимедийный проектор, экран,  
интерактивная доска,  
кодоскоп и демонстрационный материал (таблицы и схемы).

##### **Оборудование лаборатории:**

пульсометры,  
фонендоскопы,  
тонометры,  
спирометры,  
спиртовой и ртутный термометры,  
секундомеры (электронные),  
кистевые динамометры,  
метроном  
степ-платформы.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основная литература:**

1. Спортивная медицина: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [А.В. Смоленский, А.В. Михайлова, О.И. Беличенко и др.]; под ред. А.В. Смоленского. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 320 с. – (Сер. Бакалавриат).

##### **Электронные пособия и Интернет-ресурсы:**

- Медицинская информационная сеть. <http://www.medicinform.net/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
- Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>

##### **Применение активных и интерактивных технологий**

– Интерактивные лекции





#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися самостоятельной работы.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Наименование тем	Код формируемо й	Результат освоения (умения и знания)		Методы и средства контроля и оценки успеваемости
		уметь	знать	
Тема 1.1 Понятие о врачебном контроле	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК5, ОК9, ОК10 ОК11	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 1.2 Методы исследования, применяемые во врачебном контроле	ОК5, ОК6, ОК7, ОК8, ПК1.3 ПК1.4 ПК1.5 ПК1.6 ПК1.7	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 1.3 Функциональные методы исследования	ОК12, ПК1.1 ПК1.2 ПК2.2 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ Тестирование
Тема 2.1 Функциональные пробы	ОК12, ПК1.1 ПК1.2 ПК1.8 ПК2.1 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 2.2 Нагрузочное тестирование	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 2.3 Биомеханические методы тестирования	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 2.4 Персонализация физических нагрузок	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ Тестирование
Тема 3.1 Врачебный контроль за детьми и подростками	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 3.2 Врачебный контроль за лицами старших возрастов	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 3.3 Особенности врачебного контроля за женщинами.	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 3.4 Врачебно-педагогическое наблюдение	ПК2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК3.2	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; проводить простейшие функциональные	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; назначение и методику проведения простейших	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		пробы	функциональных проб	
Тема 3.5 Определение состояния тренированност и	ОК5, ОК6, ОК7, ОК8, ПК1.3 ПК1.4 ПК1.5 ПК1.6 ПК1.7	проводить простейшие функциональные пробы	назначение и методику проведения простейших функциональных проб	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ Тестирование
Тема 3.6 Профилактика спортивных травм.	ОК12, ПК1.1 ПК1.2 ПК1.8 ПК2.1 ПК3.3 ПК3.4 ПК3.5	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно- педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний для занятий видом спорта у поступающих в группы начальной подготовки;	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапе начальной подготовки	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 3.7 Повреждения и заболевания наружных покровов и опорно- двигательного аппарата	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК5, ОК9, ОК10, ОК11	взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно- педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; пользоваться контрольно- измерительными приборами	цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; медицинские возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта	Экспертная оценка выполнения практических занятий и самостоятельных работ
Тема 3.8 Патологические состояния при	ОК5, ОК6, ОК7,	взаимодействовать с медицинским работником при	цели, задачи и содержание врачебного	Экспертная оценка выполнения



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

занятиях физической культурой и спортом.	ОК8, ПК1.3 ПК1.4 ПК1.5 ПК1.6 ПК1.7	проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний для занятий видом спорта у поступающих в группы начальной подготовки; пользоваться контрольно-измерительными приборами	контроля за лицами, занимающимися физической культурой; содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапе начальной подготовки; медицинские возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапе начальной подготовки по виду спорта	практических занятий и самостоятельных работ
--	---	---	---	--

4.2. Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
<i>Дифференцированный зачет</i>	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.11  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.05 ПЕДАГОГИКА**

Санкт-Петербург  
2021



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

### **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.05 ПЕДАГОГИКА**

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

Программа учебной дисциплины ОП.05 «Педагогика» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка)**.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина ОП.05 «Педагогика» входит в общепрофессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

**уметь:**

У1 – оценивать постановку цели и задач уроков, внеурочных мероприятий и занятий;

У2 – определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;

У3 – анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления;

У4 – ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования;

У5 – находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития

**За счет часов вариативной части**

У6 – показывать образцово и наглядно выполнение упражнения;

У7 – ставить двигательную задачу в конкретной форме с наглядным объяснением;

У8 – проводить с обучающимися подвижные и спортивные игры, организовывать участие обучающихся в подвижных и спортивных играх;

У9 – рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, медицинской помощи

**знать:**

31 – взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития;

32 – значение и логику целеполагания в обучении и педагогической деятельности;

33 – принципы обучения и воспитания;

34 – особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных организаций на различных ступенях образования;

35 – формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;

36 – психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания;

37 – понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику;

38 – приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения;

39 – средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.



310 – педагогические условия предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации;

**За счет часов вариативной части**

311 – основы законодательства в сфере физической культуры и спорта;

312 – методику преподавания;

313 – педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализация компетентностного подхода;

314 – предельные тренировочные нагрузки;

315 – объем индивидуальной спортивной подготовки;

316 – возрастную и специальную педагогику и психологию

**1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:**

**Общие компетенции (ОК):**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

**Профессиональные компетенции (ПК):**

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.





**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 150 часов

в том числе обязательной аудиторной учебной нагрузки – 100 часов, в том числе 20 часов за счет вариативной части

самостоятельной работы обучающегося 50 часов.

**1.6 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Вариативные часы (20 часов) направлены на расширение базовых знаний и умений, обеспечивающих соответствие требованиям профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24.12.2020 г. № 952н.

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Кол-во часов
Осуществление тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе	<u>Уметь</u> - показывать образцово и наглядно выполнение упражнения; - ставить двигательную задачу в конкретной форме с наглядным объяснением; - проводить с обучающимися подвижные и спортивные игры, организовывать участие обучающихся в подвижных и спортивных играх; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, медицинской помощи	Мотивация педагогической деятельности Методы физического воспитания Методы строго регламентированного упражнения Деятельность учителя и обучающихся при использовании традиционных методов обучения Методы, средства и формы воспитания личности в спорте	4
	<u>Знать</u> - основы законодательства в сфере физической культуры и спорта; - методика преподавания; - педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализация компетентного подхода; - предельные тренировочные нагрузки; - объем индивидуальной спортивной подготовки; - возрастную и специальную педагогику и психологию	Структура физкультурного образования в современной России Программа формирования УУД ФГОС. Требования к результатам освоения ООП. Критерии выбора методов обучения. Методические приемы Приемы привлечения внимания и активизации мыслительной деятельности. Современные образовательные технологии	16



		<p>Проблемно-диалогическое обучение Сравнительный анализ технологий проектного и проблемного обучения Сравнительный анализ технологий дифференцированного и разноуровневого обучения Разработка урока физической культуры в соответствии с требованиями определенной образовательной технологии Педагогический контроль и учет в физическом воспитании Дозирование физических нагрузок на уроке Особенности обучения лиц с ОВЗ</p>	
--	--	--	--



## 2. Структура и содержание учебной дисциплины

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной деятельности

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка(всего)</b>	<b>150</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка(всего)</b>	<b>100</b>
практические занятия	<b>26</b>
В форме практической подготовки	<b>100</b>
В том числе за счет вариативной части	<b>20</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>50</b>
Составление глоссария	10
Работа с понятиями	10
Разработка план-конспекта урока	10
Составление конспекта	10
Подготовка сообщения	10

Промежуточная аттестация в форме экзамена.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.05 «Педагогика»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Педагогика как наука. Объект, предмет и функции педагогики. История становления и развития педагогической науки и практики в России и за рубежом.	<b>6</b>	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1. Методы педагогических исследований (составление конспекта).	5	
<b>Раздел 1. Теория обучения</b>		<b>67</b>	
Тема 1.1. Обучение в целостном педагогическом процессе	<b>Содержание учебного материала</b> Дидактика. Основные категории дидактики. Структура учебной деятельности Процесс обучения. Движущие силы. Функции. Виды обучения, их характеристика. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения.	5	2
	<b>Практические занятия:</b> 1. Мотивация педагогической деятельности (из вариативной части).	<b>1</b>	
	<b>Самостоятельная работа:</b> 2. Составление глоссария (основные понятия педагогики)	5	
Тема 1.2. Закономерности и принципы обучения.	<b>Содержание учебного материала</b> Закономерности обучения Принципы обучения.	3	2
Тема 1.3. Содержание образования как основа базовой культуры личности	<b>Содержание учебного материала</b> Содержание образования. Структура содержания общего образования. Структура физкультурного образования в современной России (из вариативной части). Нормативные документы, регламентирующие содержание образования в РФ. Федеральный закон 273-ФЗ «Об образовании». ФГОС второго поколения. ФГОС НОО, ФГОС ООО, ФГОС СОО. Учебные планы, учебные программы. Программа формирования УУД (из вариативной части).	8 (2 вариатив)	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Практические занятия:</b> 2. 273-ФЗ «Об образовании в РФ» 3. ФГОС. Требования к результатам освоения ООП (из вариативной части).	5 1 4	
Тема 1.4. Формы организации обучения. Методы и средства обучения.	<b>Содержание учебного материала</b> Формы организации процесса обучения. Урок как основная форма организации обучения в школе. Типы и виды уроков. Методы обучения, их классификация. Критерии выбора методов обучения. Традиционные, инновационные методы обучения. Неимитационные методы обучения. Дидактические средства. Методические приемы обучения.	13	2
	<b>Практические занятия:</b> 4. Методы физического воспитания (из вариативной части) 5. Приемы привлечения внимания и активизации мыслительной деятельности	3 2 1	
Тема 1.5. Педагогические технологии	<b>Содержание учебного материала</b> Педагогические технологии, понятие, классификация. Современные образовательные технологии. (Из вариативной части) Технология традиционного обучения, групповые технологии, игровые технологии, технология развивающего обучения, технология проектного обучения. Технология разноуровневого обучения и технология дифференцированного обучения (Из вариативной части). Технология проблемного и проектного обучения (Из вариативной части). Проблемно-диалогическое обучение (Из вариативной части). Конспект урока в соответствии с требованиями определенной образовательной технологии.	15 (4 вариатив)	2
	<b>Практические занятия.</b> 6. Плюсы и минусы основных образовательных технологий. 7. Разработка урока (в том числе урока физической культуры) в соответствии с требованиями определенной образовательной технологии (Из вариативной части) 8. Организация дистанционного обучения.	8 3 1 4	
	<b>Самостоятельная работа:</b> 3. Составление глоссария (основные понятия по теме Педагогические технологии) 4. Разработка план-конспекта урока физической культуры (класс и тема урока – по выбору обучающихся).	15 5 10	



Тема 1.6. Диагностика качества обучения	<b>Содержание учебного материала</b> Диагностика качества обучения. Контроль. Методы контроля.	3	2
	<b>Практические занятия.</b> 9. Оценивание в педагогическом процессе	3	
	10. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании. Дозирование физических нагрузок на уроке ( <b>Из вариативной части</b> ).	1	
	11. Дозирование физических нагрузок на уроке ( <b>Из вариативной части</b> ).	1	
<b>Раздел 2. Теория воспитания</b>		<b>22</b>	
Тема 2.1. Воспитание в целостном педагогическом процессе	<b>Содержание учебного материала</b> Воспитание в целостном педагогическом процессе. Цели и задачи воспитания. Основные способы организации воспитания. Закономерности и принципы воспитания. Базовая культура личности. Формирование картины мира у школьников Виды воспитания: гражданско-патриотическое воспитание, правовое воспитание, трудовое воспитание. Формирование основ нравственной культуры школьника. Формирование эстетической культуры. Воспитание физической культуры	10	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> 5. Сущность методов воспитания, их классификация (конспект)	5	
Тема 2.2. Общие методы воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> Общие методы воспитания. Методы формирования сознания личности. Методы организации деятельности и формирования опыта. Методы стимулирования и мотивации деятельности. Методы контроля, самоконтроля и самооценки.	1	2
	<b>Практические занятия</b> 13. Составление Интеллект-карты «Общие методы воспитания»	5	
	14. Методы, средства и формы воспитания личности в спорте ( <b>Из вариативной части</b> )	4	
		1	
Тема 2.3. Коллектив как объект и субъект воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> Коллектив как основа воспитания личности. Детский коллектив, основы функционирования. Этапы и уровни развития детского	3	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	коллектива. Условия развития детского коллектива.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> 6. Коллектив как объект и субъект воспитания (работа с понятиями)	5	
Тема 2.4. Воспитательная система школы. Классный руководитель в воспитательной системе школы.	<b>Содержание учебного материала</b> Воспитательная система школы. Классный руководитель в воспитательной системе школы.	2	2
	<b>Практические занятия</b> 15. Функции, права и обязанности классного руководителя.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b> 7. Формы и методы воспитания в физкультурной (спортивной) деятельности (сообщение)	10	
<b>Раздел 3. Коррекционная и специальная педагогика</b>		<b>5</b>	
Тема 3.1. Социальная и школьная дезадаптация	<b>Содержание учебного материала</b> Понятие о социальной и школьной дезадаптации. Дети риска социальной и школьной дезадаптации. Педагогические условия профилактики школьной дезадаптации.	2	1
Тема 3.2. Содержание, формы и методы коррекционно-развивающего обучения	<b>Содержание учебного материала</b> Коррекционно-развивающее обучение. Особые образовательные потребности. Особенности обучения лиц с ОВЗ	3	2
	<b>Самостоятельная работа:</b> 8. Особенности обучения детей с ОВЗ (работа с понятиями)	5	
<b>Итого</b>		<b>100</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы дисциплины предусмотрен учебный кабинет «Педагогика и психологии».

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебных пособий «Педагогика в схемах, таблицах и опорных конспектах»;
- подборка видеофрагментов уроков и внеурочных мероприятий;
- комплект мультимедийных презентаций к урокам.

##### Технические средства обучения:

- интерактивная доска.
- компьютер с лицензионным программным обеспечением и доступом к сети Интернет

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основные источники:**

1. Слостенко В.А., Педагогика: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ В.А. Слостенко, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. – 7-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2015. - 496с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Педагогика физической культуры: учебник для студ. учреждений высш. Образования/ [С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин и др.]; под ред. С.Д. Неверковича. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 368 с. – (Сер. Бакалавриат).

##### **Интернет-ресурсы:**

1. Педагогическая библиотека [Электронный ресурс]. Форма доступа: <http://pedlib.ru/>
2. ЭБС «Академия»





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также в результате выполнения обучающимися индивидуальных (самостоятельных) заданий.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Наименование тем	Код формируемой компетенции	Результат освоения (умения и знания)	Формы контроля текущей успеваемости	Оценочные средства
Введение	<i>ОК 1, ОК 6, ОК 8</i>	У3, У4 31, 32	Самостоятельная работа Практические занятия	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
Раздел 1. Теория обучения				
Тема 1.1 Обучение в целостном педагогическом процессе	<i>ОК 2, ОК 4, ОК 6, ОК 8, ОК 9</i>	У2, У4, У5 32, 35	Самостоятельная работа	Экспертная оценка выполнения практического задания, самостоятельной работы
Тема 1.2 Закономерности и принципы обучения	<i>ОК 4, ОК 6, ОК 8</i>	У1 32, 33		
Тема 1.3 Содержание образования как основа базовой культуры личности	<i>ОК 2, ОК 4, ОК 9, ОК 11</i>	У4, У5, У9 34, 311	Практические занятия	
Тема 1.4 Формы организации обучения. Методы и средства обучения	<i>ОК 5, ОК 7 ПК 1.1</i>	У1, У2, У8, У9 34, 35, 312, 316	Практические занятия	
Тема 1.5 Педагогические технологии	<i>ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ОК 9 ПК 1.1, ПК 3.3, ПК 3.5</i>	У1, У2, У5, У6, У7 34, 35, 36, 38, 313, 314, 315, 316	Практические занятия Самостоятельная работа	
Тема 1.6 Диагностика качества обучения	<i>ОК 5, ОК 7 ПК 1.4, ПК 2.4, ПК 3.3, ПК 3.4</i>	У2, У5 39, 314, 315	Практические занятия	
Раздел 2. Теория воспитания				
Тема 2.1 Воспитание в целостном педагогическом процессе	<i>ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 6 ПК 3.3</i>	У1, У2, У3, У5 33	Самостоятельная работа	Экспертная оценка выполнения практического



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 2.2 Общие методы воспитания	<i>ОК 2, ОК 6, ОК 7</i> <i>ПК 3.3</i>	У2, У5, У9 35, 36, 38, 316	Практические занятия	задания, самостоятельной работы
Тема 2.3 Коллектив как объект и субъект	<i>ОК 6, ОК 7</i>	У2, У3, У5 34, 35, 36, 38	Самостоятельная работа	
Тема 2.4 Воспитательная система школы. Классный руководитель в воспитательной системе школы	<i>ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4</i> <i>ПК 3.3, ПК 3.4</i>	У1, У2, У3 31, 33, 36	Практические занятия Самостоятельная работа	
Раздел 3. Коррекционная и специальная педагогика				
Тема 3.1. Социальная и школьная дезадаптация	<i>ОК 2, ОК5</i>	У2, У4, У5 310		Экспертная оценка выполнения практического задания, самостоятельной работы
Тема 3.2. Содержание, формы и методы коррекционно- развивающего обучения	<i>ОК 2, ОК5</i>	У2, У4, У5 37	Самостоятельная работа	

Результаты обучения раскрываются через усвоенные знания и приобретенные умения, направленные на приобретение общих и профессиональных компетенций.

#### 4.2. Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Экзамен	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.12  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.06 ПСИХОЛОГИЯ**

Санкт-Петербург  
2021



**СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.06 ПСИХОЛОГИЯ

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО **49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка)**.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована всеми образовательными учреждениями профессионального образования на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы по данной укрупненной группе специальностей и в области дополнительного педагогического образования.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

общепрофессиональный цикл

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные и типологические особенности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
- основы психологии личности;
- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;
- групповую динамику;
- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
- основы психологии творчества;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;
- влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды);
- основы психологии тренировочного процесса;
- основы спортивной психодиагностики.

Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих **компетенций**

Код	Наименование компетенции
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 3	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
ПК 1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.



ПК 3.3	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

#### 1.4 Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 185 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 121 час;
- самостоятельной работы обучающегося 64 часа.

#### 1.5 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:

Вариативные часы, направлены на углубление и расширение основных понятий

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Количество часов
Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	Психология, ее объект и предмет. Понятие о психике	1
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику	Понятие о группах и коллективах	1
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику	Групповая динамика и её стадии	1
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	Эмоциональный интеллект	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	Эмоциональный стресс и регуляция эмоциональный состояний	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> выявлять индивидуальные и типологические особенности <u>знать:</u> закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	Раннее детство	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> выявлять индивидуальные и типологические особенности <u>знать:</u> закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	Дошкольное детство	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> выявлять индивидуальные и типологические особенности;	Взрослость: молодость и зрелость	2





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом	<u>знать:</u> закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности		
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом	<u>уметь:</u> выявлять индивидуальные и типологические особенности; <u>знать:</u> закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	Взрослость: старение и старость	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	Общая характеристика педагогической деятельности	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее	Психология педагогического воздействия	1



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике	связь с педагогической наукой и практикой		
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	Конфликты в педагогическом процессе	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	Сущность личностно-профессиональной деформации	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения	Характеристика основных трудностей развития ребенка	3
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения	Девиантность	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации,	Делинкветное поведение	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	девиантного поведения		
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения	Агрессия, фрустрация, депривация	1
Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач выявлять индивидуальные и типологические особенности; <u>знать:</u> основы спортивной психодиагностики	Девиантология хамства	1
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач; <u>знать:</u> основы психологии творчества	Психология творческой деятельности	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач <u>знать:</u> психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте	Деятельность и личность учителя физической культуры	2
Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	<u>уметь:</u> применять знания по психологии при решении педагогических задач <u>знать:</u> психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте	Психологические особенности преподавания уроков физической культуры учащимся школьного возраста	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>185</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>121</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>50</i>
контрольные работы	<i>16</i>
В форме практической подготовки	<i>121</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>64</i>
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	<i>64</i>
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.06 Психология

Наименование разделов ПМ, МДК и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Элементы формируемых компетенций
<b>Раздел 1. Введение в психологию</b>			
Тема 1.1. Психология, предмет	<b>Содержание</b> <b>1. Психология, её объект и предмет</b> Что изучает психология. Отрасли психологии. Строение и функции нервной системы. Природа и механизм психической явлений. Раздражимость. Чувствительность и ощущения, их свойства и основные различия по сравнению с раздражимостью. Взаимосвязь биологических и социальных факторов в психическом развитии.	1	ОК 1, 4, 6, 8
<b>Раздел 2. Личность. Деятельность. Межличностные отношения</b>			
Тема 2.1. Личность	<b>Содержание</b> <b>1. Формирование и развитие личности</b> Сущность понятия «индивид», «личность», «индивидуальность». Я-концепция	2	ОК 1, 2, 4, 6, 7, 8 ПК 2.1, 2.2
Тема 2.2. Свойства личности	<b>Содержание</b> <b>1. Темперамент</b> Что такое темперамент. Психологические основы темперамента. Взгляд на младших школьников сквозь призму темперамента. <b>2. Характер</b> Что такое характер. Черты характера. Формирование характера у дошкольников и младших школьников.	2	ОК 1, 2, 4, 6, 7, 8 ПК 2.1, 2.2
	<b>Практические занятия</b> 1. Определение типа темперамента (при помощи личностного опросника Айзенка) 2. Определение типа акцентуации характера (при помощи опросника Шмишека)	2	
Тема 2.3. Деятельность и способности	<b>Содержание</b> <b>1. Способности</b> Что такое способности. Общие и специальные способности. Способности и личность. Развитие способностей у детей <b>2. Деятельность</b> Общее понятие о деятельности. Движение и действия. Знания, умения, навыки.	3	ОК 1, 4 ПК 2.1, 2.2



	Психологическая характеристика деятельности. Основные виды деятельности. Школьник как субъект деятельности. Учебная деятельность		
	<b>Практические занятия</b> 3. Психологическая диагностика способностей	1	
<b>Тема 2.4.</b> Межличностные отношения	<b>Содержание</b> <b>1. Понятие о группах и коллективах (Вариативная часть)</b> Условная и реальная группа. Структура реальной группы. Формальные и неформальные группы. Коллектив. <b>2. Массовые социально – психологические явления (Вариативная часть)</b> Общественное мнение. Коллективное переживание. Паника. Причины паники. Подражание.	2	ОК 6 ПК 2.1, 2.2
	<b>Контрольная работа</b> 1. Личность и деятельность	1	
<b>Раздел 3. Познавательные процессы</b>			
<b>Тема 3.1.</b> Ощущение и восприятие	<b>Содержание</b> <b>1. Ощущения.</b> Что такое ощущения. Виды ощущений. Основные закономерности ощущений. Развитие ощущений. <b>2. Восприятие</b> Что такое восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия. Индивидуальные особенности восприятия.	2	ОК 1, 4 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 4. Решение практических задач	1	
<b>Тема 3.2.</b> Внимание и память	<b>Содержание</b> <b>1. Внимание</b> Что такое внимание. Внимание и личность. Виды внимания. Основные свойства внимания. Особенности внимания в детском возрасте. <b>2. Память</b> Что такое память. Виды памяти. Процессы памяти. Качества памяти. Представление. Индивидуальные различия памяти. Особенности памяти в детском возрасте	4	ОК 1, 2 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 5. Решение практических задач 6. Решение практических задач	2	
<b>Тема 3.3.</b>	<b>Содержание</b>	3	ОК 1



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Мышление	<b>1. Мышление</b> Понятие о мышлении. Основные формы мышления. Мыслительные операции. Мышление и речь. Виды мышления. Развитие мышления. Решение сложных мыслительных задач и творческое мышление		ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 7. Решение практических задач	1	
Тема 3.4. Воображение	<b>Содержание</b> <b>1. Воображение</b> Что такое воображение. Виды воображения. Психологические механизмы воображения	1	ОК 1 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 8. Решение практических задач	1	
	<b>Контрольная работа</b> 2. Познавательные процессы	1	
<b>Раздел 4. Чувства и воля</b>			
Тема 4.1. Эмоции и чувства	<b>Содержание</b> <b>1. Общая характеристика эмоций и чувств</b> Общая характеристика эмоций и чувств. Эмоциональные состояния и высшие чувства. Физиологические основы и внешнее выражение эмоций и чувств. Чувства и личность. <b>2. Эмоциональный интеллект</b> Понятие «Эмоциональный интеллект». Использование эмоций в мыслительной деятельности. Понимание эмоций. Управление эмоциями. Снижение уровня стресса. Решение конфликтных ситуаций.	2	ОК 1 ПК 2.1
Тема 4.2. Воля	<b>Содержание</b> <b>1. Общая характеристика воли</b> Общая характеристика воли. Ступени волевого действия. Взаимосвязь воли с другими сторонами психики.	2	ОК 1 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 9. Решение практических задач	2	
Тема 4.3. Потребности и мотивация	<b>Содержание</b> <b>1. Психология потребностно-мотивационной сферы</b> Понятие «Потребность». Виды потребностей. Понятие «Мотивация». Виды мотиваций. Функции мотивации. Управление мотивацией. Мотивация учебной деятельности	3	ОК 1 ПК 2.1
	<b>Контрольная работа</b>	2	



		3. Чувства, воля, мотивация		
<b>Раздел 5. Психические состояния</b>				
<b>Раздел 5.1.</b> Психические состояния и их регуляция	<b>Содержание</b> <b>1. Эмоциональный стресс и регуляция эмоциональных состояний</b> Понятие об эмоциональном стрессе. Основные стадии стресса. Классификация психического стресса. Условия возникновения информационного стресса. Особенности проявления эмоционального стресса. Классификация тревоги. Индивидуальные особенности и проявления стресса. Регуляция эмоциональных состояний.	2	ОК 1 ПК 2.1	
<b>Раздел 6. Закономерности возрастного развития</b>				
<b>Тема 6.1.</b> Дошкольный возраст	<b>Содержание</b> <b>1. Раннее детство</b> Социальная ситуация развития ребенка в раннем возрасте и общение со взрослым. Развитие предметной деятельности. Познавательное развитие ребенка. Развитие речи. Новые направления руководства психическим развитием в раннем детстве. Развитие личности в раннем детстве. <b>2. Дошкольное детство</b> Социальная ситуация развития в дошкольном возрасте. Игра как ведущая деятельность дошкольного возраста. Другие виды деятельности: продуктивная, трудовая, учебная. Познавательное развитие. Общение со взрослыми и сверстниками. Основные психологические новообразования. Личностное развитие. Характеристика кризиса дошкольного детства. Игра как деятельность.	4	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	
	<b>Практические занятия</b> 10. Решение педагогических задач 11. Решение педагогических задач	6		
	<b>Самостоятельная работа</b> <b>1. Подготовка таблицы «Особенности возрастной идентификации»</b>	13		
<b>Тема 6.2.</b> Младший школьный возраст	<b>Содержание</b> <b>1. Младший школьный возраст</b> Социальная ситуация развития и психологическая готовность к школьному обучению. Адаптация в школе. Ведущая деятельность младшего школьника. Основные психологические новообразования.	2	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	
	<b>Практические занятия</b> 12. Решение педагогических задач.	3		





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 6.3.</b> Подростковый возраст	<b>Содержание</b> <b>1. Подростковый возраст</b> Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность в подростковом возрасте. Специфические особенности психики и поведения подростков. Особенности общения со взрослыми. Психологические новообразования подросткового возраста.	2	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 13. Решение педагогических задач.	3	
<b>Тема 6.4.</b> Юность	<b>Содержание</b> <b>1. Юность</b> Юность как психологический возраст. Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность в юношеском возрасте. Интеллектуальное развитие в юности. Развитие личности. Общение в юности.	2	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 14. Решение педагогических задач.	3	
	<b>Самостоятельная работа</b> 2. Подготовка таблицы «Деятельность и новообразования»	13	
<b>Тема 6.5.</b> Взрослость	<b>Содержание</b> <b>1. Взрослость: молодость и зрелость (Вариативная часть)</b> Взрослость как психологический период. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в период зрелости. Развитие личности в период взрослости. Психофизиологическое и познавательное развитие в период взрослости. <b>2. Взрослость: старение и старость (Вариативная часть)</b> Возрастные психологические задачи в старости. Социальная ситуация развития и ведущая деятельности в старости. Личностные особенности в старости. Познавательная сфера в период старения	4	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 15. Решение педагогических задач. 16. Решение педагогических задач.	4	
	<b>Контрольная работа</b> 4. Закономерности возрастного развития	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> 3. Подготовка таблицы «Возрастные кризисы»	13	
<b>Раздел 7. Основы психологии детей с особыми образовательными потребностями</b>			



<b>Тема 7.1.</b> Трудности развития ребенка	<b>Содержание</b> <b>1. Характеристика основных трудностей развития ребенка</b> Характеристика основных трудностей развития ребенка. Нарушение поведения. Нарушения психического развития. <b>2. Девиантность</b> Определение девиантного поведения. Общие и частные причины отклоняющегося поведения. Особенности личности девиантных подростков. Динамика девиантности. Общие подходы и пути в работе с подростковой девиантностью. <b>3. Делинкветное поведение (Вариативная часть)</b> Делинкветное поведение как форма отклоняющегося поведения. Условия формирования делинкветного поведения. Противоправная мотивация. Антисоциальная личность. <b>4. Агрессия, фрустрация, депривация</b> Виды и формы агрессии. Причины агрессивных действий. Понятие «Депривация». Виды и формы депривации. Понятие «Фрустрация». <b>5. Девиантология хамства (Вариативная часть)</b> Понятие «Хамство». Синдром хама. Массовое хамосознание. Причины хамства. Функции хамства.	8	ОК 1, 2 ПК 2.1
	<b>Практические занятия</b> 17.Решение педагогических задач 18.Решение педагогических задач	4	
	<b>Контрольная работа</b> 5. Трудности развития ребенка	2	
<b>Раздел 8. Основы психологии творчества</b>			
<b>Тема 8.1.</b> Психология творческой и креативной деятельности	<b>Содержание</b> <b>1. Психология творческой деятельности</b> Какую деятельность следует считать творческой. Виды творчества. Уровни творчества. Креативность как процесс деятельности. Целенаправленное развитие творческого потенциала. Методы развития творческого потенциала.	2	ОК 1, 2, 8 ПК 2.1
	<b>Контрольная работа</b> 6. Психология творчества	2	
<b>Тема 9. Педагогическая психология</b>			
<b>Тема 9.1.</b> Педагогическая психология	<b>Содержание</b> <b>1.Общая характеристика педагогической деятельности (Вариативная часть)</b>	8	ОК 1 - 9 ПК 1.1 - 1.2,



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>Педагогическая деятельность: формы, характеристики, содержание. Мотивация педагогической деятельности. Основные функции педагогической деятельности. Стили педагогической деятельности.</p> <p><b>2. Психология педагогического воздействия (Вариативная часть)</b> Стратегии и виды педагогического воздействия. Убеждение. Внушение. Внушающее наставление. Команды и приказы. Педагогическая техника внушающего воздействия.</p> <p><b>3. Конфликты в педагогическом процессе (Вариативная часть)</b> Сущность и причины возникновения педагогических конфликтов. Конфликты первых встреч учителя с учащимися класса. Способы выхода из приближающегося конфликта. Предпосылки конструктивного разрешения конфликтов.</p> <p><b>4. Сущность личностно-профессиональной деформации (Вариативная часть)</b> Типология деформации. Факторы, вызывающие личностно-профессиональные деформации педагогов. Основные подходы к работе с личностно-профессиональными деформациями. Эмоциональное выгорание</p>		1.4, 1.5, 2.1, 2.4, 2.6, 3.1 - 3.5
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>19. Оценка предрасположенности к нервному срыву и уровня конфликтности</p> <p>20. Оценка уровня конфликтности</p> <p>21. Диагностика состояния агрессии</p>	5	
	<p><b>Контрольная работа</b></p> <p>7. Педагогическая психология</p>	2	
	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>3. Выполнение задания «Педагогическая деятельность»</p>	10	
<b>Раздел 10. Основы психологии физической культуры</b>			
<p><b>Тема 10.1. Психология физической культуры в школе</b></p>	<p><b>Содержание</b></p> <p><b>1. Деятельность и личность учителя физической культуры</b> Функции учителя физической культуры. Условия работы учителя физической культуры. Группы способностей, определяющие профессиональное мастерство учителя физической культуры. Умения учителя физической культуры. Индивидуальные стили деятельности учителя физической культуры. Слагаемые авторитета учителя физической культуры.</p> <p><b>2. Психологические особенности преподавания уроков физической культуры учащимся школьного возраста (Вариативная часть)</b> Образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи. Образовательно-познавательные особенности. Организационно-методические условия проведения урока.</p>	4	ОК 1 - 9 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.6, 2.2, 2.4



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Структура и проведение частей урока.		
	<b>Практические занятия</b> 22. Решение педагогических задач 23. Решение педагогических задач	4	
	<b>Самостоятельная работа</b> 5.Выполнение задания «Общепедагогические методы физического воспитания школьников» 6. Выполнение задания «Годовой (перспективный) план работы по физическому воспитанию общеобразовательной школы»	15	
	<b>Контрольная работа</b> 8.Психология физической культуры	2	
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>Экзамен</b>		
		<b>Всего</b>	<b>185</b>



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины предусматривает наличие учебного кабинета Педагогика и психологии.

##### Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, материал для тренинговых игр и др.)

Технические средства обучения:

Ноутбук ASUS,

мультимедийный проектор EPSON.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основные источники:

1. Психология: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан, А.Д. Андреева]; под ред. И.В. Дубровиной. – 13-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 496 с.

##### Дополнительные источники:

1. Авдулова, Т. П. Агрессивность в подростковом — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 126 с.
2. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 240 с.
3. Горбунов Г.Д. Психология физического воспитания и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272 с.
4. Клейберг, Ю. А. Психология девиантного поведения: учебник и практикум для среднего профессионального образования. М.: Издательство Юрайт. – 2020. – 290 с.
5. Ловягина А.Е. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для среднего профессионального образования. М.: Издательство Юрайт. – 2020. – 338 с.
6. Москвина Н.Б. Личностно-профессиональные деформации педагогов. Проблема реабилитации — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 195 с.
7. Милорадова Н.Г. Психология - М.: Издательство Юрайт. – 2020. – 225 с.
8. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология: учебное пособие для среднего профессионального образования. — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 227 с
9. Феоктистова С.В. Психология. – М.: Издательство Юрайт. – 2020. – 234 с.
10. Шнейдер, Л. Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 219 с.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

№	Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
			умения	знания	
1.1	Психология, предмет, объект	ОК 1, 4, 6, 8	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
2.1	Личность	ОК 1, 2, 4, 6, 7, 8 ПК 2.1, 2.2	выявлять индивидуальные и типологические особенности	основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности	экспертная оценка выполнения практических занятий
2.2	Свойства личности	ОК 1, 2, 4, 6, 7, 8 ПК 2.1, 2.2	выявлять индивидуальные и типологические особенности	основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности	экспертная оценка выполнения практических занятий
2.3	Деятельности и способности	ОК 1, 4 ПК 2.1, 2.2	выявлять индивидуальные и типологические особенности	основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта	экспертная оценка выполнения практических занятий



				образовательного процесса, личности и индивидуальности	
2.4	Межличностные отношения	ОК 6 ПК 2.1, 2.2	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику	экспертная оценка выполнения практических занятий
3.1	Ощущение и восприятие	ОК 1, 4 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
3.2	Внимание и память	ОК 1, 2 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
3.3	Мышление	ОК 1 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
3.4	Воображение	ОК 1 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
4.1	Эмоции и чувства	ОК 1 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	
4.2	Воля	ОК 1 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

				научной и практикой	занятий
4.3	Потребности и мотивация	ОК 1 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
5.1	Психические состояния и их регуляция	ОК 1 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
6.1	Дошкольный возраст	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	выявлять индивидуальные и типологические особенности	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальност и; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно- спортивной деятельности	экспертная оценка выполнения практических занятий
6.2	Младший школьный возраст	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	выявлять индивидуальные и типологические особенности	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальност и; возрастную	экспертная оценка выполнения практических занятий





				периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	
6.3	Подростковый возраст	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	выявлять индивидуальные и типологические особенности	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	экспертная оценка выполнения практических занятий
6.4	Юность	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	выявлять индивидуальные и типологические особенности	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную	экспертная оценка выполнения практических занятий оценка самостоятельной работы обучающегося



				периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	
6.5	Взрослость	ОК 1, 2, 4 ПК 2.1	выявлять индивидуальные и типологические особенности	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности	экспертная оценка выполнения практических занятий оценка самостоятельной работы обучающегося
7.1	Трудности развития ребенка	ОК 1, 2 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного	экспертная оценка выполнения практических занятий



				поведения	
8.1	Психология творческой и креативной деятельности	ОК 1, 2, 8 ПК 2.1	применять знания по психологии при решении педагогических задач	основы психологии творчества	экспертная оценка выполнения практических занятий
9.1	Педагогическая психология	ОК 1 - 9 ПК 1.1 - 1.2, 1.4, 1.5, 2.1, 2.4, 2.6, 3.1 - 3.5	применять знания по психологии при решении педагогических задач	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой	экспертная оценка выполнения практических занятий
10.1	Психология физической культуры в школе	ОК 1 - 9 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.6, 2.2, 2.4	применять знания по психологии при решении педагогических задач	психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте	оценка самостоятельной работы обучающегося

#### 4.2. Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Экзамен	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.13  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.07 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Санкт-Петербург  
2021



## СОДЕРЖАНИЕ

стр.

**1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.07 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

### **1.1 Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности **49.02.01. Физическая культура (углубленная подготовка)**.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

дисциплина ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

#### **○ Цели и задачи учебной дисциплины**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

#### **уметь:**

- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;
- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодёжи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приёмов, методик, форм физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

#### **знать:**

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;
- современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;
- основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом;
- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом;



- мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития;
- понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры;
- особенности физического воспитания, обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo-одарённых детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- структуру и основы построения процесса спортивной подготовки;
- основы теории соревновательной деятельности;
- основы спортивной ориентации и спортивного отбора;

**1.4. Общие (ОК) и профессиональные (ПК) компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:**

Код	Наименование компетенции
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия.
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
ПК 3.2.	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
ПК 3.3.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.4.	Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося 171 час, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 114 часов;

самостоятельной работы обучающегося 57 часов.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>171</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>114</i>
в том числе:	
практические работы	<i>42</i>
В форме практической подготовки	<i>42</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>57</i>
в том числе:	
Внеаудиторная самостоятельная работа	
Итоговая аттестация в форме <i>экзамена</i>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>ТЕМА 1. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАН</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физическая культура в Древней Греции 2. Физическая культура в Спарте 3. Физическая культура в Афинах 4. Физическая культура в Древнем Риме	2	2
	<b>Практическое занятие</b> 1. Семинар на тему: «Олимпийские игры древности»	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Составление конспекта по теме «Олимпийские игры древности»	2	
<b>Тема 1.2.</b> Физическая культура в Средние века	<b>Содержание учебного материала</b> Физическая культура в ранний период феодализма Физическая культура к началу этапа развитого феодализма в Западной Европе Физическая культура в период возрождения	2	2
	<b>Практическое занятие</b> 2. Семинар на тему: «Системы физической культуры в странах Востока»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 2. Составление конспекта по теме «Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока, Система йоги, Система ушу, Боевое искусство тхэквондо».	3	
<b>Тема 1.3</b> Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Немецкое гимнастическое движение 2. Шведское гимнастическое направление 3. Сокольская система гимнастики 4. Бойскаутское движение 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка	3	2
	<b>Практические занятия</b>		
	3. <b>Контрольная работа № 1</b> в форме практического занятия на тему «История физической культуры и спорта в зарубежных странах»	1	
<b>ТЕМА 2. История физической культуры и спорта в России</b>		<b>25</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Тема 2.1.</b> Физическая культура в России с древнейших времен до второй половины XIX в.	1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России 2. Развитие в России теории и практики государственных форм физического воспитания в XVII – второй половине XIX в. <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 3. Составление конспекта по теме «Формы физического воспитания казачества»		
<b>Тема 2.2.</b> Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования) и современных видов спорта во второй половине XIX - начале XX в.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Становление педагогических и естественно-научных основ отечественной физической культуры 2. Создание в России системы физического воспитания (образования) 3. Физическое воспитание в образовательных учреждениях и общественных физкультурно-спортивных организациях 4. Образование Российского олимпийского комитета 5. Российские Олимпиады 1913 и 1914 годов	3	
	<b>Практические занятия</b> 4. «Зарождение и развитие в России современных видов спорта». Составить конспект в предложенной последовательности.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 4. Составление конспекта по теме: «Система физического воспитания П.Ф. Лесгафта»		
<b>Тема 2.3.</b> Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Организационно-управленческие основы физического воспитания, различные направления ее развития в 1920 - 1930-е годы 2. Научно-методические основы советской системы физического воспитания 3. Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» - программная и нормативная основа советской системы физического воспитания 4. Военно-физкультурная направленность в подготовке населения СССР в годы Великой Отечественной войны 5. Развитие спортивной направленности в системе физического воспитания 6. Организационные формы советской системы физического воспитания	3	
	<b>Практические занятия</b> 5. Семинар на тему: «Основные тенденции изменения школьных программ на разных этапах исторического периода»	4	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 5. Составление конспекта по теме: «Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе».	2	
		5	



<b>Тема 2.4.</b> Физическая культура и спорт в Российской Федерации	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в Российской Федерации (ФК и С в РФ) 2. Развитие массовой и оздоровительной физической культуры населения Российской Федерации	2	1
<b>ТЕМА 3. Международное спортивное движение</b>		<b>18</b>	
<b>Тема 3.1.</b> Международное спортивное движение по отдельным видам спорта	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Международное спортивное движение	1	2
	<b>Практические занятия</b> 6. Семинар на тему: «Международное спортивное движение по отдельным видам спорта»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 6. Написание реферата на тему: Международное спортивное движение по отдельным видам спорта.	3	
<b>Тема 3.2.</b> Международное олимпийское движение	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время 2. Летние Олимпийские игры 3. Зимние Олимпийские игры	2	2
	<b>Практические занятия</b> 7. Семинар на тему: «Летние и Зимние Олимпийские игры».	2	
<b>Тема 3.3.</b> Международное спортивное движение студентов	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Международное студенческое спортивное движение 2. Международное спортивное движение в области массовой и оздоровительной физической культуры	2	2
	<b>Практические занятия</b> 8. Семинар на тему: «Проблемы международного спортивного движения»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 7. Международное рабочее спортивное движение 8. Проблемы международного спортивного движения	4	
<b>ТЕМА 4. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ</b>		<b>5</b>	
<b>Тема 4.1.</b> Теория и методика физической культуры как учебная дисциплина	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физическое воспитание и система физического воспитания 2. Основные понятия	1	2
	<b>Практические занятия</b> 9. «Сравнительный анализ исходных понятий теории физической культуры»	1	
<b>Тема 4.2.</b> Система физического	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основы физического воспитания	2	2



воспитания Российской федерации	в	2. Цель и задачи физического воспитания 3. Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания		
		<b>Практические занятия</b> 10. <b>Контрольная работа №2</b> в форме практического занятия на тему: «Понятия теории физической культуры и спорта»	1	
<b>ТЕМА 5. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ</b>			<b>11</b>	
Тема 5.1. Средства физического воспитания		<b>Содержание учебного материала</b> 1. Физические упражнения 2. Оздоровительные силы природы 3. Гигиенические факторы	2	2
		<b>Практические занятия</b> 11. <b>Контрольная работа №3</b> в форме практического занятия на тему: «Средства физического воспитания»	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 9. Составить таблицу: «Средства физического воспитания»	4	
Тема 5.2. Методы физического воспитания		<b>Содержание учебного материала</b> 1. Метод строго регламентированного упражнения 2. Игровой метод 3. Соревновательный метод 4. Общепедагогические методы, используемые в физическом воспитании: словесные методы, методы обеспечения наглядности.	2	2
		<b>Практические занятия</b> 12. Составить таблицу «Сравнительная характеристика методов строгой регламентации»	1	
		13. <b>Контрольная работа №4</b> в форме практического занятия на тему: «Методы физического воспитания»	1	
<b>ТЕМА 6. ОБЩЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ И СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ</b>			<b>8</b>	
Тема 6.1. Общеметодические принципы	6.1.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Принцип сознательности и активности 2. Принцип наглядности 3. Принцип доступности и индивидуальности	1	2
		<b>Практические занятия</b> 14. Составление таблицы: «Формы практической наглядности в физическом воспитании и их характеристика»	1	
Тема 6.2. Специфические	6.2.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Принцип непрерывности процесса физического воспитания	1	2



принципы физического воспитания.	2. Принцип системного чередования нагрузок и отдыха 3. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий 4. Принцип циклического построения занятий		
	<b>Практические занятия.</b> 15. <b>Контрольная работа №5</b> в форме практического занятия на тему: «Принципы физического воспитания».	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 10. Самостоятельная работа с учебно-методической литературой по вопросам, составленным преподавателем.	4	
<b>ТЕМА 7. ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ</b>		<b>7</b>	
<b>Тема 7.1.</b> Основы теории и методики обучения двигательным действиям.	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании 2. Основы формирования двигательного навыка.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 13. Составить таблицу: «Законы формирования двигательного навыка».	2	
<b>Тема 7.2.</b> Структура процесса обучения и особенности его этапов	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Обучение. Учение. Преподавание. 2. Этапы обучения: начального разучивания (задачи, цель); этап углубленного разучивания (задачи, цель); этап закрепления и дальнейшего совершенствования. Задачи, цель.	1	2
	<b>Практические занятия</b> 16. Выберите одно конкретное упражнение (или технический приём) из ИВС и, используя предложенную таблицу, разработайте обучение и совершенствование этого упражнения на трёх этапах	2	
<b>ТЕМА 8. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ</b>		<b>24</b>	
<b>Тема 8.1.</b> Сила и основы методики ее воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Средства и методы воспитания силы. 2. Методика воспитания силовых способностей. 3. Контрольные упражнения для определения уровня развития силовых способностей.	2	2
	<b>Практические занятия</b> 17. Составить конспект на тему: «Методы воспитания физического качества сила».	1	
<b>Тема 8.2.</b> Скоростные способности и основы методики их воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Средства и методы воспитания скоростных способностей. 2. Методика воспитания скоростных способностей. 3. Контрольные упражнения для определения уровня развития скоростных способностей.	2	2
	<b>Практические занятия</b>	1	



	18. Составить конспект на тему: «Методы воспитания скоростных способностей».		
<b>Тема 8.3.</b> Выносливость и основы методики ее воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Средства и методы воспитания выносливости 2. Методика воспитания общей выносливости 3. Контрольные упражнения для определения уровня развития выносливости	2	2
	<b>Практические занятия</b> 19. Составить конспект на тему: «Методы воспитания физического качества выносливость»	1	
<b>Тема 8.4.</b> Гибкость и основы методики ее воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Средства и методы воспитания гибкости. 2. Методика развития гибкости. 3. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.	2	1
<b>Тема 8.5.</b> Двигательно-координационные способности и основы их воспитания	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Средства воспитания координационных способностей. 2. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей. 3. Контрольные упражнения для определения уровня развития координационных способностей.	2	2
	<b>Практические занятия</b> 20. Заполнить таблицу: «Двигательно-координационные способности и основы их воспитания в ИВС».	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> 14. Самостоятельная работа с учебно-методической литературой по вопросам, составленным преподавателем.	4	
<b>ТЕМА 9. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ</b>		<b>8</b>	
<b>Тема 9.1.</b> Характеристика форм занятий физическими упражнениями	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Классификация форм занятий в физическом воспитании 2. Урочные формы занятий 3. Неурочные формы занятий	2	2
	<b>Практические занятия</b> 21. Составить конспект на тему «Неурочные формы занятий».	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 15. Составление конспекта по теме: «Требования к организации самостоятельной работы на уроках физической культуры».	4	
<b>ТЕМА 10. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 10.1.</b> Планирование в	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Виды планирования 2. Требования к планированию в физическом воспитании	2	



физическом воспитании	3. Методическая последовательность планирования 4. Основные документы планирования		
	<b>Практические занятия</b> 22. Составить таблицу «Документы планирования и их характеристики»	2	
<b>Тема 10.2.</b> Педагогический контроль и учет в физическом воспитании	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Педагогический контроль и самоконтроль. 2. Текущий контроль. Этапный контроль. Итоговый контроль. 3. Предварительный контроль. Оперативный контроль. 4. Методы контроля.	2	
	<b>Практические занятия</b> 23. Заполните таблицу «Педагогический контроль в процессе физического воспитания и спортивной тренировки».	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 16. Заполните таблицу «Личный самоконтроль в течение суток»	4	
<b>ТЕМА 11. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ</b>		<b>20</b>	
<b>Тема 11.1.</b> Физическое воспитание детей школьного возраста	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста 2. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста 3. Средства и методические особенности физического воспитания детей школьного возраста 4. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста 5. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста 6. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста 7. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем 8. Формы организации физического воспитания школьников 9. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры	6	2
	<b>Практические занятия</b> 24. <b>Контрольная работа № 6:</b> в форме практического занятия на тему: «Физическое воспитание детей школьного возраста».	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 17. Составление конспекта по теме: Физическое воспитание в образовательных организациях СПО	4	
<b>Тема 11.2.</b> Физическое воспитание	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Значение и задачи физического воспитания студентов 2. Содержание программы физического воспитания студентов	1	2





студенческой молодежи	3. Методические основы физического воспитания в вузе			
	<b>Практические занятия</b> 25. Семинар на тему: «Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях». Защита рефератов.		1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 18. Написать реферат на тему «Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях»		5	
<b>Тема</b> Физическое воспитание в основной трудовой деятельности	<b>11.3.</b> в период	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью 2. Физическая культура в режиме трудового дня 3. Физическая культура в быту трудящихся	1	1
<b>Тема</b> Физическая культура в жизни пожилого и старческого возраста	<b>11.4.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Старение и задачи направленного использования физической культуры в пожилом и старческом возрасте 2. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями	1	1
<b>ТЕМА 12. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ</b>			<b>13</b>	
<b>Тема</b> Технология разработки документов планирования	<b>12.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Общий план работы по физическому воспитанию 2. Годовой план-график учебного процесса 3. Поурочный рабочий план на четверть 4. Типовая форма текстового оформления конспекта урока. 5. Физическая нагрузка на уроке 6. Методы ведения урока или организации учебной деятельности учащихся. 7. Правила записи общеразвивающих упражнений	7	2
		<b>Практические занятия</b> 26. Составление плана конспекта урока.	6	
<b>ТЕМА 13. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА</b>			<b>10</b>	
<b>Тема</b> характеристика спорта	<b>13.1.</b> Общая характеристика спорта	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные понятия, классификация видов спорта 2. Социальные функции спорта 3. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки 4. Спортивные достижения и тенденции их развития	2	1



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 13.2. Основы спортивной тренировки	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Цели и задачи спортивной тренировки 2. Средства и методы спортивной тренировки 3. Принципы спортивной тренировки 4. Основные стороны спортивной тренировки: спортивно-техническая, спортивно-тактическая, физическая и психическая подготовка	4	2
	<b>Практические занятия</b> 27. <b>Контрольная работа № 7:</b> в форме практического занятия на тему: «Теория и методика спорта»	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 19. Составить конспекта по теме: Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	3	
	<b>Итого</b>	171	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины осуществляется в кабинете Теории и истории физической культуры.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя (стол, компьютер, интерактивная доска);
  - наглядные пособия;
  - электронные учебные пособия

##### Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в ИНТЕРНЕТ, мультимедийный проектор и т.д.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основные источники:**

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - 13-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 496 с.
2. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: учебник – 11-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 320 с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / А.А. Бишаева. - 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 304 с.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### 4.1 Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания	Показатели оценки результата	Форма контроля и оценивания
<b>Умеет</b>		
У 1. ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;	<ul style="list-style-type: none"><li>- соотносить даты и исторического события в развитии физической культуры и спорта;</li><li>- выделять особенностей различных исторических систем физического воспитания;</li><li>- делать сравнение и сопоставление между собой тенденции развития физической культуры и спорта;</li><li>- выделять и анализировать принципов, средств и методов физической культуры и спорта</li></ul>	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы.
У. 2 использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодёжи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту	<ul style="list-style-type: none"><li>- ориентироваться в вопросах истории развития физической культуры и спорта в России;</li><li>- использовать мотивационные моменты для повышения интереса школьников разного возраста к занятиям физической культурой и спортом;</li><li>- оперировать знаниями истории физической культуры и спорта России в период прохождения учебной практики;</li><li>- организовывать беседы с использованием элементов описания, повествования и рассуждения по тематике практических занятий;</li><li>- аргументировать значения сдачи норм Комплекса ГТО в России.</li></ul>	
У. 3 правильно использовать терминологию в области физической культуры	<ul style="list-style-type: none"><li>- систематизировать и составлять глоссарий основных понятий в области физической культуры и спорта;</li><li>- подбирать материалы к семинарским занятиям по учебной дисциплине;</li><li>- распознавать значения слов по контексту;</li></ul>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<ul style="list-style-type: none"><li>- выделять главную и второстепенную информации;</li><li>- обосновывать собственное мнение по рассматриваемым вопросам</li></ul>	
<b>У. 4</b> оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приёмов, методик, форм физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки	<ul style="list-style-type: none"><li>- делать правильное соотношение между принципами, формами, методами и средствами физического воспитания;</li><li>- выделять наиболее рациональных и эффективных методических подходов в различных системах физического воспитания;</li><li>- прогнозировать применения различных методик физического воспитания</li></ul>	
<b>У. 5</b> находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития	<ul style="list-style-type: none"><li>- поиск научных высказываний о развитии физической культуры и спорта в различные исторические эпохи;</li><li>- составлять схемы направлений физического воспитания в различных европейских странах;</li><li>- самостоятельно заполнять таблицы по системам физического воспитания;</li><li>- выполнять подготовку к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя, учебной и дополнительной литературы;</li><li>- изучать вопросы самостоятельных работ.</li></ul>	
<b>Знает</b>		
<b>З. 1</b> понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий	<ul style="list-style-type: none"><li>- глоссарий основных понятий теории и истории физической культуры и спорта по разделам:</li><li>- системы физической культуры, национальных и народных видов спорта;</li><li>- история физической культуры и спорта в России;</li><li>- история международного олимпийского движения;</li><li>- личность в процессе физического воспитания</li></ul>	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы.
<b>З. 2</b> историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения	<ul style="list-style-type: none"><li>- сравнительные схемы и таблицы по отечественным и зарубежным системам физического воспитания:</li><li>- финская;</li><li>- спартанская;</li><li>- немецкая;</li><li>- шведская;</li></ul>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<ul style="list-style-type: none"><li>- сокольническая;</li><li>- система П.Ф. Лесгафта</li></ul>	
<b>3. 3</b> современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки	характерные особенности современных концепций физического воспитания: <ul style="list-style-type: none"><li>- формы организации;</li><li>- принципы;</li><li>- методы;</li><li>- средства.</li></ul>	
<b>3. 4</b> задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки	задачи физического воспитания, их классификацию и направленность. Знание общеметодических и специфических принципов физического воспитания, их сущность.	
<b>3. 5</b> средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности	основных составляющих организации процесса физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования: <ul style="list-style-type: none"><li>- структура;</li><li>- формы;</li><li>-средства;</li><li>-методы.</li></ul>	
<b>3. 6</b> основы теории обучения двигательным действиям	описание основных этапов обучения двигательным действиям: <ul style="list-style-type: none"><li>- этап начального разучивания двигательного действия;</li><li>- этап углубленного разучивания техники двигательного действия;</li><li>- этап совершенствования двигательного действия.</li></ul> владение понятиями «двигательное умение» и «двигательный навык»	
<b>3. 7</b> теоретические основы развития физических качеств	характеристику сенситивных периодов развития физических качеств: <ul style="list-style-type: none"><li>- быстрота;</li><li>- сила;</li><li>- выносливость;</li><li>- гибкость;</li><li>- ловкость.</li></ul>	
<b>3. 8</b> основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом	задачи спортивно-тактической подготовки занимающихся физической культурой и спортом, форм и методов ее совершенствования.	
<b>3. 9</b> механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом	особенности различных видов воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом; <ul style="list-style-type: none"><li>- умственное воспитание;</li><li>- нравственное воспитание;</li></ul>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<ul style="list-style-type: none"><li>- эстетическое воспитание;</li><li>- трудовое воспитание.</li></ul>	
<b>3. 10</b> мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития	мотивационные моменты для повышения интереса школьников разного возраста к занятиям физической культурой и спортом: <ul style="list-style-type: none"><li>- самосовершенствование;</li><li>- самовыражение и самоутверждение;</li><li>- подготовка к трудовой деятельности и службе в армии;</li><li>- удовлетворение духовных потребностей</li></ul>	
<b>3. 11</b> понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры	компоненты здорового образа жизни, принципов оказания положительного влияния физических упражнений на организм человека, основ оздоровительной физической культуры, основ построения оздоровительной тренировки.	
<b>3. 12</b> особенности физического воспитания, обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательного-одарённых детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением	<ul style="list-style-type: none"><li>- характерные особенности сензитивных периодов развития обучающихся разного возраста;</li><li>- принципы распределения обучающихся на специальные медицинские группы</li></ul>	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы.
<b>3. 13</b> структуру и основы построения процесса спортивной подготовки	принципы, средства и методы спортивной тренировки на примере избранного вида спорта.	
<b>3.14</b> основы теории соревновательной деятельности	основы системы соревнований, универсальным механизмом управления совершенствования мастерства спортсменов.	
<b>3. 15</b> основы спортивной ориентации и спортивного отбора	средства и формы спортивного ориентирования и спортивного отбора.	

**общие компетенции**

<b>Результаты обучения: общие компетенции</b>	<b>Показатели оценки результата</b>	<b>Форма контроля и оценивания</b>
<b>ОК 01.</b> Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	определения цели и задач планирования обсуждение отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами разработки предложений по их совершенствованию и коррекции.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>ОК 02.</b> Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	<ul style="list-style-type: none"><li>- уметь осуществлять выбор и применять методы и способы решения профессиональных задач в области образования согласно заданной ситуации;</li><li>- оценка эффективности и качества выполнения согласно заданной ситуации.</li></ul>
<b>ОК 03.</b> Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	<ul style="list-style-type: none"><li>- демонстрация способности решать стандартные и нестандартные профессиональные задачи в области образования в соответствии с заданной ситуацией;</li></ul>
<b>ОК 04.</b> Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	<ul style="list-style-type: none"><li>- обоснованность отбора профессиональной литературы;</li><li>- использование разнообразных источников для поиска информации;</li><li>- соответствие информации профессиональным задачам</li></ul>
<b>ОК 05.</b> Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"><li>- техничность использования информационно-коммуникационных технологий для совершенствования профессиональной деятельности;</li><li>- соответствие выбранных информационно-коммуникационных технологий задачам совершенствования профессиональной деятельности.</li></ul>
<b>ОК 06.</b> Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	<ul style="list-style-type: none"><li>- умение демонстрировать собственную деятельность в условиях коллективной и командной работы в соответствии с заданной ситуацией.</li></ul>
<b>ОК 07.</b> Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	<ul style="list-style-type: none"><li>- демонстрация деятельности обучающегося в роли учителя в соответствии с заданными условиями;</li><li>- проявление ответственности за качество образовательного процесса.</li></ul>
<b>ОК 08.</b> Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	<ul style="list-style-type: none"><li>- обоснованность постановки цели самообразования;</li><li>- составление плана самообразования;</li><li>- рациональность планирования организации деятельности по самообразованию;</li></ul>





	- результаты самообразования.	
<b>ОК 09.</b> Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	- использование инновационных технологий в процессе профессиональной деятельности; - обоснованность выбора технологий с учётом обновления целей и содержания образования; - результативность достижения поставленных целей в процессе профессиональной деятельности.	
<b>ОК 10.</b> Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	- демонстрация знаний техники безопасности и умение использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности.	

**профессиональные компетенции**

<b>Результаты обучения: общие компетенции</b>	<b>Показатели оценки результата</b>	<b>Форма контроля и оценивания</b>
ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	– выбор спортивного инвентаря и оборудования с учетом различных особенностей занимающихся для проведения учебно-тренировочных занятий – точность в формулировке целей и задач, – составление документов планирования; – выбор средств и методов, форм организации занятий учебно-тренировочные занятия.	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы.
ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия.	<input type="checkbox"/> выбор эффективных средств и методов, форм организации при проведении внеурочных мероприятий и занятий; <input type="checkbox"/> использование спортивного инвентаря и оборудования с учетом различных особенностей занимающихся;	
ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	<input type="checkbox"/> качество наблюдения и анализа внеурочных мероприятий и занятий; <input type="checkbox"/> оформление рекомендаций по улучшению физкультурно-спортивной деятельности; <input type="checkbox"/> корректирование собственной деятельности	
ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-	<input type="checkbox"/> оценивание деятельности учащихся к в физкультурно-спортивной деятельности; <input type="checkbox"/> осуществление различных видов контроля и учета при подготовке и	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

тренировочных занятиях и соревнованиях.	проведении физкультурно-спортивной деятельности	
ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	- владение методикой оценки учебно-тренировочные занятия, процесса и результатов руководства соревновательной деятельностью.	
ПК 1.6 Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Знание средств и форм спортивного ориентирования и спортивного отбора.	
ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	- оптимальный подбор и использование спортивного оборудования и инвентаря с учетом целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;	
ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	- грамотность и качество оформления документации обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;	
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	- самостоятельно ставит цели и задачи физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения; - самостоятельно планирует физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения	
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	- осуществляет отбор мотивационных средств с учётом возрастных особенностей; - осуществляет анализ эффективности применяемых мотивационных средств	
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	- самостоятельно составляет планы-конспекты уроков; - самостоятельно составляет положения о проведении спортивных мероприятий; - самостоятельно организует и проводит физкультурно-спортивные мероприятия и занятия; - проводит самоанализ и анализ проведённых мероприятий и занятий.	
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	- проводит контроль освоения учебного материала путём сдачи контрольных нормативов.	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<p>- осуществляет подбор инвентаря и оборудования в соответствии с целями и задачами урока, а также в соответствии с требованиями СанПиНа;</p> <p>- осуществляет подготовку инвентаря и оборудования к физкультурным мероприятиям и занятиям.</p>	
<p>ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<p>- владеет знаниями о требуемой учебно-планирующей, учебно-методической и отчетной документации;</p> <p>- владеет знаниями о содержании и оформлении учебно-планирующей, учебно-методической и отчетной документации;</p> <p>- умеет составлять и оформлять учебно-планирующую, учебно-методическую и отчетную документацию в соответствии с требованиями организации.</p>	
<p>ПК 3.1 Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.</p>	<p>– Иметь опыт анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;</p> <p>– разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;</p> <p>– Уметь отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки;</p> <p>– Знать теоретические основы и методику планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта;</p> <p>– Знать теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы.</p>
<p>ПК 3.2 Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными</p>	<p>– Иметь опыт анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих организацию физкультурно-оздоровительных и</p>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

возрастными группами населения.	спортивно-массовых мероприятий и занятий; – планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; – Уметь планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
ПК 3.3 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	– Иметь опыт изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки; – Уметь определять пути самосовершенствования педагогического мастерства; – Знать методику планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.
ПК 3.4 Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	– Уметь разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; – Уметь оформлять результаты исследовательской работы; – Уметь готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; – Знать логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту.
ПК 3.5 Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	– Иметь опыт отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; – Уметь определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя; – Уметь использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	– Знать методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте;	
--	---	--

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

<b>Форма</b>	<b>Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины</b>
<i>Экзамен</i>	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.14  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.08 ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Санкт-Петербург  
2021



## **СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.08 ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (углубленная подготовка).

### **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина ОП.08 «Правовое обеспечение профессиональной деятельности» относится к базовой части общепрофессиональных дисциплин профессионального учебного цикла основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена 49.02.01 Физическая культура на базе основного общего образования.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта;
- защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством;
- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения;

**За счет вариативной части:** уметь защищать свои права в судебном порядке.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- основные положения Конституции Российской Федерации;
- права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации;
- понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности;
- основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта;
- правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта;
- социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта;
- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда;
- понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника;
- виды административных правонарушений и административной ответственности;
- нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров;

**За счет вариативной части:** знать - основы судебной защиты нарушенных прав.

### **1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций:**

#### **Общие компетенции (ОК):**

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





- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

**Профессиональные компетенции (ПК):**

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.
- ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
- ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
- ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
- ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
- ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
- ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.



ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

#### 1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 99 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 66 часов, в том числе за счет вариативной части 2 часа;

самостоятельной работы обучающегося 33 часа.

#### 1.6 Количество вариативных часов на освоение программы учебной дисциплины:

Вариативные часы (2 часа) направлены на расширение базовых знаний и умений, обеспечивающих соответствие требованиям профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24.12.2020 г. № 952н.

Трудовая функция	В результате освоения учебной дисциплины в рамках вариативных часов обучающийся должен уметь, знать	Дидактические единицы	Количество часов
Осуществление отбора обучающихся в группы и секции тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта, спортивным дисциплинам	<u>Знать</u> Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми	Тема 12. Защита нарушенных прав и судебный порядок разрешения	2



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние		
--	---	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>99</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего), в том числе</b>	<b>66</b>
практические занятия	32
В форме практической подготовки	32
В том числе за счет вариативной части	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>33</b>
в том числе: Углубленное изучение темы по дополнительным библиотечным и электронным источникам. Подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций.	
Итоговая аттестация в форме экзамена	тестирование



## 2.2 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Тема 1.</b> Основные положения Конституции РФ	<b>Содержание учебного материала.</b> Основы конституционного строя РФ. Форма государства, ее элементы: форма правления, форма государственного устройства, политический режим. Правовое государство: понятие и признаки. Понятие правового статуса личности. Виды прав человека. Права человека и права гражданина.	2	2
	<b>Практические занятия. №1</b> <b>Семинарское занятие: «Государственные органы РФ»</b> Анализ Федерального закона РФ «О правительстве РФ»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №1</b> <b>Тема: «Вопросы теории государства и права»</b> Заполнение схемы-таблицы. Изучение понятийного аппарата. Решение заданий	3	
<b>Тема 2.</b> Общая характеристика, система и принципы образовательного права	<b>Содержание учебного материала.</b> Предмет образовательного права. Государственная политика РФ в области образования. Задачи законодательства РФ в области образования; определение понятия образования; государственные гарантии прав граждан в области образования; общие требования приема в ОУ.	2	2
	<b>Практические занятия. №2</b> <b>Тема: «Образовательное право»</b> Анализ федерального закона «Об образовании в РФ» Подготовка эссе на тему «Если бы я был Министром образования РФ»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №2</b> <b>Тема: «Организационно-правовые формы юридических лиц в РФ»</b> Анализ содержания Гражданского кодекса РФ	3	
<b>Тема 3.</b> Физическая культура и спорт как объект государственного регулирования	<b>Содержание учебного материала.</b> Понятие, сущность, значение и современное состояние физической культуры и спорта. Основные направления государственной политики в области физической культуры и спорта. Понятие, методы, принципы спортивного права. Спортивные правоотношения.	2	2
	<b>Практические занятия. №3</b> <b>Тема: «Правовой статус спортсмена»</b> Составление таблицы.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №3</b>	3	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<b>Тема: «Состояние и развитие ФКС в Санкт-Петербурге»</b> Подготовка материалов о состоянии сферы ФКС в городе на основе данных Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга		
<b>Тема 4.</b> Правовое регулирование отношений в сфере физической культуры и спорта	<b>Содержание учебного материала.</b> Профессиональный спорт: понятие, значение и положения правового регулирования. Регулирование труда в профессиональном спорте. Социальные гарантии, социальная защита спортсменов и работников физкультурно-спортивных организаций. Правовой статус физкультурно-спортивных объединений и организаций. Понятия, общая характеристика и правовой статус физкультурно-оздоровительных, спортивных и спортивно-технических сооружений.	2	2
	<b>Практические занятия. №4</b> <b>Тема: «Виды спортивных организаций и объединений»</b> Анализ законодательства и практики спортивной деятельности в РФ	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №4</b> <b>Тема: «Трудовые правоотношения и основания их возникновения»</b> Составление схемы: «Структура трудового правоотношения».	3	
<b>Тема 5.</b> Правовое положение организаций в сфере физической культуры и спорта	<b>Содержание учебного материала.</b> Нормативно-правовые основы лицензирования, аккредитации и аттестации в сфере физической культуры и спорта. Сертификация спортивных товаров. Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта. Нормативно-правовые основы регулирования организации и проведения спортивных соревнований. Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.	3	2
	<b>Практические занятия. №5</b> <b>Тема: «Организация и проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий»</b> Составление схемы.	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №5</b> <b>Тема: «Правовое регулирование занятости и трудоустройства»</b> Решение задач	3	
<b>Тема 6.</b> Правовой статус субъектов физкультурно-спортивного движения в РФ	<b>Содержание учебного материала.</b> Правовой статус государственных органов управления физической культурой и спортом разного уровня (федерального, регионального, местного); Олимпийского комитета России; спортивных федераций и иных общественных объединений физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности. Социально-правовой статус индивидуальных субъектов: спортсменов, педагогов по физической культуре, тренеров и организаторов физической культуры и спорта.	4	2



	<b>Практические занятия. №6</b> <b>Тема: «Устав и учредительный договор спортивной организации»</b> Составление примерной формы устава и учредительного договора	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №6</b> <b>Тема: «Трудовой договор»</b> Решение задач	3	
<b>Тема 7. Основы трудового права</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Виды трудовых отношений. Субъекты трудового правоотношения. Основания возникновения, изменения, прекращения, трудового правоотношения. Понятие субъектов трудового права. Трудовая правоспособность и дееспособность. Работники, работодатели, трудовой коллектив как субъекты трудового права.	4	2
	<b>Практические занятия. №7</b> <b>Тема: «Рабочее время и время отдыха»</b> Работа с практическими ситуациями	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №7</b> <b>Тема: «Рабочее время и время отдыха»</b> Решение задач	3	
<b>Тема 8. Трудовой договор, порядок его заключения и основания прекращения</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Понятие и значение трудового договора как главной формы реализации гражданами своего права на труд. Стороны трудового договора. Существенные и факультативные условия трудового договора. Порядок заключения трудового договора. Гарантии при приеме на работу. Изменение условий трудового договора. Общие основания прекращения трудового договора.	2	2
	<b>Практические занятия. №8</b> <b>Тема: «Трудовой договор»</b> Оформить трудовой договор на основе типового	3	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся №8</b> <b>Тема: «Трудовой договор»</b> Составление трудового договора на основе типового	3	
<b>Тема 9. Правовое регулирование оплаты труда</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Понятие оплаты труда. Правовое регулирование заработной платы, ее составные элементы. Системы заработной платы. Оплата труда при отклонении от нормальных условий труда.	2	2
	<b>Практические занятия. №9</b>	3	



		<b>Тема: «Зарботная плата»</b> Работа с практическими ситуациями		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся №9</b> <b>Тема: «Зарботная плата»</b> Решение задач	<b>3</b>	
<b>Тема</b> Дисциплинарная материальная ответственность работников	<b>10.</b> и	<b>Содержание учебного материала.</b> Понятие и значение трудовой дисциплины. Общая и специальная трудовая дисциплина. Нормативные акты, регулирующие трудовую дисциплину. Дисциплинарная ответственность работников: понятие, состав, виды дисциплинарных взысканий. Порядок привлечения работников к дисциплинарной ответственности. Понятие материальной ответственности, основания привлечения. Ограниченная и полная материальная ответственность. Порядок определения и возмещения ущерба.	4	
		<b>Практические занятия. №10</b> <b>Тема: «Дисциплина труда»</b> Работа с практическими ситуациями	3	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся №10</b> <b>Тема: «Материальная ответственность сторон трудового договора»</b> Решение задач	<b>2</b>	
<b>Тема</b> Административные правонарушения административная ответственность	<b>11.</b> и	<b>Содержание учебного материала.</b> Понятие и состав административного правонарушения. Административная ответственность как вид юридической ответственности: понятие, признаки. Административные взыскания: понятие, виды. Кодекс РФ об административных правонарушениях. Основания и порядок привлечения к административной ответственности.	4	2
		<b>Практические занятия. №11</b> <b>Тема: «Административные правонарушения»</b> Тематический план, таблица, схема	2	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся №11</b> <b>Тема: «Защита трудовых прав граждан»</b> Решение задач	<b>2</b>	
<b>Тема</b> нарушенных судебный разрешения	<b>12.</b> Защита прав и порядок	<b>Содержание учебного материала.</b> Юридические механизмы защиты прав и свобод гражданина. Административный порядок обжалования актов или действий (бездействия) органов государственного управления и должностных лиц. Понятие правосудия, его принципы. Судебная система РФ, ее структура.	3	2





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<b>Из вариативной части (1 час)</b> Иск. Исковая давность. Форма искового заявления. Порядок рассмотрения судебных споров.		
<b>Практические занятия. №12</b> Тема: «Решение ситуационных правовых задач». Решение правовых задач. <b>Из вариативной части (1 час)</b> Практика защиты нарушенных прав в суде (в сфере Физической культуры и спорта)	3	
<b>Самостоятельная работа обучающихся №12</b> Тема: «Административное правонарушение» Поиск кейсов об административных нарушениях в сфере образования, физической культуры и спорта.	2	
<b>Всего:</b>	<b>99</b>	

Для характеристики уровня усвоения учебного материала используются следующие обозначения:

**1 - ознакомительный** (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

**2 - репродуктивный** (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

**3 - продуктивный** (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен учебный кабинет «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин».

Оборудование учебного кабинета и технические средства обучения:

- комплект учебно-методической документации;
- комплекты учебно-наглядных пособий по разделам дисциплины;
- компьютер с лицензионным ПО и свободным доступом к сети Интернет;
- проектор, проекционный экран;
- интерактивная доска.

#### **Информационное обеспечение обучения (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)**

Основные источники:

1. Румынина В.В. Правовое обеспечение профессиональной деятельности: учебник для студ. Учреждений сред. проф. обр. /В.А. Румынина. – М.: ИЦ «Академия», 2016. – 224 с.

Интернет-ресурсы:

1. ЭБС «Академия»



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, устного опроса по выполнению обучающимися индивидуальных и групповых заданий, сообщений, докладов, рефератов, презентаций в ходе самостоятельной работы.

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Методы и средства контроля и оценки текущей успеваемости
		умения	знания	
<b>Тема 1.</b> Основные положения Конституции РФ	ОК 1. ОК 2 ОК 3. ОК 4. ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;	- основные положения Конституции Российской Федерации; - права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации; - понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности;	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы
<b>Тема 2.</b> Общая характеристика, система и принципы образовательного права	ОК 1. ОК 2 ОК 3. ОК 4. ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ;	- права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации; - основные законодательные акты и нормативные документы,	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта;	
<b>Тема 3.</b> Физическая культура и спорт как объект государственного регулирования	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 1.7 ПК 1.8 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 2.6	защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ; анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	- основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта; - правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта; - социально- правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта;	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы
<b>Тема 4.</b> Правовое регулирование отношений в сфере физической культуры и спорта	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 1.7 ПК 1.8 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 2.6	защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ; анализировать и оценивать результаты и последствия действий	- основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта; - правовое положение	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4 ПК 3.5	(бездействия) с правовой точки зрения	коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта;	
<b>Тема 5.</b> Правовое положение организаций в сфере физической культуры и спорта	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 1.7 ПК 1.8 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 2.6	использовать нормативные правовые документы, регламентирующи е деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	- правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта; - социально- правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта; - порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда;	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы
<b>Тема 6.</b> Правовой статус субъектов физкультурно- спортивного движения в РФ	ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 1.7 ПК 1.8 ПК 2.1 ПК 2.2 ПК 2.3 ПК 2.4 ПК 2.5 ПК 2.6	использовать нормативные правовые документы, регламентирующи е деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;	- понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных объединений физкультурно- спортивной направленности; - основные законодательные акты и нормативные	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

			документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта; - социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта;	
<b>Тема 7. Основы трудового права</b>	ОК 1. ОК 2 ОК 3. ОК 4. ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством; анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда; - понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; - виды административных правонарушений и административной ответственности; - нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы
<b>Тема 8. Трудовой договор, порядок его заключения и</b>	ОК 1. ОК 2 ОК 3. ОК 4.	использовать нормативные правовые документы,	- порядок заключения трудового договора и	Экспертная оценка выполнения практических



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

основания прекращения	ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	регламентирующей деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ;	основания его прекращения; - правила оплаты труда; - понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; - виды административных правонарушений и административной ответственности; - нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.	занятий, самостоятельной работы
<b>Тема 9.</b> Правовое регулирование оплаты труда	ОК 1. ОК 2 ОК 3. ОК 4. ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	использовать нормативные правовые документы, регламентирующей деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ; анализировать и оценивать результаты и	- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда; - понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; - виды административных правонарушений и административной ответственности; - нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	и судебный порядок разрешения споров.	
<b>Тема 10.</b> Дисциплинарная и материальная ответственность работников	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ; анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда; - понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; - виды административных правонарушений и административной ответственности; - нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы
<b>Тема 11.</b> Административные правонарушения и административная ответственность	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5 ОК 6 ОК 7. ОК 8 ОК 9 ОК 10	использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в	- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда; - понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; - виды административны	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

		соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ; анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения	х правонарушений и административной ответственности; - нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.	
<b>Тема 12.</b> Защита нарушенных прав и судебный порядок разрешения	ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК 10	использовать нормативные правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданским процессуальным и трудовым законодательством ; защищать свои права в судебном разбирательстве.	- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения; - правила оплаты труда; - понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника; - виды административных правонарушений и административной ответственности; - нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров; - правила и приемы судебной защиты.	Экспертная оценка выполнения практических занятий, самостоятельной работы



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

<b>Форма</b>	<b>Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины</b>
<i>Экзамен</i>	Контрольно-оценочные средства (тестовые задания)



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.15  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.09 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ**

Санкт-Петербург  
2021



## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.09 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка).

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ: профессиональный цикл.**

### **1.3 Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь**:

- У1 применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности;
- У2 проводить биомеханический анализ двигательных действий;

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать**:

- З1 основы кинематики и динамики движений человека;
- З2 биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- З3 биомеханику физических качеств человека;
- З4 половозрастные особенности моторики человека;
- З4 биомеханические основы физических упражнений.

Содержание учебной дисциплины ориентировано на подготовку обучающихся к овладению профессиональными компетенциями (ПК):

ПК 1.1 - Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия;

ПК 1.2 -Проводить учебно-тренировочные занятия;

ПК 1.3 -Руководить соревновательной деятельностью спортсменов;

ПК 1.4 - Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях;

ПК 1.5 - Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью;

ПК 1.6- Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;

ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь;

ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1 - Определять цели задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными группами населения;

ПК 2.2 - Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности;

ПК 2.3 - Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия;

ПК 2.4 - Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивные мероприятия и занятий;

ПК 2.5 - Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом;

ПК 2.6 - Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурноспортивные мероприятия и



занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом;

ПК 3.1 - Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

В процессе освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы общие компетенции (ОК):

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

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

ОК 3 - Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях;

ОК 4 - Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития;

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

ОК 6 - Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами;

ОК 7 - Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно - тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и знаний;

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

ОК 9 - Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий;

ОК 10 - Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся;

#### **1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 90 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 60 часов; самостоятельной работы обучающегося 30 часов.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И РАБОЧЕЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной деятельности	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	90
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	60
в том числе:	
лабораторные занятия	
практические занятия	10
контрольные работы	1
курсовая работа	10
В форме практической подготовки	60
самостоятельная работа студента (всего)	30
в том числе:	
Самостоятельная работа над курсовой работой	11
реферат, расчетно-графическая работа, конспектирование	
Промежуточная аттестация в форме экзамена	



## 2.2. Рабочий тематический план и содержание учебной дисциплины Основы биомеханики

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1.1 Предмет и история биомеханики	<b>Содержание учебного материала</b> Биомеханика как наука и учебная дисциплина. Человек как механическая система, особенности его движения. Цель и задачи спортивной биомеханики.	2	2
	Самостоятельная работа 1. Подготовка конспекта «Современный этап развития биомеханики спорта»	2	
Тема 1.2 Биомеханические характеристики человека и его движений	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Кинематические характеристики. Основные понятия кинематики: путь, перемещение, скорость, ускорение. Поступательное и вращательное движение. Линейные и угловые характеристики. 2. Динамические характеристики. Основные понятия и законы динамики. Сила тяжести, вес тела. Упругая деформация, трение. Внутренние и внешние силы. 3. Энергетические характеристики. Механическая работа и энергия при движениях человека. Рекуперация энергии. Закон сохранения энергии.	6	2
	<b>Практическое занятие</b> 1. Анализ основных действующих внутренних и внешних сил. Вес звеньев человека и положение их центра тяжести 2. Использование кинетической и потенциальной энергии во время физических нагрузок. Изометрический режим работы мышц.	2	
		1	
		1	
	Самостоятельная работа 2. Определение энергозатрат на выполнение двигательных действий человека. 3. Составить тест по вопросам: кинематика ходьбы и бега; динамика ходьбы и бега	8 4 4	
Тема 1.3 Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Биомеханические звенья тела как рычаги и маятники. Свойства костей. Степени и связи свободы. 2. Биомеханика мышц. Строение и функции мышц. 3. Геометрия масс тела человека и способы ее определения. 4. Момент инерции. Воздействие физических факторов на человека.	8	2
	<b>Практическое занятие</b> 3. Биомеханика двигательного аппарата человека. Методы биомеханических исследований и контроля в физическом воспитании и спорте.	2 1	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	4. Биомеханика локомоций (движений) человека. Виды локомоций. Возрастная биомеханика	1	
	Самостоятельная работа 4. Составить тест по вопросам: строение и функции мышц; биомеханика мышц; структура двигательного аппарата	6	
Тема 1.4 Основы биомеханического контроля	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Измерения в биомеханике 2. Технические средства и методики измерений.	4	2
	Самостоятельная работа 5. Составить тест по вопросам: методы биомеханических исследований и контроля в физическом воспитании и спорте	4	
Тема 1.5 Биомеханические особенности моторики человека	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Биомеханические особенности моторики. Индивидуальные и групповые особенности. 2. Биомеханика двигательных качеств человека. 3. Биомеханические основы выносливости, гибкости.	6	2
	<b>Практическое занятие</b> 5. Биомеханика двигательного аппарата человека. Индивидуальные особенности моторики. 6. Биомеханика двигательных качеств.	2	
		1	
		1	
	Самостоятельная работа 6. Составить кроссворд по теме индивидуальные и групповые особенности моторики человека	2	
Тема 1.6 Биомеханические аспекты формирования и совершенствования двигательных действий человека	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Нервные механизмы двигательной активности (внутренняя система управления) 2. Двигательные (моторные) программы 3. Спортивно-техническое мастерство. Моторная и сенсорная функции мышц при выполнении спортивных движений. 4. Биомеханические упражнения прогрессирующей сложности. Биомеханические черты спортивного мастерства.	8	2
	<b>Практическое занятие</b> 7. Показатели спортивно-технического мастерства.	2	
	Самостоятельная работа 7. Составить кроссворд по теме моделирование движений	2	
Тема 1.7 Биомеханика различных видов движений человека	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Движение вокруг осей. Вращение в суставе. 2. Биомеханика ходьбы и бега. Передвижение с опорой на воду. Передвижение со скольжением.	6	2





	3. Опорные взаимодействия. Взаимодействие в системе «спортсмен – обувь – покрытие». Взаимодействие спортсменов со спортивными снарядами.		
	<b>Практическое занятие</b> 8. Установление фазового состава двигательного действия	<b>2</b>	
<b>Курсовая работа</b>	<b>Темы курсовых работ:</b> 1. Биомеханический фактор повышения уровня надежности спортивной деятельности. 2. Биомеханический анализ техники избранного вида спорта. 3. Оценка биомеханики физических упражнений, входящих в программу физического воспитания школьников. 4. Перемещающие движения в двигательной деятельности в избранном виде спорта. 5. Возрастные диапазоны двигательных действий. 6. Применение биомеханических методов для изучения и совершенствования учебно-тренировочного процесса. 7. Возрастные особенности моторики в избранном виде спорта. 8. Измерение работы и энергии при движениях человека в избранном виде спорта. 9. Биомеханические черты спортивного мастерства в избранном виде спорта. 10. Противоречия совершенствования в движениях и их разрешение средствами биомеханики в избранном виде спорта. 11. Противоречия обучения движениям и их разрешение средствами биомеханики в избранном виде спорта. 12. Биомеханический контроль в избранном виде спорта. 13. Пути совершенствования техники движений в избранном виде спорта. 14. Биомеханические принципы оптимизации спортивных действий в избранном виде спорта. 15. Методики развития мышечной силы в избранном виде спорта. 16. Методики развития быстроты реакции в избранном виде спорта. 17. Методики развития выносливости в избранном виде спорта. 18. Биомеханическое обоснование режимов тренировочных нагрузок в избранном виде спорта. 19. Биомеханические аспекты силовых способностей. 20. Биомеханика силовых упражнений. 21. Строение и функции биомеханической системы двигательного аппарата. 22. Методы обучения технике двигательного действия в избранном виде спорта. 23. Методика углубленного разучивания двигательного действия в избранном виде спорта. 24. Оценка технической подготовленности в избранном виде спорта. 25. Влияние размеров и пропорций тела человека на его моторику в избранном виде спорта.	<b>10</b>	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>8. Самостоятельная работа над курсовой работой Выбор темы. Составление плана. Анализ источников и научной литературы. Оформление текста.</p>	6	
--	---	---	--



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета Анатомии и физиологии человека.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся,
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- телевизор;
- медиапроектор;

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основная литература:**

1. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Г.И. Попов, А.В. Самсонова, - М.: "Академия", 2013 - 320с.

##### **Дополнительная литература**

1. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования/ И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. – 10-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 496 с.

2. Проскурина И.К. Биохимия: учеб. для студ. учреждений высш. образования/ И.К. Проскурина. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 336 с. – (Сер. Бакалавриат).



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Наименование тем	Код формируемой компетенции	Результат освоения (умения и знания)		Формы контроля текущей успеваемости
		уметь	знать	
Тема 1.1 Предмет и история биомеханики	ОК 1 ОК 4 ОК 8 ПК.1.3 ПК.1.4 ПК.2.2	применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности	биомеханику физических качеств человека	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы
Тема 1.2 Биомеханические характеристики человека и его движений	ОК 4 ОК 5 ОК 8 ОК 9 ПК.1.1 ПК.1.3 ПК.1.4 ПК.1.5 ПК.1.6 ПК.1.7 ПК.2.3 ПК.2.4	применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности; проводить биомеханический анализ двигательных действий	основы кинематики и динамики движений человека; биомеханические характеристики двигательного аппарата человека; биомеханику физических качеств человека	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы
Тема 1.3 Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека	ОК 4 ОК 5 ОК 9 ПК.1.1 ПК.1.4 ПК.2.5	применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности; проводить биомеханический анализ двигательных действий	основы кинематики и динамики движений человека; биомеханические характеристики двигательного аппарата человека; биомеханику физических качеств человека; половозрастные особенности моторики человека	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы
Тема 1.4 Основы биомеханического контроля	ОК 4 ОК 5 ОК 9 ПК.1.1	проводить биомеханический анализ	половозрастные особенности моторики человека; биомеханические	Экспертная оценка выполнения практических



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	ПК.1.3 ПК1.4 ПК1.8	двигательных действий	основы физических упражнений	заданий, самостоятельной работы
Тема 1.5 Биомеханические особенности моторики человека	ОК 4 ОК 5 ОК 8 ОК 9 ПК.1.1 ПК.1.3 ПК.1.4 ПК.3.1	проводить биомеханический анализ двигательных действий	биомеханические основы физических упражнений	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы
Тема 1.6 Биомеханические аспекты формирования и совершенствован ия двигательных действий человека	ОК 4 ОК 5 ОК9 ПК.1.1 ПК1.3 ПК1.4 ПК.1.5 ПК1.6 ПК.1.7 ПК.2.3 ПК.2.4	применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности; проводить биомеханический анализ двигательных действий	основы кинематики и динамики движений человека; биомеханические характеристики двигательного аппарата человека; биомеханику физических качеств человека; половозрастные особенности моторики человека; биомеханические основы физических упражнений	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы
Тема 1.7 Биомеханика различных видов движений человека	ОК 2 ОК 4 ОК 5 ОК 8 ОК 9 ОК 10 ПК.1.1 ПК.1.3 ПК.1.4	применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности; проводить биомеханический анализ двигательных действий	основы кинематики и динамики движений человека; биомеханические характеристики двигательного аппарата человека; биомеханику физических качеств человека; половозрастные особенности моторики человека; биомеханические основы физических упражнений	Экспертная оценка выполнения практических заданий, самостоятельной работы

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Экзамен	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.16  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Санкт-Петербург  
2021



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

стр.

- 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

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

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина **ОП.10 «Безопасность жизнедеятельности»** входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

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

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:**

31 принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

32 основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

33 основы военной службы и обороны государства;

34 задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

35 способы защиты населения от оружия массового поражения;

36 меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

37 организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

38 основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

39 область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

310 порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:**

У1 организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

У2 предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

У3 использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

У4 применять первичные средства пожаротушения;

У5 ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

У6 применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

У7 владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

У8 оказывать первую помощь пострадавшим;

**1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов,
- практической работы обучающегося 12 часа.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	102
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	68
в том числе:	
практические работы	12
В форме практической подготовки	12
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	34
в том числе:	
реферат	4
с дополнительной литературой	10
презентация	4
сообщения	-
конспекты	6
работа с интернет-источниками	8
решение задач	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>РАЗДЕЛ 1. Гражданская оборона и защита при чрезвычайных ситуациях</b>		<b>50</b>	
Тема 1. 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.	1	2
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1.Права и обязанности граждан в области защиты населения и территорий от ЧС 2.Режимы функционирования РСЧС.	2	
Тема 1. 2. Гражданская оборона	Организация гражданской обороны. Гражданская оборона в колледже. Современные средства поражения. Ядерное и термоядерное оружие. Оружие, основанное на новых физических принципах. Химическое и биологическое оружие Средства коллективной защиты от современных средств поражения Средства индивидуальной защиты от ОМП. Приборы радиационной и химической разведки и контроля	11	2
	<b>Практические занятия №1</b> Отработка нормативов по надеванию СИЗ органов дыхания (противогазов, респираторов, марлевых повязок) и СИЗ кожи (ОЗК и Л-1).	2	
	<b>Практическое занятие №2</b> Работа с приборами радиационной и химической разведки и контроля		
	Самостоятельная работа обучающихся: составить презентацию 1. Средства и способы защиты человека от ОВ 2. Современные приборы радиационной и химической разведки и контроля	4	
Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях	Защита при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грезах. Защита при снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях и оползнях. Защита при наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах	4	2
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Мероприятия, проводимые при наводнении: -при угрозе наводнения;	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	-во время наводнения; -после наводнения.		
Тема 1.4. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте	Защита при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах). Защита при авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте.	4	2
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Действия при авариях на железнодорожном транспорте. 2. Действия при авариях на водном транспорте.	2	2
Тема 1.5. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах	Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных объектах Защита при авариях (катастрофах) на взрывоопасных объектах Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамически опасных объектах Защита при авариях (катастрофах) на химически опасных объектах Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных объектах.	6	2
	Практические занятия	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Действия при аварии с выбросом хлора. Первая помощь при поражении хлором. 2. Действия при аварии с выбросом аммиака. Первая помощь при поражении аммиаком.	2	
Тема 1.6. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке	Признаки неблагоприятной экологической обстановки - загрязнение почвы, водных ресурсов и атмосферы вредными веществами, разрушение озонового слоя Земли, резкое изменение климата и их влияние на жизнь людей.	2	2
	Практические занятия	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Источники электромагнитного загрязнения среды и способы защиты от их воздействия	2	
Тема 1.7. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке	Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков. Правила поведения при угрозе террористического акта	4	2
	Практические занятия	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся Решение ситуационных задач: №1: «Ваши действия при обнаружении подозрительных предметов» №2 «Ваши действия в случае захвата вас в заложники». №3: «Ваши действия в случае проведения силовых действий по обезвреживанию террористов». №4: «Ваши действия при угрозе взрыва».	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	№5: «Ваши действия при получении информации о готовящемся террористическом акте». №6: «Ваши действия в случае совершения террористическом акта»		
<b>РАЗДЕЛ 2.</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>50</b>	
Тема 2.1. Вооруженные Силы России на современном этапе	Состав и организационная структура Вооруженных Сил РФ Виды Вооруженных Сил и рода войск Система руководства и управления Вооруженными Силами РФ. Воинская обязанность и комплектование ВС личным составом Порядок прохождения военной службы	8	2
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся: Написать реферат: 1. Техника и вооружение мотострелковых войск.	4	
Тема 2.2. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Военная присяга Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Поощрения и дисциплинарные взыскания, применяемые к солдатам.	6	2
	Практические занятия	-	-
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Военная присяга о морально-боевых качествах российских воинов. 2. Уголовная ответственность за нарушение правил взаимоотношений между военнослужащими	4	
Тема 2.3. Строевая подготовка	Строй и управление ими	2	2
	Практические занятия <b>Практическое занятие №3</b> Движение строевым и походным шагом. Повороты в движении <b>Практическое занятие №4</b> Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении <b>Практическое занятие №5</b> Выход из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него <b>Практическое занятие №6</b> Действия в строях отделения взвода	4	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 2.4. Огневая подготовка	Материальная часть АКМ-74 Подготовка автомата к стрельбе. Ведение огня из автомата. Ручные осколочные и кумулятивные гранаты	4	2
	Практические занятия <b>Практическое занятие №7</b> Отработка и сдача нормативов по не полной разборке и сборке автомата <b>Практическое занятие №8</b> Выполнение упражнения начальных стрельб аз АК74 в оптико-электронном типе	2	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат Ф-1, РГ-42, РГД-5, РГО, РГН и противотанковой гранаты РКГ-3	4	
Тема 2.5. Медико-санитарная подготовка	Общие сведения о ранах, способах остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей.	4	2
	Практические занятия <b>Практическое занятие №9</b> Отработка на тренажёре приемов сердечно-легочной реанимации	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: 1. Первая помощь при поражении электрическим током. 2. Первая помощь при термических ожогах. 3. Первая помощь при пищевом отравлении	4	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	
	<b>Итого</b> аудиторной нагрузки самостоятельной работы	<b>102</b> 68 34	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины осуществляется в учебном кабинете «Безопасность жизнедеятельности».

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя (стол, компьютер, интерактивная доска);
- наглядные пособия;
- электронные учебные пособия

##### Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в интернет, мультимедийный проектор, принтер, сканер, телевизор.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности. Ю.Г. Сапронов, 2012 г., изд. «Академия».

##### Дополнительная литература:

1. Огневая подготовка из стрелкового оружия. Ю.Л. Чирич, 2012 г., изд. ВКА им. А.Ф. Можайского.
2. Ежемесячный журнал. ОБЖ. Основы Безопасности Жизнедеятельности.
3. ЭУМК
4. Интернет ресурсы



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### 4.1 Методы контроля и оценки текущей успеваемости

Наименование тем	Результат освоения (умения и знания)		Формы контроля текущей успеваемости
	уметь	знать	
Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных бедствиях	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
Тема 1.2 Гражданская оборона	использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения	задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения	Экспертная оценка выполнения практических заданий и самостоятельной работы
Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; применять первичные средства пожаротушения;	- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
Тема 1.4. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте	предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 1.5. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах	предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
Тема 1.6. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
Тема 1.7. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке	предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий в условиях противодействия терроризму	Экспертная оценка выполнения практических заданий и самостоятельной работы
Тема 2.1. Вооруженные Силы России на современном этапе	ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии	- основы военной службы и обороны государства; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения. Состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Тема 2.2. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.	применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией; владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы	Экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
Тема 2.3. Строевая подготовка	способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы	Экспертная оценка выполнения практических заданий и самостоятельной работы
Тема 2.4. Огневая подготовка	владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения	Экспертная оценка выполнения практических заданий и самостоятельной работы
Тема 2.5. Медико-санитарная подготовка	оказывать первую помощь пострадавшим	- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Экспертная оценка выполнения практических заданий и самостоятельной работы

#### 4.2 Промежуточная аттестация обучающихся

Форма	Средства контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
Дифференцированный зачет	Контрольно-оценочные средства



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение Ш.1  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ УП.01**

Санкт-Петербург  
2021



**СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ .....	
2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ ПМ.01 .....	
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ.....	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ.....	



## • ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРАКТИКЕ

### 1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной практики по профессиональному модулю ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта (далее рабочая программа практики) – является частью образовательной программы среднего профессионального образования по специальности **Физическая культура** в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

### 1.2 Цели и задачи программы практики – требования к результатам освоения профессионального модуля

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями, обучающийся в ходе освоения программы практики должен:

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен **иметь практический опыт:**

– анализа учебно-тематических планов и процесса учебно- тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

– определения цели и задач, планирования и проведения, учебно- тренировочных занятий;

– применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

– проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;

– наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

– тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

– собственного спортивного совершенствования;

– ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

– исполнения обобщенных трудовых функций G «Организация судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования», D «Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по завершению соревнований» профессионального стандарта «Спортивный



судья» с учетом квалификационных требований к спортивным судьям по футболу  
**уметь:**

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;
- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня

**знать:**

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
- основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;
- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
- способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;
- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;
- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;




Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

– разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

– технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта;

Процесс прохождения учебной практики направлен на закрепление элементов профессиональных (ПК) и общих (ОК) компетенций в соответствии с ФГОС СПО по данному направлению подготовки:

Код	Наименование результата обучения
ПК1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия
ПК 1.3	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами

	<p style="text-align: center;">Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Малоохтинский колледж»</p>
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно- спортивной деятельности

**1.3. Количество часов на освоение рабочей программы практики:**

учебная практика – 36 часов.

Программа практики реализуется в форме практической подготовки.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ ПМ.01

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>РАЗДЕЛ 1. Организационно-ознакомительная работа</b>		<b>8</b>	
Тема 1.1 Нормативные акты об организации и проведении учебно-тренировочных занятий, занятий по физической подготовке футбольного арбитра	<b>Виды работ:</b> - разбор и анализ планов учебно-тренировочных занятий, занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - составление плана тренировочного процесса; - прохождение инструктажа по технике безопасности, предупреждению травматизма и оказанию первой помощи	4	
Тема 1.2 Организация учебно-тренировочного процесса по футболу, занятий по физической подготовке футбольного арбитра	<b>Виды работ:</b> - просмотр и анализ учебно-тренировочных занятий по футболу, занятий по физической подготовке футбольного арбитра; - выполнение анализа учебно-тренировочных занятий по футболу, занятий по физической подготовке футбольного арбитра	4	
<b>РАЗДЕЛ 2. Методическая работа</b>		<b>8</b>	
Тема 2.1 Методические учебно-тренировочные материалы	<b>Виды работ:</b> - разработка и оформление конспектов учебно-тренировочных занятий по футболу; - систематизация учебно-тренировочных материалов, определение цели и задач учебно-тренировочного занятия по футболу	4	
Тема 2.2 Организация физической подготовки футбольного арбитра	<b>Виды работ:</b> - разработка и оформление конспектов занятий по физической подготовке футбольного арбитра	4	
<b>РАЗДЕЛ 3. Учебная работа</b>		<b>8</b>	
Тема 3.1 Организация учебно-тренировочных занятий по футболу и занятий по физической подготовке футбольного арбитра.	<b>Виды работ:</b> - проведение учебно-тренировочных занятий по футболу; - проведение занятий по физической подготовке футбольного арбитра	4	
Тема 3.2 Рефлексия профессиональной деятельности.	<b>Виды работ:</b> - самоанализ учебно-тренировочных занятий по футболу;	4	





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	- самоанализ занятий по физической подготовке футбольного арбитра		
<b>РАЗДЕЛ 4. Судейство. Осуществление судейства футбольного матча</b>		<b>11</b>	
Тема 4.1 Оформление документации, обеспечивающей соревновательный процесс по футболу	<b>Виды работ:</b> - заполнение протокола матча	3	
Тема 4.2 Судейство соревнований по футболу	<b>Виды работ:</b> - выявление фактов нарушений Правил игры в футбол; - принятие решений по нарушениям Правил; - анализ событий и технических действий участников соревнований по футболу	8	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	



• **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

**3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы практики предполагает наличие спортивного комплекса.

*Спортивный инвентарь и оборудование* для проведения занятий по избранному виду спорта.

**3.2 Информационное обеспечение обучения.**

**Основная литература:**

1. Богданов А.И., Будогосский А.Д. и др. Третья Общероссийская обучающая Программа Футбол. Правила игры 2014 – 2015. Power Point. 1500 проекционных слайдов. 492 видеослайда. «Центр – «Футбольный арбитр», М., 2014 – 12 с.+CD.

2. Будогосский А.Д., Васильев А.С., Крикун А.Р., Орлов П.В., Турбин Е.А. Настольная книга тестов для футбольного арбитра с диском интерактивного опроса. Издание второе дополненное, «Центр – «Футбольный арбитр», М., 2014, 175 с.+CD.

**Профильные периодические издания:**

- 1 «Спорт-экспресс»
- 2 «Физическая культура. Всё для учителя»
- 3 «Физкультура и спорт»
- 4 «Физическое воспитание и спортивная тренировка»
- 5 «Футбол – хоккей»

**Интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Академия».

**3.3 Общие требования к организации образовательного процесса**

Учебная практика проводится под руководством руководителя практики (педагога), имеющего высшее педагогическое образование по профилю специальности и осуществляющего обучение по дисциплинам профессионального цикла и междисциплинарным курсам. Обучающимся, предоставляется база практики, инвентарь и оборудование. Проводятся консультации преподавателями и руководителями практики.

**3.4 Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю модуля «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий, и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта» и специальности «Физическая культура».



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения занятий учебной практики и позволяют оценить сформированность у обучающихся профессиональных компетенций.

Результаты обучения (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	<ul style="list-style-type: none"><li>- определяет цели и задачи, планирует учебно-тренировочные занятия с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li><li>- использует различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий, строит их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;</li><li>- определяет цель, задачи, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта в соответствие с этапами многолетнего планирования;</li><li>- учитывает теоретические и методические основы планирования физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;</li><li>- анализирует мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике
ПК 1.2. Проводить учебно- тренировочные занятия	<ul style="list-style-type: none"><li>- применяет способы и приемы страховки и само страховки с учетом специфики избранного вида спорта;</li><li>- владеет методическими основами обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;</li><li>- использует различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств в соответствие с целью и задачами учебно-</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>тренировочного занятия;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- устанавливает педагогически целесообразные взаимоотношения с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li><li>- осуществляет подготовку к проведению учебно-тренировочных занятий в соответствии с методическими требованиями;</li><li>- использует собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</li><li>- использует методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств с учетом специфики избранного вида спорта.</li></ul>	
<p>ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- осуществляет судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;</li><li>- использует теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований с учетом специфики избранного вида спорта;</li><li>- учитывает организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов с учетом специфики избранного вида спорта.</li><li>- владеет основами организации соревновательной деятельности и системы соревнований в избранном виде спорта;</li><li>- мотивирует спортсменов для занятий избранным видом спорта, используя условия и способы формирования и развития состязательной нацеленности спортсмена</li></ul>	<p>Анализ и оценка выполнения индивидуальных работ по учебной и производственной практике</p>
<p>ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- характеризует методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях с учетом специфики</li></ul>	<p>Анализ и оценка выполнения индивидуальных работ по учебной и</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	избранного вида спорта. - проводит педагогический контроль на занятиях и соревнованиях в соответствии с уровнем квалификации спортсменов; - использует различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строит их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся. - проводит оценку уровня различных сторон подготовленности занимающихся с учетом специфики избранного вида спорта.	производственной практике
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	- анализирует учебно-тематические планы и процесс учебно-тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов, разрабатывает предложения по его совершенствованию в соответствии с обозначенными целью и задачами; - осуществляет наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий, обсуждает отдельные занятия в диалоге с сокурсниками руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разрабатывает предложения по их совершенствованию и коррекции в соответствии с требованиями к организации педагогического контроля. - оценивает процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности в соответствии с поставленными задачами подготовки спортсменов.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	- характеризует систему спортивного отбора и спортивной ориентации с учетом специфики избранного вида спорта. - использует различные критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности с учетом специфики избранного вида спорта.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и	- выделяет разновидности физкультурно-спортивных	Экспертная оценка выполнения



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации с учетом специфики избранного вида спорта; - подбирает и использует спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся. - объясняет и соблюдает технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю с учетом специфики избранного вида спорта.	индивидуальных работ по учебной практике
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	- определяет виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов с учетом специфики избранного вида спорта. - ведет документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов в соответствии с требованиями к ее оформлению в избранном виде спорта.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике

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

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	- наличие положительных отзывов по итогам учебной и производственной практики; - участие в профориентационной деятельности; - участие в тематических мероприятиях	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	- рациональное планирование собственной профессиональной деятельности с учетом поставленных задач; - выбор наиболее эффективных образовательных методик с учетом вида образовательного	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	учреждения и индивидуальных особенностей занимающихся; - своевременность выполнения заданий; - самооценка эффективности выполнения профессиональных задач в соответствии с современными требованиями в области физической культуры	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	- определение возможных рисков в профессиональной деятельности; - демонстрация способности принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях; - самоанализ и коррекция собственной деятельности в определенной рабочей ситуации	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	- оперативный поиск, отбор и анализ документов, определяющих содержание и регламентирующую профессиональную деятельность в области физкультурного образования. - использование полученной информации для эффективного выполнения профессиональных задач. - выстраивание индивидуальных образовательных маршрутов профессионального и личностного развития	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	- работа с различными видами информации; - владение различными способами самостоятельного поиска информации в сфере физической культуры и спорта; - результативное использование ИКТ для совершенствования профессиональной деятельности	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами	- участие в коллективном принятии решений при выборе наиболее эффективных путей выполнения работы; - аргументированное представление и отстаивание	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	своего мнения с соблюдением этических норм; - степень владения навыками бесконфликтного общения; - успешность взаимодействия с обучающимися, преподавателями в ходе обучения, с руководителями и методистами производственной	учебной практике
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	- обоснованность постановки цели и выбора методов и приемов, направленных на формирование мотивации обучающихся. - применение различных методов организации и контроля мотивации деятельности обучающихся - ответственность за качество разработки и проведения занятий и внеклассных мероприятий	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике Экспертная оценка самоанализа деятельности обучающихся
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- участие в работе студенческого самоуправления, творческих конкурсах; научно-практических конференциях, спортивных соревнованиях, олимпиадах и т.д.	Экспертная оценка достижений обучающихся. Наличие наградных документов, знаков, званий
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	- презентация результатов собственных исследований на научно-практических конференциях и конкурсах. - использование элементов современных образовательных технологий в процессе производственной практики	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	- выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей в период, учебной, производственной и преддипломной практик. - адекватность выбора форм и методов организации и проведения занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий для профилактики травматизма, охраны жизни и здоровья детей	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике, экспертная оценка проведенных мероприятий
ОК 11. Строить профессиональную деятельность	- выстраивание отношений с обучающимися на основе	Экспертная оценка деятельности





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	требований педагогической этики. - выполнение профессиональной деятельности с учетом требований нормативно- правовых актов, Устава образовательных организаций и должностных обязанностей	обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно- спортивной деятельности	- повышать собственное спортивное совершенствование тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта. - овладение основами техники базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях при выполнении работ по учебной практике



## АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ ПО ПРАКТИКЕ

Студент(ка) \_\_\_\_\_

ФИО

Группа \_\_\_\_\_, обучающийся(-аяся) по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура**

прошел(ла) учебную практику по профессиональному модулю

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

в объеме \_\_\_\_\_ часов в период с «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. по «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

в организации \_\_\_\_\_

Формируемые компетенции: ОК 1 – ОК 12;

ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

В результате освоения учебной практики обучающийся должен уметь	Виды работ на учебной практике (практический опыт)	Качество выполнения работ <sup>1</sup>	Документация (акты, протоколы и т.д.)
- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий; - проводить учебно-тренировочные занятия с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; - подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;	анализ учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию; -определение цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий; -применение приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; -практический опыт тренировочной и соревновательной		

<sup>1</sup> Критерии качества выполнения работ:

выполнены полностью самостоятельно – высокий уровень

выполнены с незначительной помощью наставника – средний уровень

выполнены с помощью наставника – низкий уровень



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;</li><li>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;</li></ul>	деятельности в избранном виде спорта;		
<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные методы, приемы и формы руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</li><li>- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;</li></ul>	наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий; обсуждение отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработка предложений по их совершенствованию и коррекции;		
<ul style="list-style-type: none"><li>- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;</li><li>- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;</li><li>- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов</li></ul>	ведение документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов; проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта		
<b>СУДЕЙСТВО</b> (реализация обобщенных трудовых функций D, G ПС «Спортивный судья»)			
<ul style="list-style-type: none"><li>- проводить тренировочное занятие по физической подготовке футбольного арбитра;</li></ul>	проведение тренировочных занятий по физической подготовке футбольного арбитра		
<ul style="list-style-type: none"><li>- осуществлять контроль за исполнением регламента соревнований и других необходимых документов, касающихся соревнований;</li><li>- уметь составлять регламент соревнований;</li><li>- осуществлять контроль требований правил игры на всех этапах работы судей</li><li>- заполнять протокол матча (в т.ч. в электронный протокол)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- контроль полноты поступивших из мандатной комиссии документов и организация их хранения до завершения спортивного соревнования;</li><li>- проведение работы по подготовке и выпуску рабочих, промежуточных и официальных итоговых протоколов результатов спортивных соревнований;</li><li>- подготовка отчетной документации по проведению соревнований</li></ul>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- взаимодействовать со всеми участниками соревновательного процесса	- проведение жеребьевки; - принятие решения по вопросам, возникающим при проведении соревнований, урегулирование которых не предусмотрено правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании		
- осуществлять контроль и управление игрой	остановка или иное вмешательство в ход отдельного направления или этапа спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта при возникновении факторов, влекущих за собой нарушения правил вида спорта и положения или регламента о спортивном соревновании, при возникновении угрозы жизни и здоровью участников соревнования и иных лиц, а также в иных случаях, предусмотренных правилами вида спорта		
- владеть методикой судейства	- вести разъяснительную работу и осуществлять инструктаж; - контроль подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта		
- осуществлять самоанализ и анализ качества судейства соревнований (основные причины судейских ошибок) на основании требований специальных комиссий; - участвовать в учебно-методических просмотрах по оценке работы судей	анализ событий и технических действий участников, а также решений судей с точки зрения правил футбола и положения (регламента) спортивных соревнований либо практики судейства, этических норм в области спорта		

Характеристика учебной и профессиональной деятельности студента во время учебной практики

---

---



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики от Колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## ХАРАКТЕРИСТИКА

### по итогам учебной практики

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

Отраженные в аттестационном листе профессиональные компетенции ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 1.7, ПК 1.8, а также профессиональные компетенции, обусловленные обобщенными функциями D, G профессионального стандарта «Спортивный судья» обучающимся \_\_\_\_\_ освоены.

Ф.И.О.

Во время прохождения учебной практики по профессиональному модулю обучающийся

В

наименование организации

в период с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. показал(а) следующие результаты по освоению общих компетенций:

Код и наименование компетенции	Результаты освоения (нужное подчеркнуть или «+»)
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Проявлял(а) устойчивый интерес к профессии: соблюдал(а) действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, требования охраны труда и пожарной безопасности, своевременно и качественно выполнял(а) порученные задания (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывал(а) собственную деятельность в соответствии с целями, поставленными руководителем. Задания, выполненные обучающимся, соответствовали предъявляемым требованиям и рекомендациям к их выполнению. Планировал(а) свою работу. Осуществлял(а) самоконтроль при выполнении производственных заданий (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Принимал(а) решения в стандартных и нестандартных ситуациях (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	При необходимости осуществлял(а) поиск информации с целью повышения эффективного выполнения профессиональных задач (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использовал(а) информационно-коммуникационные технологии (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	При работе в команде, общении с клиентами, коллегами, руководителями соблюдал(а) принципы: толерантного отношения; взаимопомощи; вежливого и доброжелательного отношения в общении (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Принимал(а) на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Мотивировал(а) деятельность занимающихся физической культурой и спортом. (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Самостоятельно организовывал(а) деятельность в период прохождения практики, определял(а) задачи ближайшего профессионального и личностного развития (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Хорошо ориентировался(лась) в условиях смены технологий в профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Обеспечивал(а) профилактику травматизма, охрану жизни и здоровья занимающихся (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирования	Соблюдал(а) правовые нормы регулирования профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Владеет профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

—  
М.П.

Должность

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение III.2  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ УП.02**

Санкт-Петербург  
2021





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ	
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРАКТИКЕ

### 1.1 Область применения программы

Рабочая программа практики по профессиональному модулю ПМ. 02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения (далее рабочая программа практики) – является частью образовательной программы среднего профессионального образования по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура** в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно- спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

### 1.2 Цели и задачи программы практики – требования к результатам освоения модуля

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

#### **иметь практический опыт:**

- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;

- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;

- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

#### **уметь:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;

- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;

- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);

- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;



- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

**знать:**

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;



- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа;

**1.3. Количество часов на освоение рабочей программы по практике:**

количество часов, отводимое на учебную практику – 36 часов.  
Программа практики реализуется в форме практической подготовки.



## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности (ВПД) **Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения**, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями.

Общие компетенции:

Код	Наименование результата обучения
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

Профессиональные компетенции:

Код	Наименование результата обучения
ПК 2.1	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения
ПК 2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности
ПК 2.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия
ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
ПК 2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом
ПК 2.6	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом



### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ ПМ.02

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов
<b>РАЗДЕЛ 1. Организационно-ознакомительная работа</b>		<b>8</b>
Тема 1.1 Нормативные акты об организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с различными возрастными группами населения	<b>Виды работ:</b> - изучение документации планирования в спорте; - прохождение инструктажа по технике безопасности, предупреждению травматизма и оказанию первой помощи	3
Тема 1.2 Организация физкультурно-спортивной работы и проведение мероприятий для различных возрастных групп населения	<b>Виды работ:</b> - просмотр и анализ тренировочных занятий с различными возрастными группами населения; - выполнение педагогического анализа учебно-тренировочных, физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения	5
<b>РАЗДЕЛ 2. Методическая работа</b>		<b>12</b>
Тема 2.1 Организация физического воспитания в образовательном учреждении	<b>Виды работ:</b> - разработка и оформление конспектов учебных занятий по физической культуре с различными возрастными группами населения; - разработка и оформление конспектов занятий в спортивных секциях и кружках с различными возрастными группами населения; - анализ и систематизация учебно-тренировочных материалов, определение цели и задач занятия	12
<b>РАЗДЕЛ 3. Учебная работа</b>		<b>15</b>
Тема 3.1 Организация учебно-тренировочной работы	<b>Виды работ:</b> - проведение учебных занятий по физической культуре с различными возрастными группами населения; - проведение занятий в спортивных кружках и секциях с различными возрастными группами населения	10
Тема 3.2 Рефлексия профессиональной деятельности	<b>Виды работ:</b> - самоанализ учебных занятий по физической культуре с различными возрастными группами населения; - самоанализ занятий в спортивных кружках и секциях с различными возрастными группами населения	5
	<b>Зачет</b>	<b>1</b>



#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПО ПРАКТИКЕ

##### 4.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации рабочей программы по практике предусмотрено наличие:

– спортивных залов и площадок по видам спорта, оснащенных современным оборудованием и спортивным инвентарем для проведения занятий;

*Оборудование и технические средства обучения кабинета лечебной физической культуры и массажа:*

– комплект учебно-методической документации;

– наглядные пособия;

– технические устройства для аудиовизуального отображения информации.

*Оборудование и технические средства обучения универсального спортивного зала:*

– спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий по видам физкультурно-спортивной деятельности

*Оборудование и технические средства обучения гимнастического зала:*

– гимнастические снаряды;

– аудио и видеотехника;

– спортивный инвентарь для освоения различных видов гимнастики

##### 4.2 Информационное обеспечение обучения.

###### Основная литература:

1. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика: учеб. пособие для СПО / Л. С. Дворкин. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 148 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08139-8. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/E42C54BF-27CE-4B23-8888-830F9AD4A30A](http://www.biblio-online.ru/book/E42C54BF-27CE-4B23-8888-830F9AD4A30A).

2. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка. — 9-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2014. — 464 с. — (Сер. Бакалавриат).

3. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика: учеб. пособие для СПО / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 138 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/7D7E3EFF-DCC3-4DB8-B8B4-F7FD52D1770D](http://www.biblio-online.ru/book/7D7E3EFF-DCC3-4DB8-B8B4-F7FD52D1770D).

4. Плавание с методикой преподавания: учебник для СПО / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 344 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/9474DFB6-FF06-4BD2-B580-A74AF0607396](http://www.biblio-online.ru/book/9474DFB6-FF06-4BD2-B580-A74AF0607396).

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика / учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной – 2-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2014. — 288 с. — (Сер. Бакалавриат).

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ [Г.В. Грецов, С.Е. Войнова, А.А. Германова и др.]; / под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского – М.: Издательский центр «Академия», 2016. — 288 с. — (Сер. Бакалавриат).

7. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.];/ под ред. Г.А. Сергеева – 4-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2015. — 176 с. — (Сер. Бакалавриат).

8. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры, Макаров Ю. М., Луткова Н. В., Минина Л. Н., и др. Под ред.: Макаров Ю. М. 3-е изд., стер. Издание. М.:





Издательский центр «Академия», 2014г. <http://www.academia-moscow.ru/catalogue/4897/128088/>

**Дополнительная литература:**

1 Константинов, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Ориентирование: учеб. пособие для СПО / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 329 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08075-9. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/1FC73B6F-69CC-4A87-B136-FA7134F2C5CE](http://www.biblio-online.ru/book/1FC73B6F-69CC-4A87-B136-FA7134F2C5CE).

2 Теория и методика избранного вида спорта: учеб. пособие для СПО / Т. А. Завьялова [и др.]; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 189 с. — (Серия: Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/3BA88BD1-5829-4C56-974C-7D7F3422E7F9](http://www.biblio-online.ru/book/3BA88BD1-5829-4C56-974C-7D7F3422E7F9).

**Интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Академия».

**Профильные периодические издания:**

- 1 «Спорт-экспресс»
- 2 «Физическая культура. Всё для учителя»
- 3 «Физкультура и спорт»
- 4 «Физическое воспитание и спортивная тренировка»
- 5 «Футбол – хоккей»

**4.3 Общие требования к организации образовательного процесса**

Учебная практика проводится под руководством руководителя практики (педагога), имеющего высшее педагогическое образование по профилю специальности и осуществляющего обучение по дисциплинам профессионального цикла и междисциплинарным курсам. Обучающимся, предоставляется база практики, инвентарь и оборудование. Проводятся консультации преподавателями и руководителями практики.

**4.4 Общие требования к организации образовательного процесса**

Учебная практика проводится под руководством руководителя практики (педагога), имеющего высшее педагогическое образование по профилю специальности и осуществляющего обучение по дисциплинам профессионального цикла и междисциплинарным курсам. Обучающимся, предоставляется база практики, инвентарь и оборудование. Проводятся консультации преподавателями и руководителями практики.





## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

<b>Результаты профессиональные компетенции</b> (освоенные)	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ПК 2.1 Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения	<ul style="list-style-type: none"><li>- определение цели, задач, подбор средств, методов, форм при составлении плана проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с учетом возраста занимающихся и конкретных условий проведения.</li><li>- соответствие содержания документов планирования ФСМ и занятий реальным условиям, требованиям нормативных документов; требованиям к их структуре, содержанию, оформлению.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"><li>- ведение агитационной работы по формированию у занимающихся потребности в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физической культурой и спортом;</li><li>- соответствие использования средств и методов мотивации деятельности занимающихся физической культурой и спортом, поставленным задачам.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	<ul style="list-style-type: none"><li>- владение терминологией базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности.</li><li>- объяснение техники профессионально-значимых двигательных действий с учетом специфики изученных видов физкультурно-спортивной деятельности.</li><li>- рациональная демонстрация техники профессионально-значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности.</li><li>- составление плана, подбор средств и методов для обучения и проведения физкультурно-спортивных занятий и мероприятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике



	<p>деятельности (12 видов) с использованием различных методов и форм организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально- психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- объяснение основ судейства и участие в организации соревнований по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</li><li>- комплектование состава группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся с соблюдением критериев.</li><li>- применение приемов страховки и само страховки при выполнении двигательных действий в соответствие с требованиями изученных видов физкультурно-спортивной деятельности</li></ul>	
<p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- использование методов педагогического контроля при анализе физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения</li><li>- эффективное обсуждение отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработка предложений по их совершенствованию и коррекции</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике</p>
<p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- перечисление видов физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации.</li><li>- подбор оборудования и инвентаря для проведения ФСМ и занятий с учетом их целей и задач,</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике</p>



	возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	<ul style="list-style-type: none"><li>- составление документации, обеспечивающей функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом в соответствии с требованиями к ее ведению и оформлению.</li><li>- составление документации для организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и применение требований к ее ведению и оформлению (календарно – тематических планов, конспектов занятий по физической культуре, годового плана ФСМ, положений о соревнованиях, заявок на участие в соревнованиях, отчетов проведения соревнований, смет финансовых расходов).</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике
ПК 2.7 Разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой.	<ul style="list-style-type: none"><li>- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной ФК в лечении заболеваний и травм.</li><li>- применять методику и дозировать величину физической нагрузки в лечебной физической культуре при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</li><li>- учитывая основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-оздоровительной деятельности применять физические упражнения для профилактики и лечения различных заболеваний.</li><li>- на основе классификации физических упражнений в лечебной физической культуре подбирать средства, формы и методы занятий ЛФК, определять</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по учебной практике



	показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК. - использовать основные приемы массажа и самомассажа в соответствии с методическими особенностями и учитывая физиологические механизмы влияния занятий лечебной физической культурой и массажа на организм.	
--	---	--

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

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	- наличие положительных отзывов по итогам учебной и производственной практики; - участие в профориентационной деятельности; - участие в тематических мероприятиях	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	- рациональное планирование собственной профессиональной деятельности с учетом поставленных задач; - выбор наиболее эффективных образовательных методик с учетом вида образовательного учреждения и индивидуальных особенностей занимающихся; - своевременность выполнения заданий; - самооценка эффективности выполнения профессиональных задач в соответствии с современными требованиями в области физической культуры	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	- определение возможных рисков в профессиональной деятельности; - демонстрация способности принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях;	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых



	<ul style="list-style-type: none"><li>- самоанализ и коррекция собственной деятельности в определенной рабочей ситуации</li></ul>	обучающимися отчетных документов
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	<ul style="list-style-type: none"><li>- оперативный поиск, отбор и анализ документов, определяющих содержание и регламентирующих профессиональную деятельность в области физкультурного образования.</li><li>- использование полученной информации для эффективного выполнения профессиональных задач.</li><li>- выстраивание индивидуальных образовательных маршрутов профессионального и личностного развития</li></ul>	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"><li>- работа с различными видами информации;</li><li>- владение различными способами самостоятельного поиска информации в сфере физической культуры и спорта;</li><li>- результативное использование ИКТ для совершенствования профессиональной деятельности</li></ul>	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами	<ul style="list-style-type: none"><li>- участие в коллективном принятии решений при выборе наиболее эффективных путей выполнения работы;</li><li>- аргументированное представление и отстаивание своего мнения с соблюдением этических норм;</li><li>- степень владения навыками бесконфликтного общения;</li><li>- успешность взаимодействия с обучающимися, преподавателями в ходе обучения, с руководителями и методистами учебной практики</li></ul>	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя	<ul style="list-style-type: none"><li>- обоснованность постановки цели и выбора методов и приемов, направленных на формирование мотивации обучающихся.</li><li>- применение различных методов организации и контроля</li></ul>	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	мотивации деятельности обучающихся - ответственность за качество разработки и проведения занятий и внеклассных мероприятий	экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов экспертная оценка самоанализа деятельности обучающихся
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- участие в работе студенческого самоуправления, творческих конкурсах; научно-практических конференциях, спортивных соревнованиях, олимпиадах и т.д.	Экспертная оценка достижений обучающихся, Наличие наградных документов, знаков, званий
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	- презентация результатов собственных исследований на научно-практических конференциях и конкурсах. - использование элементов современных образовательных технологий в процессе учебной практики	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	- выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей в период учебной практики; - адекватность выбора форм и методов организации и проведения занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий для профилактики травматизма, охраны жизни и здоровья детей	экспертная оценка деятельности обучающихся при выполнении работ по учебной практике; экспертная оценка предоставляемых обучающимися отчетных документов



## АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ ПО ПРАКТИКЕ

Студент(ка) \_\_\_\_\_

*ФИО*

Группа \_\_\_\_\_, обучающийся(-ая) по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура**  
прошел(ла) учебную практику по профессиональному модулю

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

в объеме \_\_\_\_\_ часов в период с «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. по «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

в организации \_\_\_\_\_

Формируемые компетенции: ОК 1 – ОК 12;

ПК 2.1 Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

<b>В результате освоения учебной практики обучающийся должен уметь</b>	<b>Виды работ на учебной практике (практический опыт)</b>	<b>Качество выполнения работ<sup>2</sup></b>	<b>Документация (акты, протоколы и т.д.)</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;</li><li>- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;</li><li>- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- анализ планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</li><li>- определение цели и задач, планирования, проведения, анализ и оценка физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;</li></ul>		

<sup>2</sup> Критерии качества выполнения работ:

выполнены полностью самостоятельно – высокий уровень

выполнены с незначительной помощью наставника – средний уровень

выполнены с помощью наставника – низкий уровень





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся			
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;	- наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции		
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;	- ведение документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений		

Характеристика учебной и профессиональной деятельности студента во время учебной практики

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---

---

---

Руководитель практики от Колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.





## ХАРАКТЕРИСТИКА

### по итогам учебной практики

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

Отраженные в аттестационном листе профессиональные компетенции ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, обучающимся \_\_\_\_\_ освоены.

ф.и.о.

Во время прохождения учебной практики по профессиональному модулю обучающийся

в \_\_\_\_\_

наименование организации

в период с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. показал(а) следующие результаты по освоению общих компетенций:

Код и наименование компетенции	Результаты освоения (нужное подчеркнуть или «+»)
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Проявлял(а) устойчивый интерес к профессии: соблюдал(а) действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, требования охраны труда и пожарной безопасности, своевременно и качественно выполнял(а) порученные задания (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывал(а) собственную деятельность в соответствии с целями, поставленными руководителем. Задания, выполненные обучающимся, соответствовали предъявляемым требованиям и рекомендациям к их выполнению. Планировал(а) свою работу. Осуществлял(а) самоконтроль при выполнении производственных заданий (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Принимал(а) решения в стандартных и нестандартных ситуациях (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	При необходимости осуществлял(а) поиск информации с целью повышения эффективного выполнения профессиональных задач (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использовал(а) информационно-коммуникационные технологии (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	При работе в команде, общении с клиентами, коллегами, руководителями соблюдал(а) принципы: толерантного отношения; взаимопомощи;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	вежливого и доброжелательного отношения в общении (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Принимал(а) на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Мотивировал(а) деятельность занимающихся физической культурой и спортом. (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Самостоятельно организовывал(а) деятельность в период прохождения практики, определял(а) задачи ближайшего профессионального и личностного развития (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Хорошо ориентировался(лась) в условиях смены технологий в профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Обеспечивал(а) профилактику травматизма, охрану жизни и здоровья занимающихся (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирования	Соблюдал(а) правовые нормы регулирования профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Владеет профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Должность \_\_\_\_\_

М.П.

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение Ш.3  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ ПП.01**

Санкт-Петербург  
2021 г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

- |  |      |
|--|------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ                           | стр. |
| 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ                               |      |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ                        |      |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ<br>ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ |      |



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРАКТИКЕ

### 1.1 Область применения программы

Рабочая программа производственной практики (по профилю специальности) по профессиональному модулю ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта (далее рабочая программа практики) – является частью образовательной программы среднего профессионального образования по специальности **Физическая культура** в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

### 1.2 Цели и задачи программы практики – требования к результатам освоения профессионального модуля

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями, обучающийся в ходе освоения программы практики должен:

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен **иметь практический опыт:**

– анализа учебно-тематических планов и процесса учебно- тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

– определения цели и задач, планирования и проведения, учебно- тренировочных занятий;

– применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

– проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;

– наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

– тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

– собственного спортивного совершенствования;

– ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

– исполнения обобщенных трудовых функций Г «Организация судейства спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования», Д «Организация документооборота при подготовке, в ходе проведения и по



завершению соревнований» профессионального стандарта «Спортивный судья» с учетом квалификационных требований к спортивным судьям по футболу

**уметь:**

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;
- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня

**знать:**

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
- основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;
- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
- способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;
- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;
  - разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;
  - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта;
- Процесс прохождения производственной практики направлен на закрепление элементов профессиональных (ПК) и общих (ОК) компетенций в соответствии с ФГОС СПО по данному направлению подготовки:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих
ОК 12.	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

**1.3. Количество часов на освоение рабочей программы практики:**

Количество часов, отводимое на производственную практику – 108 часов.

Программа практики реализуется в форме практической подготовки.





**2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ ПМ.01**  
Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

**2.1 Тематический план производственной практики ПП.01 Производственная практика (по профилю специальности)**

<b>Виды работ на производственную практику</b>	<b>Объем часов</b>	<b>Формируемые ОК и ПК</b>
<b>Раздел 1. Применение средств, методов, приемов обучения и контроля в учебно-тренировочной деятельности по избранному виду спорта (футбол)</b>		
1. Подготовка планов-конспектов тренировки в избранном виде спорта (по заданию тренера).	6	ПК 1.1, 1.8 ОК 1, 4, 5, 8
2. Проведение подготовительной и заключительной части учебно-тренировочного занятия, используя различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий со спортсменами разного возраста.	6	ПК 1.1, 1.2, 1.4, 1.5 ОК 1, 2, 4, 6, 7, 11
3. Проведение подготовительной и заключительной части занятия, используя различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий со спортсменами разной физической подготовленности.	6	ПК 1.1, 1.2, 1.4, 1.5 ОК 1, 2, 4, 6, 7, 11, 13
4. Проведение учебно-тренировочных занятий различной направленности, применительно к различным организационным формам подготовки спортсменов различного возраста и подготовленности.	6	ПК 1.1, 1.2, 1.4, 1.5 ОК 1, 2, 3, 4, 6, 7, 13
5. Освоение навыков применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдения техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях.	6	ПК 1.1, 1.4, 1.5, 1.7 ОК 1, 2, 3, 6, 10
6. Анализ учебно-тематических планов тренера и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию.	6	ПК 1.1, 1.4, 1.5, 1.8 ОК 2, 4, 5, 8, 9, 11
7. Наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами.	6	ПК 1.1, 1.4, 1.5, 1.8 ОК 2, 4, 5, 8, 9, 11
8. Разбор, анализ, составление документации по проведению соревнований по технической и физической подготовке в футболе.	12	ПК 1.1, 1.4, 1.5, 1.8 ОК 2, 4, 5, 8, 9, 11
9. Работа с программными документами, составление рабочих материалов для работы со спортсменами (индивидуальные занятия и пр.).	12	ПК 1.1, 1.4, 1.5, 1.8 ОК 1, 2, 4, 5, 8, 9, 11
10. Подготовка наглядных учебных пособий, презентаций, видеофильмов для использования в процессе тренировочной и соревновательной подготовке.	6	ПК 1.1, 1.4, 1.5, 1.8 ОК 1, 2, 4, 5, 8, 9, 11
<b>Раздел 2. Организация и проведение судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта (футбол)</b>		



11. Проведение соревнований с практикой судейства в футболе.	18	ПК 1.1, 1.3, 1.4, 1.7, 1.8 ОК 1, 2, 3, 5, 6, 9, 13
12. Участие в проведении соревнований районного и городского масштаба в футболе.	12	ПК 1.1, 1.3, 1.4, 1.7, 1.8 ОК 1, 2, 3, 5, 6, 9
13. Анализ методики судейства соревнований, разработка документации соревнований различного масштаба (по заданию тренера).	6	ПК 1.1, 1.4, 1.5, ОК 2, 4, 5, 8, 9, 11
<b>Итого</b>	<b>108</b>	

**Виды заданий на производственную практику:**

1. Составить план-конспект подготовительной или заключительной части тренировки в избранном виде спорта.
2. Провести подготовительную или заключительную часть учебно-тренировочного занятия в избранном виде спорта, используя различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий со спортсменами разного возраста.
3. Провести подготовительную или заключительную часть учебно-тренировочного занятия в избранном виде спорта используя различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий со спортсменами разной физической подготовленности.
4. Провести учебно-тренировочные занятия различной направленности, применительно к различным организационным формам подготовки спортсменов различного возраста и подготовленности.
5. Разработать инструкцию по технике безопасности, приемам страховки и само страховки на занятиях по избранному виду спорта.
6. Провести судейство соревнований в избранном виде спорта.
7. Провести судейство соревнований районного и городского масштаба в избранном виде спорта.
8. Составить анализ учебно-тематических планов тренера и процесса учебно-тренировочной деятельности.
9. Составить анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий.
10. Составить отчет по судейству соревнований, разработать положение соревнований по избранному виду спорта.
11. Разработать и провести тестирование по технической или физической подготовке в избранном виде спорта.
12. Составить план тренировки (на день) в избранном виде спорта.
13. Разработать наглядные пособия для учебно-тренировочных занятий.



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

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

Реализация программы практики предполагает наличие спортивного комплекса.

*Спортивный инвентарь и оборудование* для проведения занятий по избранному виду спорта.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения.**

##### **Основная литература:**

1. Богданов А.И., Будогосский А.Д. и др. Третья Общероссийская обучающая Программа Футбол. Правила игры 2014 – 2015. Power Point. 1500 проекционных слайдов. 492 видеослайда. «Центр – «Футбольный арбитр», М., 2014 – 12 с.+CD.

2. Будогосский А.Д., Васильев А.С., Крикун А.Р., Орлов П.В., Турбин Е.А. Настольная книга тестов для футбольного арбитра с диском интерактивного опроса. Издание второе дополненное, «Центр – «Футбольный арбитр», М., 2014, 175 с.+CD.

##### **Профильные периодические издания:**

1 «Спорт-экспресс»

2 «Физическая культура. Всё для учителя»

3 «Физкультура и спорт»

4 «Физическое воспитание и спортивная тренировка»

5 «Футбол – хоккей»

##### **Интернет-ресурсы:**

3. ЭБС «Академия».

#### **3.3 Общие требования к организации образовательного процесса**

Производственная практика проводится под руководством руководителя практики (педагога), имеющего высшее педагогическое образование по профилю специальности и осуществляющего обучение по дисциплинам профессионального цикла и междисциплинарным курсам. Обучающимся, предоставляется база практики, инвентарь и оборудование. Проводятся консультации преподавателями и руководителями практики.

#### **3.4 Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих руководство практикой наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю модуля «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий, и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта» и специальности «Физическая культура».



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРАКТИКИ В ХОДЕ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Предметом оценки производственной практики (по профилю специальности) по специальности являются освоенные умения, приобретенный практический опыт.

##### 4.1 Показатели оценки образовательных результатов

Результаты обучения (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	<ul style="list-style-type: none"><li>- определяет цели и задачи, планирует учебно-тренировочные занятия с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li><li>- использует различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий, строит их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;</li><li>- определяет цель, задачи, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта в соответствие с этапами многолетнего планирования;</li><li>- учитывает теоретические и методические основы планирования физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;</li><li>- анализирует мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия	<ul style="list-style-type: none"><li>- применяет способы и приемы страховки и само страховки с учетом специфики избранного вида спорта;</li><li>- владеет методическими основами обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;</li><li>- использует различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств в соответствие с</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	целью и задачами учебно-тренировочного занятия;	
	<ul style="list-style-type: none"><li>- устанавливает педагогически целесообразные взаимоотношения с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li><li>- осуществляет подготовку к проведению учебно-тренировочных занятий в соответствии с методическими требованиями;</li><li>- использует собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</li><li>- использует методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств с учетом специфики избранного вида спорта.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов	<ul style="list-style-type: none"><li>- осуществляет судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;</li><li>- использует теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований с учетом специфики избранного вида спорта;</li><li>- учитывает организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов с учетом специфики избранного вида спорта.</li><li>- владеет основами организации соревновательной деятельности и системы соревнований в избранном виде спорта;</li><li>- мотивирует спортсменов для занятий избранным видом спорта, используя условия и способы формирования и развития состязательной нацеленности спортсмена</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты	- характеризует методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и	Экспертная оценка выполнения индивидуальных



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	соревнованиях с учетом специфики избранного вида спорта. - проводит педагогический контроль на занятиях и соревнованиях в соответствии с уровнем квалификации спортсменов; - использует различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строит их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся. - проводит оценку уровня различных сторон подготовленности занимающихся с учетом специфики избранного вида спорта.	работ по производственной практике
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	- анализирует учебно-тематические планы и процесс учебно-тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов, разрабатывает предложения по его совершенствованию в соответствии с обозначенными целью и задачами; - осуществляет наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий, обсуждает отдельные занятия в диалоге с сокурсниками руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разрабатывает предложения по их совершенствованию и коррекции в соответствие с требованиями к организации педагогического контроля. - оценивает процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности в соответствии с поставленными задачами подготовки спортсменов.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	- характеризует систему спортивного отбора и спортивной ориентации с учетом специфики избранного вида спорта. - использует различные критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности с учетом специфики избранного вида спорта.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	<ul style="list-style-type: none"><li>- выделяет разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации с учетом специфики избранного вида спорта;</li><li>- подбирает и использует спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.</li><li>- объясняет и соблюдает технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю с учетом специфики избранного вида спорта.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	<ul style="list-style-type: none"><li>- определяет виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов с учетом специфики избранного вида спорта.</li><li>- ведет документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов в соответствии с требованиями к ее оформлению в избранном виде спорта.</li></ul>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
<b>Дополнительные профессиональные компетенции</b>		
Фиксация технических действий и определение результатов выступлений участников спортивных соревнований по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивного соревнования. Судейство спортивного соревнования по футболу Контроль выполнения правил по футболу во время проведения спортивного соревнования Разрешение спорных и неурегулированных правилами футбола ситуаций.	<p>Умеет анализировать события и технические действия участников с точки зрения правил вида спорта и положения или регламента соревнований; обосновывать мотивы принятых решений.</p> <p>Демонстрирует умение подавать сигналы, в том числе жестами, спортивным судьям в соответствие с правилами вида спорта.</p> <p>Демонстрирует умение принимать решения по вопросам, вызывающим разногласия среди спортивных судей соревнования по футболу или этапа спортивного соревнования; принимать решения по вопросам, возникающим при проведении соревнований,</p>	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Организация секретариата соревнования	работы спортивного	урегулирование которых не предусмотрено правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании; принимать решения по вопросам, возникающим при расхождении мнения спортивных судей с результатами, зарегистрированными средствами объективного контроля. Умеет анализировать события и технические действия участников, а также решения судей с точки зрения правил футбола и положения (регламента) спортивных соревнований либо практики судейства, этических норм в области спорта. Демонстрирует умение выявлять факты нарушений правил вида спорта участниками, спортивными судьями или третьими лицами и принимать решения по таким инцидентам.	
---------------------------------------	--------------------	--	--

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

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	- наличие положительных отзывов по итогам учебной и производственной практики; - участие в профориентационной деятельности; - участие в тематических мероприятиях	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	- рациональное планирование собственной профессиональной деятельности с учетом поставленных задач; - выбор наиболее эффективных образовательных методик с учетом вида образовательного учреждения и	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>индивидуальных особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- своевременность выполнения заданий;</li><li>- самооценка эффективности выполнения профессиональных задач в соответствии с современными требованиями в области физической культуры</li></ul>	
<p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- определение возможных рисков в профессиональной деятельности;</li><li>- демонстрация способности принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях;</li><li>- самоанализ и коррекция собственной деятельности в определенной рабочей ситуации</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике</p>
<p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- оперативный поиск, отбор и анализ документов, определяющих содержание и регламентирующих профессиональную деятельность в области физического воспитания;</li><li>- использование полученной информации для эффективного выполнения профессиональных задач;</li><li>- выстраивание индивидуальных образовательных маршрутов профессионального и личностного развития</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике</p>
<p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- работа с различными видами информации;</li><li>- владение различными способами самостоятельного поиска информации в сфере физической культуры и спорта;</li><li>- результативное использование ИКТ для совершенствования профессиональной деятельности</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике</p>
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- участие в коллективном принятии решений при выборе</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

коллегами и социальными партнерами	наиболее эффективных путей выполнения работы; -аргументированное представление и отстаивание своего мнения с соблюдением этических норм; -степень владения навыками бесконфликтного общения; - успешность взаимодействия с обучающимися, преподавателями в ходе обучения, с руководителями и методистами	индивидуальных работ по производственной практике
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	- обоснованность постановки цели и выбора методов и приемов, направленных на формирование мотивации обучающихся. - применение различных методов организации и контроля мотивации деятельности обучающихся - ответственность за качество разработки и проведения занятий и внеклассных мероприятий	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- участие в работе студенческого самоуправления, творческих конкурсах; научно-практических конференциях, спортивных соревнованиях, олимпиадах и т.д.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	- презентация результатов собственных исследований на научно-практических конференциях и конкурсах. - использование элементов современных образовательных технологий в процессе производственной практики	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	-выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей в период, учебной, производственной и преддипломной практик. - адекватность выбора форм и методов организации и проведения занятий и физкультурно-оздоровительных	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	мероприятий для профилактики травматизма, охраны жизни и здоровья детей	
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	- выстраивание отношений с обучающимися на основе требований педагогической этики. - выполнение профессиональной деятельности с учетом требований нормативно-правовых актов, Устава образовательных организаций и должностных обязанностей	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	- повышать собственное спортивное совершенствование тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта. - овладение основами техники базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике

#### 4.2 Перечень заданий для оценки производственной практики

Умения и практический опыт	Примерные задания
Задания, проверяющие практический опыт	
Определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий.	1. Определить цель и задачи учебно-тренировочного занятия по футболу для занимающихся 1-го года обучения. 2. Определить цель и задачи технико-тактического учебно-тренировочного занятия по футболу.
Анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию.	1. Провести анализ годового плана-графика учебного процесса по месту практики. 2. Провести анализ тематического плана (по занятиям) по месту практики
Планирования подготовки спортсменов по футболу на различных этапах подготовки; руководства соревновательной деятельностью по футболу.	1. Составить план учебно-тренировочных занятий на месяц. 2. Составить план учебно-тренировочных занятий на полугодие.
Проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся футболом	1. Провести тест для определения уровня физической подготовленности на учебно-тренировочных занятиях по общей физической подготовке.



	2. Провести тест для определения уровня развития скоростной выносливости на учебно-тренировочных занятиях по футболу.
Применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений	1. Выполнить страховку при выполнении упражнения (по заданию тренера). 2. Выполнить страховку при выполнении упражнения (по заданию тренера).
Ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	1. Составить положение о проведении соревнований по футболу. 2. Составить отчет о проведении соревнований по футболу.
<b>Комплексные задания</b>	
1. Подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий футболом с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся. 2. Применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности. 3. Устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися. 4. Проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях. 5. Оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности. 6. Осуществлять судейство по футболу при проведении соревнований различного уровня.	1. Составить положение, провести и оформить отчет о соревнованиях по футболу. 2. Составить положение, провести и оформить отчет о проведении спортивно-массового мероприятия футболу.

#### 4.3 Критерии оценки заданий по производственной практике

<b>Критерии</b>	<b>Качественная оценка образовательных результатов</b>
Задание на практику выполнено верно, в полном объеме, с соблюдением необходимой последовательности; проведен правильный анализ и сделаны аргументированные выводы; проявлен творческий подход и демонстрация реальных способов решения конкретных задач	Зачтено
Задание на практику выполнено не верно или не в полном объеме, с нарушением необходимой последовательности; объем выполненной части не позволяет сделать полных выводов	Не зачтено



## АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ ПО ПРАКТИКЕ

Студент(ка) \_\_\_\_\_

ФИО

Группа \_\_\_\_\_, обучающийся(-аяся) по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура**

прошел(ла) производственную практику по профессиональному модулю

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

в объеме \_\_\_\_\_ часов в период с « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. по « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

в организации \_\_\_\_\_

Формируемые компетенции: ОК 1 – ОК 12;

ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

В результате освоения учебной практики обучающийся должен уметь	Виды работ на учебной практике (практический опыт)	Качество выполнения работ <sup>3</sup>	Документация (акты, протоколы и т.д.)
<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий;</li><li>- проводить учебно-тренировочные занятия с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;</li><li>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>анализ учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li><li>-определение цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;</li><li>-применение приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;</li><li>-практический опыт тренировочной и соревновательной</li></ul>		

<sup>3</sup> Критерии качества выполнения работ:

выполнены полностью самостоятельно – высокий уровень

выполнены с незначительной помощью наставника – средний уровень

выполнены с помощью наставника – низкий уровень



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;</li><li>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;</li></ul>	деятельности в избранном виде спорта;		
<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные методы, приемы и формы руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</li><li>- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;</li></ul>	наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий; обсуждение отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработка предложений по их совершенствованию и коррекции;		
<ul style="list-style-type: none"><li>- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;</li><li>- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;</li><li>- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов</li></ul>	ведение документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов; проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта		
<b>СУДЕЙСТВО</b> (реализация обобщенных трудовых функций D, G ПС «Спортивный судья»)			
<ul style="list-style-type: none"><li>- проводить тренировочное занятие по физической подготовке футбольного арбитра;</li></ul>	проведение тренировочных занятий по физической подготовке футбольного арбитра		
<ul style="list-style-type: none"><li>- осуществлять контроль за исполнением регламента соревнований и других необходимых документов, касающихся соревнований;</li><li>- уметь составлять регламент соревнований;</li><li>- осуществлять контроль требований правил игры на всех этапах работы судей</li><li>- заполнять протокол матча (в т.ч. в электронный протокол)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- контроль полноты поступивших из мандатной комиссии документов и организация их хранения до завершения спортивного соревнования;</li><li>- проведение работы по подготовке и выпуску рабочих, промежуточных и официальных итоговых протоколов результатов спортивных соревнований;</li><li>- подготовка отчетной документации по проведению соревнований</li></ul>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>- взаимодействовать со всеми участниками соревновательного процесса</p>	<p>- проведение жеребьевки; - принятие решения по вопросам, возникающим при проведении соревнований, урегулирование которых не предусмотрено правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании</p>		
<p>- осуществлять контроль и управление игрой</p>	<p>остановка или иное вмешательство в ход отдельного направления или этапа спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта при возникновении факторов, влекущих за собой нарушения правил вида спорта и положения или регламента о спортивном соревновании, при возникновении угрозы жизни и здоровью участников соревнования и иных лиц, а также в иных случаях, предусмотренных правилами вида спорта</p>		
<p>- владеть методикой судейства</p>	<p>- вести разъяснительную работу и осуществлять инструктаж; - контроль подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта</p>		
<p>- осуществлять самоанализ и анализ качества судейства соревнований (основные причины судейских ошибок) на основании требований специальных комиссий; - участвовать в учебно-методических просмотрах по оценке работы судей</p>	<p>анализ событий и технических действий участников, а также решений судей с точки зрения правил футбола и положения (регламента) спортивных соревнований либо практики судейства, этических норм в области спорта</p>		

Характеристика учебной и профессиональной деятельности студента во время производственной практики



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

---

---

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Руководитель практики от Колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.





### ХАРАКТЕРИСТИКА

#### по итогам производственной практики

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

Отраженные в аттестационном листе профессиональные компетенции ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 1.7, ПК 1.8, а также профессиональные компетенции, обусловленные обобщенными функциями D, G профессионального стандарта «Спортивный судья» обучающимся \_\_\_\_\_ освоены.

Ф.И.О.

Во время прохождения производственной практики по профессиональному модулю обучающийся \_\_\_\_\_

в \_\_\_\_\_

наименование организации

в период с «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. показал(а) следующие результаты по освоению общих компетенций:

Код и наименование компетенции	Результаты освоения (нужное подчеркнуть или «+»)
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Проявлял(а) устойчивый интерес к профессии: соблюдал(а) действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, требования охраны труда и пожарной безопасности, своевременно и качественно выполнял(а) порученные задания (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывал(а) собственную деятельность в соответствии с целями, поставленными руководителем. Задания, выполненные обучающимся, соответствовали предъявляемым требованиям и рекомендациям к их выполнению. Планировал(а) свою работу. Осуществлял(а) самоконтроль при выполнении производственных заданий (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Принимал(а) решения в стандартных и нестандартных ситуациях (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	При необходимости осуществлял(а) поиск информации с целью повышения эффективного выполнения профессиональных задач (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использовал(а) информационно-коммуникационные технологии (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	При работе в команде, общении с клиентами, коллегами, руководителями соблюдал(а) принципы:



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	толерантного отношения; взаимопомощи; вежливого и доброжелательного отношения в общении (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно- тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Принимал(а) на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Мотивировал(а) деятельность занимающихся физической культурой и спортом. (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Самостоятельно организовывал(а) деятельность в период прохождения практики, определял(а) задачи ближайшего профессионального и личностного развития (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Хорошо ориентировался(лась) в условиях смены технологий в профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Обеспечивал(а) профилактику травматизма, охрану жизни и здоровья занимающихся (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирования	Соблюдал(а) правовые нормы регулирования профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Владеет профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

—  
М.П.

Должность

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение III.4  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ III.02**

Санкт-Петербург  
2021



## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ	
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ	
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ	



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

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

Программа производственной практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка).

### **1.2. Цель и задачи практик**

Практика имеет целью комплексное освоение обучающимися вида профессиональной деятельности «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения».

Производственная практика направлена на формирование у обучающегося общих и профессиональных компетенций, приобретение необходимых умений и практического опыта.

### **1.3. Планируемые результаты практики.**

В результате прохождения производственной практики обучающийся должен:

#### **приобрести практический опыт:**

- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

#### **Формируемые компетенции**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.



ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

### **1.3 Количество часов на освоение рабочей программы производственной практики:**

Всего – 216 часов, недель - 6.

Программа практики реализуется в форме практической подготовки.



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

### 2.1. Содержание работ по производственной практике

Виды работ	Объем работ (количество часов)	Форма предоставления отчета
Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения	46	Заполненные схемы анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения
Планирование, разработка и ведение документов, обеспечивающих организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения.	46	Планы и документы, обеспечивающие организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения
Проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения.	46	Планы-конспекты физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения.
Осуществление педагогического контроля в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	6	Протокол измерения частоты сердечных сокращений на уроке физической культуры (секционном занятии) с анализом динамики Протокол, проведения хронометража урока физической культуры (секционного занятия) с анализом динамики общей и моторной плотности
Выполнение приемов массажа и самомассажа	36	Отчет о выполнении массажа и самомассажа
Разработка и проведение комплексов лечебной физической культуры и реабилитационных мероприятий с учетом показаний и под руководством врача	36	Комплексы лечебной физической культуры и реабилитационных мероприятий с учетом показаний и под руководством врача
<b>Итого</b>	<b>216</b>	



## 2.2 Методические рекомендации для студента по прохождению практики

### До начала практики обучающийся:

1. Знакомится с содержанием программы практики.
2. Выбирает базу практики и заключает договор. Обучающийся может пройти практику на базе:
  - организаций, заключивших коллективные договоры об организации и проведении практики с колледжем;
  - профильной организации, выбранной обучающимся самостоятельно, по согласованию с руководителем практики от колледжа, заключив с ней индивидуальный договор.
3. В случае заключения договора предоставляет его руководителю практики.
4. Получает задания на практику, в том числе индивидуальное задание, у руководителя практики.
5. Участвует в установочной конференции.

### После прохождения практики обучающийся:

1. Предоставляет документы (формы отчётности) в колледж:
  - аттестационный лист;
  - характеристику;
  - дневник;
  - отчет о практике в соответствии с заданием на практику.
2. Проходит промежуточную аттестацию по итогам практики на основании результатов ее прохождения, подтверждаемых документами соответствующих организаций.
3. Участвует в итоговой конференции.

### Требования к написанию отчета обучающегося:

Отчет по практике составляется обучающимся в виде единого документа. К отчету прикладываются дневник практики, характеристика, аттестационный лист, заверенные руководителями практики от колледжа.

В отчете должны быть отражены все результаты выполнения заданий за период практики.

- введение (цели, задачи практики, место, сроки прохождения практики и др.);
- характеристика базы прохождения практики;
- основная часть;
- результаты выполнения индивидуального задания;
- заключение (описание основных выводов и предложений обучающегося по результатам практики);
- список литературы и информационных ресурсов;
- приложения.

Сроки предоставления обучающимися отчетных документов по практике - последний день практики.





### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению производственной практики.**

Производственная практика проводится на базе образовательных учреждений различного типа, в учреждениях дополнительного образования, в учреждениях (организациях) отдыха, оздоровительных учреждениях (организациях), а также физкультурно- спортивных организациях.

Организация (база практики) должна соответствовать следующим требованиям:

- наличие возможности реализовать программу практики;
- наличие квалифицированного персонала, необходимого для руководства практикой и проведения контроля.

#### **3.2. Информационное обеспечение практики**

##### **Основная литература:**

1. Вяткин Л.А., Туризм и спортивное ориентирование: учебник для студ. учреждений высш. образования/ Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 224 с. – (Сер. Бакалавриат).

2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования/ Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.

3. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В. А. Иванов и др.]; под ред. Железняка Ю.Д. – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 464 с. – (Сер. Бакалавриат).

4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [А.А. Литвинов, А.В. Козлов, Е.В. Ивченко и др.]; под ред. А.А. Литвинова. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014 – 272 с. – (Сер. Бакалавриат).

5. Лечебная физическая культура: учебник для студ. учреждений высш. образования / [С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.]; под ред. С.Н. Попова – 11-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 216 с. – (Сер. Бакалавриат).

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Терехина Р. Н., Крючек Е. С., Люйк Л. В. и др.]; под ред.: Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014 – 288 с. – (Сер. Бакалавриат).

7. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Г.В. Грецов, С. Е. Войнова, А. А. Германова и др.]; под ред.: Г. В. Грецова, А. Б. Янковский – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 288 с. – (Сер. Бакалавриат).

8. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева, и др.]; под ред.: Г.А. Сергеева. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с. – (Сер. Бакалавриат).

9. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Ю. М. Макаров, Н. В. Луткова, Л. Н. Минина и др.]; под ред.: Ю. М. Макарова. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272 с. – (Сер. Бакалавриат).

##### **Дополнительная литература:**

1. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 13-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 496 с. – (Сер. Бакалавриат).

##### **Электронные и Интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Академия»



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРАКТИКИ В ХОДЕ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Предметом оценки производственной практики (по профилю специальности) по специальности являются освоенные умения, приобретенный практический опыт.

##### 4.1 Показатели оценки образовательных результатов

Результаты обучения	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля для оценки результатов обучения
<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</li><li>- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;</li><li>- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li><li>- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений.</li></ul> <p><b>Общие и профессиональные компетенции:</b></p>	<p>Точность и грамотность выполнения планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</p> <p>Точность определения цели и задач, планирования и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населен;</p> <p>Точность и грамотность выполнения анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, разработки предложений по их совершенствованию;</p> <p>Оформление и ведение документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий, эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Демонстрация интереса к будущей профессии</li><li>- выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач в</li></ul>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике</p>



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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

ОК 9. Осуществлять профессиональную

области физкультурно-спортивной подготовки;

- оценка эффективности и качества выполнения решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области педагогического процесса и физкультурно-спортивной подготовки

- эффективный поиск необходимой информации;

- использование различных источников, включая электронные носители и сеть Интернет;

- разработка планирующей документации;

- умение выбирать эффективный стиль общения при взаимодействии с обучающимися при проведении деловых игр, выполнении коллективных заданий (проектов);

- умение проводить самоанализ и коррекцию результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач;

- определение этапов и содержания работы по реализации самообразования;

- умение формулировать цели профессиональной деятельности на среднесрочную и долгосрочную перспективу;

- применение различных форм профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта.

- Умеет использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-



<p>деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p> <p>ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.</p> <p>ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p> <p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p> <p>ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.</p>	<p>психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;</p> <p>- Демонстрирует умение комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- Умеет подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;</p> <p>- Демонстрирует умение применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- Умеет осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;</p> <p>- Демонстрирует умение использовать основные приемы массажа и самомассажа</p>	
---	---	--



### Перечень заданий для оценки производственной практики

Практический опыт	Примерные задания
Задания, проверяющие практический опыт	
<ul style="list-style-type: none"><li>- анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</li><li>- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;</li><li>- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li><li>- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений.</li></ul>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Провести анализ годового плана-графика учебного процесса по месту практики.</li><li>2. Провести анализ поурочного тематического плана по месту практики.</li><li>3. Определить цель и задачи физкультурно-спортивных занятий (категория занимающихся определяется руководителем практики).</li><li>4. Составить план физкультурно-спортивных занятий на четверть (месяц).</li><li>5. Составить план физкультурно-спортивных занятий на полугодие.</li><li>6. Подобрать тесты для определения уровня физической подготовленности</li><li>7. Выполнять страховку при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий.</li><li>8. Составить положение о проведении соревнований.</li><li>9. Составить положение о проведении физкультурно-спортивных занятий (категория занимающихся определяется руководителем практики).</li></ol>
Комплексные задания: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Составить тесты для педагогического тестирования</li><li>2. Составить 3 плана-конспекта занятий (уроков) с различными возрастными группами</li><li>3. Составить положение физкультурно-спортивного мероприятия</li><li>4. Составить положение о проведении соревнования</li><li>5. Составить характеристику базы практики (спортивного сооружения, спортивного зала)</li><li>6. Анализ учебно-тренировочного занятия</li><li>7. Самоанализ учебно-тренировочного занятия</li></ol>	

### Критерии оценки заданий по производственной практике

Критерии	Качественная оценка
Задание на практику выполнено верно, в полном объеме, с соблюдением необходимой последовательности; проведен правильный анализ и сделаны аргументированные выводы; проявлен творческий подход и демонстрация реальных способов решения конкретных задач	Зачтено
Задание на практику выполнено не верно или не в полном объеме, с нарушением необходимой последовательности; объем выполненной части не позволяет сделать полных выводов	Не зачтено





## АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ ПО ПРАКТИКЕ

Студент(ка) \_\_\_\_\_

*ФИО*

Группа \_\_\_\_\_, обучающийся(-аяся) по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура**

прошел(ла) производственную практику по профессиональному модулю

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

в объеме \_\_\_\_\_ часов в период с « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. по « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

в организации \_\_\_\_\_

Формируемые компетенции: ОК 1 – ОК 12;

ПК 2.1 Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

<b>В результате освоения производственной практики обучающийся должен уметь</b>	<b>Виды работ на производственной практике (практический опыт)</b>	<b>Качество выполнения работ<sup>4</sup></b>	<b>Документация (акты, протоколы и т.д.)</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;</li><li>- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;</li><li>- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- анализ планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</li><li>- определение цели и задач, планирования, проведения, анализ и оценка физкультурно-спортивных занятий с различными</li></ul>		

<sup>4</sup> Критерии качества выполнения работ:

выполнены полностью самостоятельно – высокий уровень

выполнены с незначительной помощью наставника – средний уровень

выполнены с помощью наставника – низкий уровень



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	возрастными группами населения;		
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;	- наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции		
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа	- ведение документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений		

Характеристика учебной и профессиональной деятельности студента во время производственной практики

---

---

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---

---

---

---



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Руководитель практики от Колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

### ХАРАКТЕРИСТИКА

по итогам производственной практики

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

Отраженные в аттестационном листе профессиональные компетенции ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6 обучающимся \_\_\_\_\_ освоены.

Ф.И.О.

Во время прохождения производственной практики по профессиональному модулю обучающийся \_\_\_\_\_

в \_\_\_\_\_

наименование организации

в период с «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. показал(а) следующие результаты по освоению общих компетенций:

Код и наименование компетенции	Результаты освоения (нужное подчеркнуть или «+»)
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Проявлял(а) устойчивый интерес к профессии: соблюдал(а) действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, требования охраны труда и пожарной безопасности, своевременно и качественно выполнял(а) порученные задания (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывал(а) собственную деятельность в соответствии с целями, поставленными руководителем. Задания, выполненные обучающимся, соответствовали предъявляемым требованиям и рекомендациям к их выполнению. Планировал(а) свою работу. Осуществлял(а) самоконтроль при выполнении производственных заданий (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Принимал(а) решения в стандартных и нестандартных ситуациях (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	При необходимости осуществлял(а) поиск информации с целью повышения эффективного выполнения профессиональных задач (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использовал(а) информационно-коммуникационные технологии (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	При работе в команде, общении с клиентами, коллегами, руководителями соблюдал(а) принципы: толерантного отношения;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	взаимопомощи; вежливого и доброжелательного отношения в общении (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно- тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Принимал(а) на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Мотивировал(а) деятельность занимающихся физической культурой и спортом.  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Самостоятельно организовывал(а) деятельность в период прохождения практики, определял(а) задачи ближайшего профессионального и личностного развития  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Хорошо ориентировался(лась) в условиях смены технологий в профессиональной деятельности  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Обеспечивал(а) профилактику травматизма, охрану жизни и здоровья занимающихся  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирования	Соблюдал(а) правовые нормы регулирования профессиональной деятельности  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Владеет профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
Должность

М.П.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение П.5  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ ПП.03**

Санкт-Петербург  
2021



## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ	стр.
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ	
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ	



## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

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

Программа производственной практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

### **1.2. Цель и задачи практик**

Производственная практика (по профилю специальности) направлена на формирование у обучающегося общих и профессиональных компетенций, приобретение необходимых умений и опыта практической работы по специальности.

В результате прохождения производственной практики обучающийся должен:

#### **приобрести практический опыт:**

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

### **1.3. Формируемые компетенции**

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

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

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий

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

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

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

ПК 3.1 Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.



ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

### **1.3 Количество часов на освоение рабочей программы производственной практики:**

всего – 108 часов, недель – 3.

Программа практики реализуется в форме практической подготовки.



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

### 2.1. Содержание работ по производственной практике

Виды работ	Количество часов	Формирование умений, приобретение практического опыта	Формируемые компетенции	Вид профессиональной деятельности
1. Изучает и анализирует учебно-методические материалы, обеспечивающие учебно-тренировочный процесс в образовательном учреждении.	12	Анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.	ОК 1 ОК 2 ОК 3 ОК 4 ОК 5 ОК 6 ОК 7 ОК 8 ОК 9 ОК 10 ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4 ПК 3.5	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности
2. Составляет и проводит инструктаж по технике безопасности изучаемого вида спорта	6	Разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований.		
3. Составляет методическую разработку проведения спортивно-массового мероприятия для различных групп населения.	6	Планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.		
4. Проводит учебно-тренировочные занятия.	40	Отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки.		



5. Составляет планы-конспекты учебно-тренировочных занятий.	20	Отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы.		
6. Проводит соревнования по избранному виду спорта в рамках образовательного учреждения.	12	Руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта.		
7. Проводит тестирование и оформляет полученные результаты	12	Оформлять результаты исследовательской работы.		

## 2.2. Методические рекомендации для студента по прохождению практики

### До начала практики обучающийся:

1. Знакомится с содержанием программы практики.
2. Выбирает базу практики и заключает договор. Обучающийся может пройти практику на базе:
  - организаций, заключивших коллективные договоры об организации и проведении практики с колледжем;
  - профильной организации, выбранной обучающимся самостоятельно, по согласованию с руководителем практики от колледжа, заключив с ней индивидуальный договор.
3. В случае заключения договора предоставляет его руководителю практики.
4. Получает задания на практику, в том числе индивидуальное задание, у руководителя практики.
5. Участвует в установочной конференции.

### В период прохождения практики:

Обучающийся руководствуется «Положением об организации и проведении практик обучающихся». Своевременно выполняет задания, предусмотренные данной программой. Ежедневно заполняет дневник практики.

### После прохождения практики обучающийся:

1. Предоставляет документы в колледж:
  - аттестационный лист;
  - характеристику;
  - дневник;
  - отчет о практике в соответствии с заданием на практику.
2. Проходит промежуточную аттестацию по итогам практики на основании результатов ее прохождения, подтверждаемых документами соответствующих организаций.
3. Участвует в итоговой конференции.

### Требования к написанию отчета обучающегося:

Отчет по практике составляется обучающимся в виде единого документа. К отчету прилагаются дневник практики, характеристика, аттестационный лист, заверенные руководителями практики от организации и колледжа.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

В отчете должны быть отражены все результаты выполнения заданий за период практики.

- введение (цели, задачи практики, место, сроки прохождения практики и др.);
- характеристика базы прохождения практики;
- основная часть;
- результаты выполнения индивидуального задания;
- заключение (описание основных выводов и предложений обучающегося по результатам практики);
- список литературы и информационных ресурсов;
- приложения.

Сроки предоставления обучающимися отчетных документов по практике - последний день практики.



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению производственной практики.**

Производственная практика проводится на базе образовательных учреждений города.

Организация (база практики) должна соответствовать следующим требованиям:

- наличие возможности реализовать программу практики;
- наличие квалифицированного персонала, необходимого для руководства практикой и проведения контроля.

#### **3.2. Информационное обеспечение практики**

Основная литература:

1. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.
2. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 13-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 496 с. – (Сер. Бакалавриат).

**Используемые сторонние электронные библиотечные системы (ЭБС):**

- 1) ЭБС Академия



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРАКТИКИ В ХОДЕ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Предметом оценки производственной практики (по профилю специальности) по специальности являются освоенные умения, приобретенный практический опыт. Формы и методы контроля и оценки результатов обучения позволяют проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

##### 4.1 Показатели оценки образовательных результатов

Результаты обучения.	Показатели оценки результата	Формы и методы контроля для оценки результатов
<b>Освоенные умения</b>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- анализировать программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать учебно-тренировочной и соревновательный процесс;</li><li>- планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li><li>- разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований;</li><li>- определять пути самосовершенствования педагогического мастерства;</li><li>- определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя;</li><li>- использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;</li><li>- отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки;</li><li>- оформлять результаты исследовательской работы;</li><li>- готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты</li></ul>	<p>точность и грамотность анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта; осуществление организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</p> <p>точность и грамотность планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;</p> <p>точность и грамотность планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</p> <p>разработка методических материалов на основе макетов, образцов, требований;</p> <p>выполнение анализа профессиональной литературы, грамотность выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;</p>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	осуществление руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта; осуществление организации физкультурно-спортивной деятельности; выполнение отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы; точность и грамотность оформления портфолио педагогических достижений	
<b>Практический опыт:</b>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</li><li>- планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;</li><li>- планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</li><li>- разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;</li><li>- изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;</li><li>- руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;</li><li>- организации физкультурно-спортивной деятельности;</li></ul>	точность и грамотность анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта; осуществление организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; точность и грамотность планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки; точность и грамотность планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; разработка методических материалов на основе макетов, образцов, требований;	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

<p>- отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы;</p> <p>- оформления портфолио педагогических достижений</p>	<p>выполнение анализа профессиональной литературы, грамотность выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;</p> <p>осуществление руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;</p> <p>осуществление организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>выполнение отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы;</p> <p>точность и грамотность оформления портфолио педагогических достижений</p>	
<b>Общие компетенции</b>		
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии</p>	<p>Инициативность в процессе освоения профессиональной деятельности, активность в процессе обучения, наличие положительных отзывов по итогам практики, участие в соревнованиях и спортивных конкурсах, участие в профориентационной работе.</p> <p>Оценка эффективности и качества выполнения теоретических и практических заданий; выбор, применение методов и способов решения профессиональных задач.</p>	<p>Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике</p>



<p>для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>Осуществление анализа в процессе производственной практики. Решение стандартных и нестандартных профессиональных задач, анализ результатов работы. Нахождение и использование информации для эффективного выполнения профессиональных задач. Самостоятельная оценка эффективности и качества выполнения профессиональных задач. Эффективный поиск необходимой информации для профессиональной деятельности, включая электронные средства и Интернет - ресурсы</p> <p>Активное взаимодействие с обучающимися, преподавателями, действующими спортсменами и судьями высокого уровня, тренерами. Соблюдение этических норм поведения, толерантность.</p> <p>Самоанализ и коррекция результатов собственной работы.</p> <p>Организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля.</p> <p>Анализ новых методов тренировочного процесса, современных разработок в области медицинского обеспечения, питания и восстановительных процедур.</p> <p>Изучение современного тренировочного инвентаря и оборудования.</p>	
---	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	Использование средств профилактики травматизма.	
<b>Профессиональные компетенции</b>		
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	Умение выбирать из существующих и разрабатывать самостоятельно комплекты методического обеспечения для осуществления профессиональной деятельности.	Экспертная оценка выполнения индивидуальных работ по производственной практике
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	Правильный выбор педагогической и методической литературы. Правильный выбор способа решения педагогических проблем методического характера.	
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Умение сравнивать эффективность применяемых методов обучения, с целью выбора наиболее эффективных образовательных технологий с учетом вида образовательного учреждения и особенностей возраста обучающихся.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Эффективное использование инструментов самоанализа и анализа педагогической деятельности, оценки образовательных технологий.	
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Логичность составленной программы профессионального совершенствования. Правильность оформления педагогических разработок. Соответствие педагогических разработок методическим требованиям. Вариативность и эффективность презентации результатов	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>педагогической деятельности. Правильность, содержательность и полнота оформления портфолио педагогических достижений. Владение технологией разработки и методикой проведения уроков-проектов. Правильность оформления результатов педагогического исследования. Результативность участия в исследовательской и проектной деятельности.</p>	
--	---	--

#### 4.2 Перечень заданий для оценки производственной практики

<b>Умения и практический опыт</b>	<b>Примерные задания</b>
Анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.	1. Выполнить анализ годового тематического плана учебного процесса по месту практики. 2. Выполнить анализ плана спортивно-оздоровительной работы по месту практики.
Планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки.	Составить план-график учебно-тренировочного процесса для этапа начальной подготовки в избранном виде спорта.
Планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.	1. Составить положения о проведении спортивно-массового мероприятия «Весёлая лыжня» 2. Составить положения о проведении спортивно-массового мероприятия «Папа, мама, я - спортивная семья!»
Разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований.	1. Выполнить методическую разработку внеклассного мероприятия. 2. Выполнить методическую разработку проведения спортивного праздника.
Изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки.	1. Выступить с докладом на отчётной конференции по практике. 2. Выполнить анализ профессиональной литературы актуальным вопросам оздоровительной тренировки.
Руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта, организации физкультурно-спортивной деятельности.	1. Провести турнир по избранному виду спорта в рамках учебного заведения по месту практики.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	2. Провести турнир по избранному виду спорта в рамках учебного заведения по месту практики.
Отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы.	1. Выбрать средств физического воспитания для проведения учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта. 2. Выбрать методы физического воспитания для развития выносливости во время проведения учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта.
Готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты	1. Оформить отчёт о прохождении практики. 2. Оформить дневника прохождения практики.

#### 4.3 Критерии оценки заданий по производственной практике

Критерии	Качественная оценка
Задание на практику выполнено верно, в полном объеме, с соблюдением необходимой последовательности; проведен правильный анализ и сделаны аргументированные выводы; проявлен творческий подход и демонстрация реальных способов решения конкретных задач	Зачтено
Задание на практику выполнено не верно или не в полном объеме, с нарушением необходимой последовательности; объем выполненной части не позволяет сделать полных выводов	Не зачтено



## АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ ПО ПРАКТИКЕ

Студент(ка) \_\_\_\_\_

ФИО

Группа \_\_\_\_\_, обучающийся(-аяся) по специальности СПО **49.02.01 Физическая культура**

прошел(ла) производственную практику по профессиональному модулю

**ПМ. 03 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.**

в объеме \_\_\_\_\_ часов в период с « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. по « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

в организации \_\_\_\_\_

Формируемые компетенции: ОК 1 – ОК 12;

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

В результате освоения учебной практики обучающийся должен уметь	Виды работ на учебной практике (практический опыт)	Качество выполнения работ <sup>5</sup>	Документация (акты, протоколы и т.д.)
<ul style="list-style-type: none"><li>- анализировать программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать учебно-тренировочный и соревновательный процесс;</li><li>- планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li><li>- разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований;</li><li>- отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- анализ учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</li><li>- планирование подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;</li><li>- планирование физкультурно-оздоровительных и</li></ul>		

<sup>5</sup> Критерии качества выполнения работ:

выполнены полностью самостоятельно – высокий уровень

выполнены с незначительной помощью наставника – средний уровень

выполнены с помощью наставника – низкий уровень



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	<p>спортивно-массовых мероприятий и занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- разработка методических материалов на основе макетов, образцов, требований;</li><li>- руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;</li><li>- организация физкультурно-спортивной деятельности</li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя;</li><li>- использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;</li><li>- оформлять результаты исследовательской работы;</li><li>- готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- изучение и анализ профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;</li><li>- отбор наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы</li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- определять пути самосовершенствования педагогического мастерства</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- оформление портфолио педагогических достижений</li></ul>		

Характеристика учебной и профессиональной деятельности студента во время производственной практики

---

---

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---

---

---

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Руководитель практики от Колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

МП

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

### ХАРАКТЕРИСТИКА

по итогам производственной практики

#### ПМ.03 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности»

Отраженные в аттестационном листе профессиональные компетенции ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4, ПК 3.5 обучающимся \_\_\_\_\_ освоены.  
Ф.И.О.

Во время прохождения производственной практики по профессиональному модулю обучающийся \_\_\_\_\_  
в \_\_\_\_\_  
наименование организации

в период с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. показал(а) следующие результаты по освоению общих компетенций:

Код и наименование компетенции	Результаты освоения (нужное подчеркнуть или «+»)
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Проявлял(а) устойчивый интерес к профессии: соблюдал(а) действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, требования охраны труда и пожарной безопасности, своевременно и качественно выполнял(а) порученные задания (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывал(а) собственную деятельность в соответствии с целями, поставленными руководителем. Задания, выполненные обучающимся, соответствовали предъявляемым требованиям и рекомендациям к их выполнению. Планировал(а) свою работу. Осуществлял(а) самоконтроль при выполнении производственных заданий (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Принимал(а) решения в стандартных и нестандартных ситуациях (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	При необходимости осуществлял(а) поиск информации с целью повышения эффективного выполнения профессиональных задач (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использовал(а) информационно-коммуникационные технологии (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	При работе в команде, общении с клиентами, коллегами, руководителями соблюдал(а) принципы: толерантного отношения; взаимопомощи;



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	вежливого и доброжелательного отношения в общении (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Принимал(а) на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Мотивировал(а) деятельность занимающихся физической культурой и спортом. (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Самостоятельно организовывал(а) деятельность в период прохождения практики, определял(а) задачи ближайшего профессионального и личностного развития (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Хорошо ориентировался(лась) в условиях смены технологий в профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Обеспечивал(а) профилактику травматизма, охрану жизни и здоровья занимающихся (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирования	Соблюдал(а) правовые нормы регулирования профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Владеет профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
Должность

М.П.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение Ш.6  
к ООП по специальности 49.02.01  
Физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ  
(ПРЕДДИПЛОМНОЙ)**

Санкт-Петербург  
2021



## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ	стр.
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ	
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ	





## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

### **1.1 Область применения программы практик**

Программа производственной (преддипломной) практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

### **1.2 Цель и задачи практики**

Производственная (преддипломная) практика направлена на углубление первоначального практического опыта обучающегося, развитие общих и профессиональных компетенций, проверку его готовности к самостоятельной трудовой деятельности, а также на подготовку к выполнению выпускной квалификационной работы.

#### **Планируемые результаты практики.**

В результате прохождения производственной (преддипломной) практики обучающийся должен:

##### приобрести практический опыт:

- анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;
- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно- методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся;
- изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; оформления портфолио;
- теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры педагогических достижений;
- презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений;
- участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

#### **Формируемые компетенции**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.



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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

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

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ (ПРЕДДИПЛОМНОЙ) ПРАКТИКИ

### 2.1 Объем времени

Вид практики	Количество часов	Количество недель	Курс / семестр
Производственная (преддипломная)	144	4	4 курс / 8 семестр

### 2.2 Содержание работ по производственной (преддипломной) практике в соответствии с темой выпускной квалификационной работы

Виды работ	Количество времени на выполнение	Приобретение практического опыта	Формируемые компетенции	Вид профессиональной деятельности
Ознакомление с деятельностью организации, ее организационной структурой	6	- анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12	Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
Изучение учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс в образовательном учреждении	12	- применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;	ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 1.7, ПК 1.8, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4, ПК 3.5	Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.
Посещение учебно-тренировочных занятий с целью изучения педагогического опыта в области физической культуры и спорта.	16	- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их		Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.
Анализ учебно-методических материалов: рабочих программ, учебно-тематических планов	12			
Составление и проведение инструктажа по технике безопасности	8			



изучаемого вида спорта.		совершенствованию и коррекции;		
Составление планов-конспектов учебно-тренировочных занятий.	16	- анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры,		
Составление тестов для педагогического тестирования.	12	разработки предложений по их совершенствованию;		
Составление разработок спортивно-массовых мероприятий для различных групп населения.	16	- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре;		
Составление положения о проведении соревнований в избранном виде спорта.	14	применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;		
Подбор оборудования и инвентаря для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	12	- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой,		
Оформление портфолио педагогических достижений	12	обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями,		
Подготовка, оформление отчета по практике.	8	разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;		



		<p>- ведения документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;</p> <p>- анализа учебно - методических комплектов, разработки учебно - методических материалов (рабочих программ, учебно - тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся;</p> <p>- изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; оформления портфолио;</p> <p>- теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры</p>		
--	--	--	--	--



		педагогических достижений; - презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений; - участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания		
--	--	--	--	--

Виды работ указываются в задании на производственную (преддипломную) практику в соответствии с темой выпускной квалификационной работы и базой практики.

### 2.3 Методические рекомендации для обучающегося по прохождению практики

*До начала практики обучающийся:*

- Знакомится с содержанием программы практики.
- Выбирает базу практики и заключает договор. Обучающийся может пройти практику на базе:

организаций, заключивших коллективные договоры об организации и проведении практики с колледжем;

профильной организации, выбранной обучающимся самостоятельно, по согласованию с руководителем практики от колледжа, заключив с ней индивидуальный договор.

- В случае заключения договора предоставляет его руководителю практики от колледжа.
- Получает задания на практику, в том числе индивидуальное задание, у руководителя практики от колледжа.
- Участвует в установочной конференции.

*В период прохождения практики обучающийся:*

- руководствуется «Положением об организации и проведении практик»;
- своевременно выполняет задания, предусмотренные данной программой;
- ежедневно заполняет дневник практики.

*После прохождения практики обучающийся:*

- Предоставляет документы (формы отчётности) в колледж:
  - аттестационный лист (приложение 2);
  - характеристику (приложение 3);
  - дневник (приложение 4);
  - отчет о практике в соответствии с заданием на практику (приложение 5, 6).
- Проходит промежуточную аттестацию по итогам практики на основании результатов ее прохождения, подтверждаемых документами соответствующих организаций.
- Участвует в итоговой конференции.

#### **Требования к написанию отчета обучающегося:**

Отчет по практике составляется обучающимся в виде единого документа. К отчету прикладываются дневник практики, характеристика, аттестационный лист, заверенные руководителями практики от организации и колледжа.

В отчете должны быть отражены все результаты выполнения заданий за период практики.

*Структура отчета:*

- введение (цели, задачи практики, место, сроки прохождения практики и др.);
- характеристика базы прохождения практики;
- основная часть;
- результаты выполнения индивидуального задания;



- заключение (описание основных выводов и предложений обучающегося по результатам практики);
- список литературы и информационных ресурсов;
- приложения.

Требования к тексту отчёта.

Работа выполняется на стандартных листах бумаги формата А4, расположенных вертикально; поля: справа - 1 см, слева - 3 см, сверху - 2 см, снизу - 2 см. Текст набирается на компьютере в редакторе Microsoft Word, шрифт - Times New Roman, размер - 14, межстрочный интервал - полуторный, на одной стороне листа, выравнивание текста работы делается по ширине листа. Работа должна быть написана грамотно в научном стиле. Работа предоставляется руководителю в печатном и электронном виде (на внешнем носителе).

Сроки предоставления обучающимися отчетных документов по практике - последний день практики.





### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ**

#### **3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению производственной (преддипломной) практики.**

Производственная (преддипломная) практика проводится на базе образовательных учреждений различного типа, в учреждениях дополнительного образования, в учреждениях (организациях) отдыха, оздоровительных учреждениях (организациях), а также физкультурно-спортивных организациях.

Организация (база практики) должна соответствовать следующим требованиям:

- наличие возможности реализовать программу практики;
- наличие квалифицированного персонала, необходимого для руководства практикой и проведения контроля;
- близкое, по возможности, территориальное расположения организации для прохождения практики.

#### **3.2. Информационное обеспечение практики**

*Нормативно-правовые акты:*

1. Федеральный закон РФ «Об образовании» от 21 декабря 2012 года № 273-ФЗ.
2. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. От 31.12.2014) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2015г).

*Основная литература:*

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 13-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 496 с. – (Сер. Бакалавриат).

*Дополнительная литература:*

Психология: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан, А.Д. Андреева]; под ред. И.В. Дубровиной – 13-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 496 с.

Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогун. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272 с. – (Сер. Бакалавриат).

Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка. – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 464 с. – (Сер. Бакалавриат).

Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры, [Макаров Ю. М., Луткова Н. В., Минина Л. Н., и др.]; под ред.: Ю. М. Макарова – 3-е изд., стер. Издание. М.: Издательский центр «Академия», 2014г. – 272 с.

*Электронные издания и Интернет-ресурсы:*

ЭБС «Академия» <http://www.academia-moscow.ru>



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРАКТИКИ В ХОДЕ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Результаты обучения	Формы и методы контроля оценки результатов обучения
<p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию;</li><li>- определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;</li><li>- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</li><li>- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li><li>- анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработки предложений по их совершенствованию;</li><li>- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре;</li><li>- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</li><li>- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся;</li><li>- наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li><li>- ведения документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;</li><li>- анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся;</li><li>- изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов; оформления портфолио;</li><li>- теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры педагогических достижений;</li></ul>	<p>Наличие положительного аттестационного листа по практике от организации и образовательной организации об уровне освоения профессиональных компетенций;</p> <p>Наличие положительной характеристики организации на обучающегося по освоению общих компетенций в период практики;</p> <p>Полнота и своевременность представления дневника практики и отчета о практике в соответствии с заданием на практику.</p>



- презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений;
- участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

**Общие и профессиональные компетенции:**

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

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

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

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

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

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

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

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.



ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ  
ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ (ПРЕДДИПЛОМНОЙ) ПРАКТИКЕ**

**1. Общие положения**

Промежуточная аттестация по производственной (преддипломной) практике проводится в форме дифференцированного зачета.

Дифференцированный зачет по итогам практики проводится на основании результатов ее прохождения, подтверждаемых документами:

- положительного аттестационного листа по практике от организации и образовательной организации об уровне освоения профессиональных компетенций.
- наличия положительной характеристики организации на обучающегося по освоению общих компетенций в период практики.
- полноты и своевременности представления дневника практики и отчета о практике в соответствии с заданием на практику.

**2. Контроль и оценка образовательных результатов**

Предметом оценки производственной (преддипломной) практики является приобретенный практический опыт.

**2.1. Показатели оценки образовательных результатов**

<b>Образовательные результаты (практический опыт)</b>	<b>Показатели оценки результата</b>
Анализ учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре.	Владение методикой составления планирующей документации подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки.
Применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.	Владение приемами страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.
Проведение диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции.	Осуществление педагогического контроля, оценивание процесса и результатов деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях, разработке предложений по их совершенствованию.
Анализ планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработке предложений по их совершенствованию.	Планирование и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, с учетом возраста, пола, морфо - функциональных и индивидуально - психологических особенностей обучающихся, уровня их физической и технической подготовленности
Определение целей и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре.	Планирование, проведение и анализ внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре.
Ведение документации, обеспечивающей организацию физкультурно-	Оформление документации, обеспечивающей организацию и проведение



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.	физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
Анализ учебно–методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	Анализ и оформление учебно-методических материалов, с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
Изучение и анализ педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов, оформления портфолио.	Систематизация педагогического опыта в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов, оформление портфолио.
Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры педагогических достижений.	Оформление методических разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Поиск и анализ информации, необходимой для решения профессиональных задач, составление разработок в виде отчетов, написание рефератов, подготовка выступлений.
Участие в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.	Проведение исследовательской работы, организация проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

## 2.2 Перечень заданий для оценки производственной (преддипломной) практики

Практический опыт	Примерные задания
Задания, проверяющие практический опыт	
Анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию;	Ознакомиться с макетами учебно-планирующей и методической документации, а также разработанной документацией, проанализировать и внести предложения по совершенствованию.
Применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.	Проанализировать документацию по технике безопасности, провести инструктажи по технике безопасности изучаемого вида спорта; применить приёмы страховки и само страховки при проведении учебных и учебно-тренировочных занятий.
Проведение диагностики физической подготовленности обучающихся; наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем	Составить планы-конспекты уроков для разных классов и параллелей. Провести анализ и самоанализ уроков.





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции.	Оценить физическую подготовленность учащихся (тестирование, прием контрольных нормативов, оценка уровня технической подготовленности и т.д.).
Анализ планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработке предложений по их совершенствованию.	Составить планы-конспекты учебно-тренировочных занятий. Оформить разработку спортивно-массового мероприятия для различных групп населения.
Определение целей и задач, планирования, проведения, анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре.	Составить положение о проведении соревнований в избранном виде спорта
Ведение документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности	Оформить документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.
Анализ учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	Проанализировать учебно-методические комплекты, разработки учебно-методических материалов учебно-тренировочные занятия на соответствие федеральным государственным образовательным стандартам и примерным основным образовательным программам с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
Изучение и анализ педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов, оформления портфолио.	Найти и проанализировать источники информации по теме исследования, пользуясь электронным или бумажным каталогом, справочно-библиографическими пособиями, поисковыми системами Интернета. Оформить портфолио педагогических достижений.
Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры педагогических достижений.	Разработать индивидуальный план методической работы на период практики.
Презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Найти и проанализировать информацию, необходимую для решения профессиональных задач, составить методические разработки в виде отчетов, написания рефератов, подготовить выступление.
Участие в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.	Предложить темы исследовательской и проектной



работы в области физического воспитания, составить план работы по теме.

#### **Комплексные задания**

Выполняются в соответствии с ПМ, в соответствии с заданием и темой выпускной квалификационной работы

1. Разработать индивидуальный план методической работы на период практики.
2. Найти и проанализировать источники информации по теме исследования, пользуясь электронным или бумажным каталогом, справочно-библиографическими пособиями, поисковыми системами Интернета.
3. Составить планы-конспекты уроков для разных классов и параллелей.
4. Оформить документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.
5. Составить планы-конспекты учебно-тренировочных занятий.
6. Составить положение о проведении соревнований в избранном виде спорта.
7. Оформить разработку спортивно-массового мероприятия для различных групп населения.
8. Провести инструктажи по технике безопасности изучаемого вида спорта.
9. Оформить портфолио педагогических достижений.

### **2.3 Критерии оценки заданий по производственной (преддипломной) практике**

<b>Критерии</b>	<b>Качественная оценка образовательных результатов</b>
Задание на практику выполнено верно, в полном объеме, с соблюдением необходимой последовательности; проведен правильный анализ и сделаны аргументированные выводы; проявлен творческий подход и демонстрация реальных способов решения конкретных задач	Зачтено
Задание на практику выполнено не верно или не в полном объеме, с нарушением необходимой последовательности; объем выполненной части не позволяет сделать полных выводов	Не зачтено

### **2.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения**

#### **Цель процедуры:**

Целью промежуточной аттестации по производственной (преддипломной) практике является оценка сформированности у обучающегося практического опыта, общих и профессиональных компетенций, комплексного освоения вида профессиональной деятельности, в ходе прохождения производственной (преддипломной) практики на основании результатов ее прохождения, подтверждаемых документами соответствующих организаций.

#### **Субъекты, на которые направлена процедура:**

Процедура оценивания должна охватывать всех без исключения обучающихся, проходивших практику. В случае, если обучающийся не проходил процедуру без уважительных причин, то он считается имеющим академическую задолженность.

#### **Период проведения процедуры:**

Процедура оценивания проводится по окончании прохождения практики, как правило, в последний день практики. В противном случае, составляется и утверждается директором колледжа индивидуальный график прохождения промежуточной аттестации для каждого обучающегося.

#### **Требования к фонду оценочных средств:**





Проведение процедуры не предусматривает применения специально разработанных оценочных средств в виде перечня вопросов, заданий и т.п. Результаты процедуры определяются руководителем практики на основании результатов ее прохождения, подтверждаемых документами соответствующих организаций: положительного аттестационного листа по практике от организации или образовательной организации, наличия положительной характеристики на обучающегося, полноты и своевременности представления дневника практики и отчета о практике в соответствии с заданием на практику.

**Описание проведения процедуры:**

Каждый обучающийся в течение практики обязан выполнить установленный программой практики объем работ, составить отчет по практике в соответствии с заданием на практику, заполнить дневник практики, предоставить положительный аттестационный лист и характеристику. Успешность, своевременность выполнения указанных работ являются условием прохождения процедуры.



**Форма аттестационного листа**  
**АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ ПО ПРАКТИКЕ**

Студент(ка) \_\_\_\_\_

*ФИО*

Группа \_\_\_\_\_, обучающийся(-аяся) по специальности СПО **49.02.01 Физическая**

**культура**

прошел(ла) производственную (преддипломную) практику  
в объеме \_\_\_\_\_ часов в период с «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. по «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

в организации \_\_\_\_\_

Формируемые компетенции: ОК 1 – ОК 12;

ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1 Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.



<b>В результате освоения производственной практики обучающийся должен уметь</b>	<b>Виды работ на производственной практике (практический опыт)</b>	<b>Качество выполнения работ<sup>6</sup></b>	<b>Документация (акты, протоколы и т.д.)</b>
<p>- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий;</p> <p>- проводить учебно-тренировочные занятия с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;</p> <p>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</p> <p>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;</p> <p>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;</p>	<p>анализ учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</p> <p>-определение цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;</p> <p>-применение приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>-практический опыт тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;</p>		
<p>- использовать различные методы, приемы и формы руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</p> <p>- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;</p>	<p>наблюдение, анализ и самоанализ учебно-тренировочных занятий; обсуждение отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработка</p>		

<sup>6</sup> Критерии качества выполнения работ:  
выполнены полностью самостоятельно – высокий уровень  
выполнены с незначительной помощью наставника – средний уровень  
выполнены с помощью наставника – низкий уровень



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	предложений по их совершенствованию и коррекции;		
<ul style="list-style-type: none"><li>- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;</li><li>- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;</li><li>- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов</li></ul>	ведение документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов; проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта		
<b>СУДЕЙСТВО</b> (реализация обобщенных трудовых функций D, C ПС «Спортивный судья»)			
<ul style="list-style-type: none"><li>- проводить тренировочное занятие по физической подготовке футбольного арбитра;</li></ul>	проведение тренировочных занятий по физической подготовке футбольного арбитра		
<ul style="list-style-type: none"><li>- осуществлять контроль за исполнением регламента соревнований и других необходимых документов, касающихся соревнований;</li><li>- уметь составлять регламент соревнований;</li><li>- осуществлять контроль требований правил игры на всех этапах работы судей</li><li>- заполнять протокол матча (в т.ч. в электронный протокол)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- контроль полноты поступивших из мандатной комиссии документов и организация их хранения до завершения спортивного соревнования;</li><li>- проведение работы по подготовке и выпуску рабочих, промежуточных и официальных итоговых протоколов результатов спортивных соревнований;</li><li>- подготовка отчетной документации по проведению соревнований</li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- взаимодействовать со всеми участниками соревновательного процесса</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- проведение жеребьевки;</li><li>- принятие решения по вопросам, возникающим при проведении соревнований,</li></ul>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	урегулирование которых не предусмотрено правилами вида спорта, положением (регламентом) о спортивном соревновании		
- осуществлять контроль и управление игрой	остановка или иное вмешательство в ход отдельного направления или этапа спортивных соревнований в соответствии с правилами вида спорта при возникновении факторов, влекущих за собой нарушения правил вида спорта и положения или регламента о спортивном соревновании, при возникновении угрозы жизни и здоровью участников соревнования и иных лиц, а также в иных случаях, предусмотренных правилами вида спорта		
- владеть методикой судейства	- вести разъяснительную работу и осуществлять инструктаж; - контроль подачи обязательных для выполнения участниками соревнования и спортивными судьями сигналов, регулирующих ход соревнования по отдельному виду спорта или спортивной дисциплине или этапа спортивных соревнований, в соответствии с правилами вида спорта		
- осуществлять самоанализ и анализ качества судейства соревнований (основные причины судейских ошибок) на основании	анализ событий и технических действий участников, а также решений судей с точки зрения правил футбола и положения (регламента)		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

требований специальных комиссий; - участвовать в учебно-методических просмотрах по оценке работы судей	спортивных соревнований либо практики судейства, этических норм в области спорта		
- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности; - комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся; - планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	- анализ планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию; - определение цели и задач, планирования, проведения, анализ и оценка физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;		
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;	- наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	совершенствованию и коррекции		
<p>- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа</p>	<p>- ведение документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений</p>		
<p>- анализировать программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать учебно-тренировочный и соревновательный процесс; - планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; - отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки</p>	<p>- анализ учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; - планирование подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки; - планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; - разработка методических материалов на основе макетов, образцов, требований; - руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;</p>		



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

	- организация физкультурно-спортивной деятельности		
- определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя; - использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем; - оформлять результаты исследовательской работы; - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты	- изучение и анализ профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки; - отбор наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы		
- определять пути самосовершенствования педагогического мастерства	- оформление портфолио педагогических достижений		

Характеристика учебной и профессиональной деятельности студента во время производственной практики

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Руководитель практики от Колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

М П

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.





**Форма характеристики  
ХАРАКТЕРИСТИКА  
по итогам производственной (преддипломной) практики**

Отраженные в аттестационном листе профессиональные компетенции ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.2.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 1.7, ПК 1.8, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4, ПК 3.5 обучающимся \_\_\_\_\_ освоены.

Ф.И.О.

Во время прохождения производственной (преддипломной) практики обучающийся \_\_\_\_\_ в \_\_\_\_\_

наименование организации \_\_\_\_\_  
в период с «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. показал(а) следующие результаты по освоению общих компетенций:

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Результаты освоения (нужное подчеркнуть или «+»)</b>
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Проявлял(а) устойчивый интерес к профессии: соблюдал(а) действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, требования охраны труда и пожарной безопасности, своевременно и качественно выполнял(а) порученные задания  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывал(а) собственную деятельность в соответствии с целями, поставленными руководителем. Задания, выполненные обучающимся, соответствовали предъявляемым требованиям и рекомендациям к их выполнению. Планировал(а) свою работу. Осуществлял(а) самоконтроль при выполнении производственных заданий  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Принимал(а) решения в стандартных и нестандартных ситуациях  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	При необходимости осуществлял(а) поиск информации с целью повышения эффективного выполнения профессиональных задач  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использовал(а) информационно-коммуникационные технологии  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	При работе в команде, общении с клиентами, коллегами, руководителями соблюдал(а) принципы: толерантного отношения; взаимопомощи; вежливого и доброжелательного отношения в общении (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Принимал(а) на себя ответственность за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. Мотивировал(а) деятельность занимающихся физической культурой и спортом.  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Самостоятельно организовывал(а) деятельность в период прохождения практики, определял(а) задачи ближайшего профессионального и личностного развития  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Хорошо ориентировался(лась) в условиях смены технологий в профессиональной деятельности  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Обеспечивал(а) профилактику травматизма, охрану жизни и здоровья занимающихся (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирования	Соблюдал(а) правовые нормы регулирования профессиональной деятельности (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>
ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	Владеет профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта  (нужное подчеркнуть) <input type="checkbox"/>

Руководитель практики от организации

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ /

Должность

М.П.

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Форма дневника практики

**Оценка результатов освоения практики**

**Приложение 4**

Итого по практике всего \_\_\_\_\_ часов

Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Отзыв руководителя практики от колледжа о работе обучающегося

(с указанием выполнения программы практики, уровня  
самоорганизации, своевременности выполнения заданий,

информативности и качества отчета, рекомендаций, пожеланий и  
недостатков)

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики от колледжа:

(подпись)

МП

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ДНЕВНИК ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ (ПРЕДДИПЛОМНОЙ)  
ПРАКТИКИ**

студента \_\_\_\_\_

группа \_\_\_\_\_ специальность \_\_\_\_\_

---

---

Период практики

с « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Санкт-Петербург





Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Содержание объема выполненных работ подтверждаю

Руководитель \_\_\_\_\_ практики \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ предприятия:

\_\_\_\_\_  
(подпись)

МП

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

Приложение 5

**Форма титульного листа отчета обучающегося о практике**

Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель практики от организации

\_\_\_\_\_  
должность, ФИО

\_\_\_\_\_  
подпись  
МП

20\_\_ г.

ОТЧЕТ  
О ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ (ПРЕДДИПЛОМНОЙ) ПРАКТИКЕ

\_\_\_\_\_  
(фамилия, имя, отчество обучающегося)

\_\_\_\_\_  
(шифр и полное наименование специальности)

\_\_\_\_\_  
Место практики полное наименование организации в соответствии с договором

\_\_\_\_\_  
итоговая оценка

\_\_\_\_\_  
Руководитель практики от колледжа

\_\_\_\_\_  
подпись, ФИО

Санкт-Петербург, 20\_\_ г.



**Форма задания по практике**

Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Малоохтинский колледж»

**ЗАДАНИЕ**  
по производственной практике

\_\_\_\_\_ (шифр и наименование специальности)

Группа: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

Ф.И.О. обучающегося \_\_\_\_\_

Дата выдачи задания: « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Отчёт с заданием на практику должен быть сдан не позднее « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Задание, выполняемое обучающимся во время практики:

Виды работ	Количество времени на выполнение (час/нед)	Формируемые компетенции

Руководитель практики от колледжа \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись \_\_\_\_\_ ФИО, полностью

Согласую программу практики, содержание, планируемые результаты практик, задание на практику.

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись \_\_\_\_\_ ФИО, полностью



Форма отчета руководителя производственной (преддипломной) практики

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа

\_\_\_\_\_   
подпись, Ф.И.О.

Отчет руководителя практики по результатам производственной (преддипломной)  
практики колледжа

Специальность		
Форма обучения, курс		
Сроки прохождения практики	Должна пройти по графику учебного процесса с _____ по _____	Состоялась с _____ по _____ Причины изменения сроков, № приказа:
Количество студентов	Должны пройти: _____ чел.	Прошли практику: _____ чел.
		Причины отсутствия студентов:
Базы практики (количество)	в Санкт-Петербурге – _____ в Ленинградской области – _____ за пределами Ленинградской области – _____	
Дата проведения установочной конференции		
Наличие отметки в журнале инструктажа по технике безопасности		
Посещение баз практики руководителем практикой от колледжа	Запланировано – _____ Посетил – _____	
Дата проведения итоговой конференции		
Представление отчетных документов в ООП	наличие Программы практики приказа директора договоров	
Результат:	«5» – _____ чел. «4» – _____ чел. «3» – _____ чел. «2» – _____ чел. (причины)	
Замечания, предложения по совершенствованию организации и проведения практики:		
от работодателя		
от обучающихся		
от руководителя практикой		
Дополнительная информация		

Руководитель практики от колледжа: \_\_\_\_\_  
подпись, расшифровка

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.