

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



УТВЕРЖДАЮ»
Директор института СПО
/М.С. Гладышева/

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

МДК. 01.03 Теория и методика физического воспитания

44.02.03 Педагогика дополнительного образования
(физкультурно-оздоровительная деятельность)

Форма обучения: **очная**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (физкультурно-оздоровительная деятельность), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.11.2023 г. № 855.

Место дисциплины в структуре ППССЗ СПО: учебная дисциплина **МДК. 01.03 Теория и методика физического воспитания**

Учебная дисциплина «Теория и методика физического воспитания» входит в перечень дисциплин профессионального цикла (ПЦ), раздела **«Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам»** профессионального модуля 01 (ПМ. 01)

Рабочая программа разработана ПЦК гуманитарного профиля

Разработчики рабочей программы:

Шевяков А.Н., преподаватель 1 категории института СПО

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 ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

МДК. 01.03 Теория и методика физического воспитания

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (физкультурно-оздоровительная деятельность) и используется в следующих сферах деятельности:

- организационно-педагогическое обеспечение по основным направлениям воспитания детей и молодежи (по выбору);
- организационно-педагогическое обеспечение дополнительного образования детей и молодежи;
- организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ;
- преподавание по дополнительным общеобразовательным программам;

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по смежным специальностям.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина относится к обязательным дисциплинам профессионального цикла (ПЦ), профессионального модуля 01 (ПМ.01) учебного плана по специальности СПО 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (физкультурно-оздоровительная деятельность), шифр дисциплины по учебному плану МДК. 01.03

Для освоения дисциплины **«Теория и методика физического воспитания»** необходим комплекс знаний, умений, навыков, способов деятельности и установок, полученных и сформированных у студентов в ходе изучения дисциплин профессионального цикла и направлено на формирование общих и профессиональных компетенций.

Изучается в 4 семестре

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Уметь:

- находить и использовать информацию, необходимую для подготовки к занятиям;
- определять цели и задачи занятий в избранной области деятельности;

- разрабатывать планы, конспекты, сценарии занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики области дополнительного образования детей;

- педагогически обоснованно выбирать и реализовывать разные формы, методы, приемы обучения и воспитания при работе с одновозрастным и (или) разновозрастным объединением детей по интересам в избранной области деятельности, в том числе с учетом возрастных, индивидуальных и личностных особенностей обучающихся и группы детей;

- демонстрировать способы, приемы деятельности в избранной области дополнительного образования детей;

- стимулировать познавательную активность на занятии, создавать условия для развития мотивации детей к избранной области деятельности;

- создавать на занятии условия для самопознания и самосовершенствования;

- выявлять и поддерживать одарённых в избранной области детей и детей;

- работать с детьми, имеющими отклонения в развитии, девиантное поведение;

- проводить педагогическое наблюдение за занимающимися;

- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с детьми и родителями (лицами, их заменяющими);

- взаимодействовать с участниками образовательного процесса и родителями (лицами, их заменяющими);

- использовать ИКТ и технические средства обучения в образовательном процессе;

- контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся, результаты освоения программы дополнительного образования;

- осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении занятий, корректировать цели, содержание, методы и средства обучения по ходу и результатам их проведения;

- анализировать занятия в избранной области дополнительного образования;

- осуществлять дополнительное образование детей в избранной области деятельности на общекультурном, углубленном, профессионально-ориентированном уровнях;

- вести учебную документацию;

Знать:

- технологические основы деятельности в избранной области дополнительного образования;

- психолого-педагогические основы проведения занятий с детьми по программам дополнительного образования в избранной области деятельности;

- особенности дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- теоретические основы и методику планирования занятий в избранной области дополнительного образования детей;
- принципы отбора и структурирования содержания дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- методы, методики и технологии организации деятельности детей в избранной области дополнительного образования;
- основы комплектования, виды и функции разновозрастного и (или) разновозрастного объединения детей по интересам дополнительного образования детей;
- способы активизации учебно-познавательной деятельности детей разного возраста, педагогические условия развития мотивации к избранной области деятельности;
- педагогические и методические основы развития творческой индивидуальности личности в избранной области деятельности;
- специфику работы с детьми разного возраста, одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями, девиантным поведением;
- основные виды технических средств обучения, ИКТ и их применение в образовательном процессе;
- инструментарий и методы контроля качества процесса и результатов дополнительного образования в избранной области деятельности;
- педагогические и гигиенические требования к организации обучения избранному виду деятельности;
- логику анализа занятий;
- методику бизнес-планирования, основы взаимодействия с социальными партнёрами по вопросам организации дополнительного образования в избранной области деятельности;
- виды документации, требования к ее оформлению.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС СПО и ОПОП СПО поданной специальности:

а) общих: -

б) профессиональных:

ПК 1.3. Определять цель и задачи преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;

ПК 1.5. Контролировать и корректировать процесс обучения по дополнительной общеобразовательной программе.

ПК 1.7. Планировать и проводить занятия и другие формы обучения по дополнительным общеобразовательным программам в соответствии с действующими санитарными нормами и правилами.

ПК 1.8. Анализировать занятия организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

**максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 102 часа;
самостоятельной работы обучающегося 0 часов.**

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	102
в том числе:	
лекционные занятия	34
лабораторные занятия	
практические занятия	68
контрольные работы	
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	
рефераты, домашняя работа	
Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой: 4 семестр	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины: МДК. 01.03 Теория и методика физического воспитания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Теория и методика физического воспитания				
Тема 1.1. Общая характеристика теории и методики физического воспитания	Содержание учебного материала		2	
	1	Теория и методика физического воспитания как учебная дисциплина, ее основные понятия	2	1,2
	Практические занятия			
	1			
	Самостоятельная работа			
	1			
Тема 1.2 Система физического воспитания в Российской Федерации	Содержание учебного материала		6	
	1	Понятие, цель и задачи физического воспитания	2	1,2
	2	Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания	4	1,2
	Практические занятия			
	1			
	Самостоятельная работа			
	1			
Тема 1.3. Средства и методы физического воспитания	Содержание учебного материала		4	
	1	Средства физического воспитания	2	1,2
	2	Методы физического воспитания	2	1,2
	Практические занятия		12	
	1	Физические упражнения, как средства физического воспитания	4	2,3
	2	Гигиенические факторы и оздоровительные силы природы	2	2,3
	3	Методы строго регламентированного упражнения	2	2,3
	4	Круговой метод. Метод наглядности	2	2,3
	5	Игровой и соревновательный методы	2	2,3
	Самостоятельная работа			
	1			
Тема 1.4. Общеметодические и	Содержание учебного материала		4	
	1	Общеметодические принципы	2	1,2

специфические принципы физического воспитания	2	Специфические принципы	2	1,2
	Практические занятия		12	
	1	Принцип системного чередования нагрузок и отдыха	2	2,3
	2	Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий	4	2,3
	3	Принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок	2	2,3
	4	Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания	4	2,3
	Самостоятельная работа			
Тема 1.5 Основы теории и методики обучения двигательным действиям	1			
	Содержание учебного материала		2	
	1	Основы формирования двигательного навыка	2	1,2
	Практические занятия		4	
	1	Структура процесса обучения и особенности его этапов	4	2,3
	Самостоятельная работа			
	1			
Раздел 2. Теоретико- практические основы развития физических качеств			40	
Тема 2.1 Понятие о физических качествах	Содержание учебного материала		10	
	1	Сила и основы методики ее воспитания	2	1,2
	2	Скоростные способности и основы методики их воспитания	2	1,2
	3	Выносливость и основы методики ее воспитания	2	1,2
	4	Гибкость и основы методики ее воспитания	2	1,2
	5	Двигательно-координационные способности и основы методики их воспитания	2	1,2
	Практические занятия		30	
	1	Средства воспитания силы	2	2,3
	2	Методика воспитания силы	2	2,3
	3	Контрольные упражнения для определения уровня силовых возможностей	2	2,3
	4	Средства воспитания скоростных способностей	2	2,3
	5	Методика воспитания скоростных способностей	2	2,3
	6	Контрольные упражнения для определения уровня скоростных способностей	2	2,3
	7	Средства воспитания выносливости	2	2,3
	8	Методика воспитания выносливости	2	2,3
	9	Контрольные упражнения для определения уровня развития выносливости	2	2,3
	10	Средства воспитания гибкости	2	2,3
	11	Методика воспитания гибкости	2	2,3

	12	Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости	2	2,3
	13	Средства воспитания двигательного-координационных способностей	2	2,3
	14	Методика воспитания двигательного-координационных способностей	2	2,3
	15	Контрольные упражнения для определения уровня двигательного-координационных возможностей	2	2,3
	Самостоятельная работа			
	1			
Раздел 3. Теория и методика спорта				
Тема 3.1. Общая характеристика спорта	Содержание учебного материала		6	
	1	Общая характеристика спорта	2	1,2
	2	Основы спортивной тренировки	2	1,2
	3	Основы построения тренировочного процесса	2	1,2
	Практические занятия		10	
	1	Средства спортивной тренировки	2	2,3
	2	Методы спортивной тренировки	2	2,3
	3	Планирование спортивной тренировки	4	2,3
	4	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена	2	2,3
	Самостоятельная работа			
	1			
Промежуточная аттестация в форме: зачет с оценкой 4 семестр				
Всего			102 часа	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета теории и методики физического воспитания (учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)

Оборудование:

Ноутбук преподавателя HP15DB0098UR

Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации по дисциплине.

Программа предусматривает применение технологий электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 191 с.
2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры. Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: КноРус, 2020. – 448 с.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. – Москва: Спорт-Человек, 2020. – 342 с. – ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный (дата обращения 20.08.2023)
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва: Спорт-Человек, 2021. – 520 с.
5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. – 2-е изд., с измен. и дополн. – Москва: Спорт-Человек, 2017. – 432 с.
6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 793 с.
7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 493 с.

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 531 с.

Дополнительные источники:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва: Спорт-Человек, 2021. – 520 с. – ISBN 978-5-907225- 59-6. — Текст: электронный (дата обращения 20.08.2023)

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.
2. Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики <http://sport.minstm.gov.ru>
3. ООО «Издательство Лань» Электронно-библиотечная система, Адрес для работы: <http://www.e.lanbook.com>
4. Образовательная платформа «Юрайт», Адрес для работы: <https://urait.ru/>
5. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/press/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения по учебной дисциплине	Формируемые компетенции	Оценочные средства по дисциплине
Уметь: - находить и использовать информацию, необходимую для подготовки к занятиям; - определять цели и задачи занятий в избранной области	ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 1.7 ПК 1.8	Комплект тестирования. Задания для контрольной работы. Вопросы для зачета с оценкой

<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none">- разрабатывать планы, конспекты, сценарии занятий с учетом возрастных и индивидуальных источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;- использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности;- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;- использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с функциональными возможностями организма обучающихся		
--	--	--

при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных занятий;

- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
- организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство;
- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;
- осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий;
- анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

Знать:

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы

внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

- требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий;
- приемы, способы страховки и самостраховки;
- виды документации, требования к ее оформлению.

Иметь практический опыт:

- деятельности в избранной области дополнительного образования детей;
- анализа планов и организации занятий по программам дополнительного образования детей в избранной области деятельности, разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения занятий по программам дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- ведения документации, обеспечивающей

образовательный процесс.		
-----------------------------	--	--