

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А.БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор института СПО  
/М.А. Харламова



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**МДК. 01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и  
руководства соревновательной деятельностью**

49.02.01 Физическая культура

Углубленный уровень подготовки

Форма обучения: **очная**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022 г. № 968.

Место дисциплины в структуре ППССЗ СПО: учебная дисциплина МДК. 01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью входит в перечень дисциплин профессионального цикла (ПМ. 01).

Рабочая программа разработана на кафедре теории и методики физического воспитания

Разработчики рабочей программы:

Лавриненко В.И., преподаватель института СПО

Шеменева С.В., преподаватель института СПО

Рецензент:

Карасева Е.Н., к.п.н., доцент

## **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. 01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

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:**

Шифр дисциплины по учебному плану: МДК. 01.01

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам профессионального цикла учебного плана по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Для освоения дисциплины «Подготовка педагога дополнительного образования в избранной области деятельности» необходим комплекс знаний, умений, навыков, способов деятельности и установок, полученных и сформированных у студентов в ходе изучения дисциплин общепрофессионального цикла: Педагогика, Психология, Теория и история физической культуры, Возрастная анатомия, физиология и гигиена, Биомеханика и спортивная физиология.

Освоение данной дисциплины в качестве предшествующей необходимо при изучении дисциплины МДК 01.03 Методика спортивных дисциплин, а также учебных и производственных практик и других дисциплин профессионального цикла. Изучается в 4,5,6 семестрах.

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций:

ПК 1.1, ПК 1.3, ПК 1.5

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

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения дисциплины 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;
- владения техникой двигательных действий, технологиями подготовки к соревнованиям, тактикой спортивной борьбы;
- методами оценки технической и физической подготовленности занимающихся;
- навыками обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- навыками ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;
- навыками разработки методического обеспечения организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- навыками использования спортивного инвентаря и оборудования, средств наглядности и компьютерной техники, необходимых для качественного проведения учебно-тренировочных и досуговых мероприятий по физической культуре и спорту;
- приёмами систематизации педагогического опыта в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов; коммуникационными технологиями в профессиональной деятельности;
- оформления методических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений;
- участия в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта, приёмами систематизации педагогического опыта в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов; коммуникационными технологиями в профессиональной деятельности.

#### **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;

- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт при обучении технике двигательных действий, планировании и проведении учебно-тренировочных занятий, руководить соревновательной деятельностью спортсменов;

- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися; проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности; организовывать педагогический контроль;

- оформлять документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

- планировать методы тренировочного процесса по циклам учебно-тренировочной работы; составлять конспекты занятий; организовывать тренировочные занятия; руководить соревновательной деятельностью;

- выбирать и демонстрировать спортивный инвентарь и оборудование, средства наглядности и компьютерной техники, необходимые для качественного проведения учебно-тренировочных и досуговых мероприятий по физической культуре и спорту;

- работать с научно-методической литературой, анализировать работу других педагогов, анализировать результаты собственной деятельности, обобщать результаты наблюдений и рефлексии; пользоваться современными средствами коммуникации;

- анализировать научно-методическую литературу; делать ссылки на литературные источники в докладах, рефератах и т.д.; вести дневники научно-исследовательской работы в области педагогики дополнительного образования; составлять отчёты, писать рефераты, готовить доклады и сообщения;

- планировать НИР, использовать методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте, применять методы количественной оценки качественных показателей рефераты, готовить доклады и сообщения.

**знать:**

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы физической культуры и спортивной тренировки; теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий;

- технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности; методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;

- теорию физической культуры, технику двигательных действий, принципы организации соревновательной деятельности, основы организации соревновательной деятельности, систему спортивных соревнований; организационно-педагогические и психологические основы организации

тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях; виды педагогического контроля;

- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта; организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов; теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;

- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

- основы планирования и организации тренировочного процесса; методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в зависимости от возраста, пола занимающихся; содержание примерных программ;

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий; требования к планированию и проведению досуговых физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; психологические особенности участников досуговых мероприятий; о проблемах образовательных технологий в области физической культуры и спорта;

- содержание научно-методических и психолого-педагогических разработок по проблемам образовательных технологий в области дополнительного образования; алгоритмы анализа деятельности педагога по физической культуре; основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;

- требования к устному выступлению, отчету, рефератам, конспектам; научную терминологию;

- 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.

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

**б) профессиональных (ПК):**

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать занятия

ПК 1.3. Демонстрировать владение деятельностью, соответствующей избранной области дополнительного образования..

ПК 1.5. Анализировать занятия

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

**максимальной** учебной нагрузки обучающегося 172 часа, в том числе:  
**обязательной** аудиторной учебной нагрузки обучающегося 154 часа;  
**самостоятельной** работы обучающегося 14 часов.

Для проверки знаний в текущих семестрах предусмотрено выставление итоговых оценок.

### **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<i><b>Вид учебной работы</b></i>	<i><b>Объем часов</b></i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>172</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>154</b>
в том числе:	
лекционные занятия	<b>76</b>
практические занятия	<b>76</b>
контрольные работы	*
курсовая работа	*
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>14</b>
в том числе:	
<i>Промежуточная аттестация в форме (указать): экзамен в шестом семестре, также предусмотрена итоговая оценка</i>	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины: МДК. 01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
<b>Раздел 01.02.01 Теория физического воспитания (3 семестр)</b>		<b>96</b>	
<b>Тема 1. 1.</b> Введение в теорию физического воспитания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	<b>123</b>
	Система физической культуры Российской Федерации	1	12
	Средства физического воспитания	1	12
	Методические и специфические принципы физического воспитания	2	23
	Методы физического воспитания	2	23
	<b>Практические занятия</b>	<b>4</b>	
	Система физической культуры Российской Федерации. Средства физического воспитания	1	12
	Методические и специфические принципы физического воспитания	1	23
	Методы физического воспитания	2	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>3</b>	
	Повторение содержания лекций. Изучение материалов учебных пособий.	4	12
<b>Тема 1.2.</b> Основы обучения двигательным действиям	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>123</b>
	Двигательные умения и двигательные навыки, их характерные признаки и закономерности формирования.	2	12
	Структура процесса обучения двигательным действиям и характеристика каждого из ее этапов	4	123
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Двигательные умения и двигательные навыки, их характерные признаки и закономерности формирования.	2	12
	Структура процесса обучения двигательным действиям и характеристика каждого из ее этапов	4	123
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>	

	Повторение содержания лекций. Изучение материалов учебных пособий. Сбор материала для курсовой работы.	5	12
<b>Тема 1.3.</b> Физические (двигательные) способности и методика их воспитания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>123</b>
	Понятие «Физические способности» и их классификация.	1	12
	Основные закономерности воспитания физических способностей.	1	12
	Характеристика основных физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости).	2	23
	Основы методики воспитания физических способностей.	2	23
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Понятие «Физические способности» и их классификация. Основные закономерности воспитания физических способностей. Характеристика основных физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости).	6	23
	Основы методики воспитания физических способностей.	4	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>	
	Повторение содержания лекций. Изучение материалов учебных пособий. Сбор материала для курсовой работы. Подготовка сообщений.	5	12
<b>Тема 1.4.</b> Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
	Возрастные особенности дошкольников	2	23
	Задачи, средства и методы физической культуры детей дошкольного возраста. Формы физического воспитания дошкольников.	2	23
	Планирование и учет работы по физической культуре в ДОУ.	2	23
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Задачи, средства и методы физической культуры детей дошкольного возраста. Формы физического воспитания дошкольников.	3	23
	Планирование и учет работы по физической культуре в ДОУ.	3	23

<b>Тема 1.5.</b> Физическая культура учащихся общеобразовательных учреждений	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>	
	Повторение содержания лекций. Изучение материалов учебных пособий. Сбор материала для курсовой работы. Подготовка сообщений. Составление плана работы по физ.воспитанию в ДУ.		12
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>123</b>
	Значение и задачи физической культуры школьников. Школьный урок - основная форма учебной работы по физической культуре.	1	23
	Характеристика учебных программ физического воспитания общеобразовательных школ.	2	12
	Цель, задачи, содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного и продленного дня школы, внеклассной и внешкольной работы.	2	123
	Оценка и учет успеваемости по физической культуре	1	12
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
	Школьный урок - основная форма учебной работы по физической культуре. Характеристика учебных программ физического воспитания общеобразовательных школ	3	23
	Цель, задачи, содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного и продленного дня школы, внеклассной и внешкольной работы. Оценка и учет успеваемости по физической культуре	3	23
<b>Тема 1.6.</b> Физическая культура взрослого населения	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>	
	Повторение содержания лекций. Изучение материалов учебных пособий. Сбор материала для курсовой работы. Подготовка сообщений.	<b>5</b>	12
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>123</b>
	Физическая культура в основной период трудовой деятельности, пожилom и старческом возрасте.	1	12
	Формы физической культуры взрослого населения. Роль физической культуры в научной организации труда и отдыха.	2	12

	Самостоятельные и организованные занятия физическими упражнениями в свободное время.	1	12
	Методические особенности физкультурно-гигиенического, оздоровительно-рекреационного, обще-подготовительного, спортивного и профессионально-прикладного направлений.	2	23
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	Самостоятельные и организованные занятия физическими упражнениями в свободное время.	3	12
	Методические особенности физкультурно-гигиенического, оздоровительно-рекреационного, обще-подготовительного, спортивного и профессионально-прикладного направлений. Контрольная работа.	3	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>	
	Повторение содержания лекций. Изучение материалов учебных пособий. Сбор материала для курсовой работы. Подготовка сообщений.	5	12
<b>Раздел 2. 01.02.02 Лёгкая атлетика (4 семестр)</b>		<b>127</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Общая характеристика легкой атлетики	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>	
	Введение в предмет. Определение и содержание легкой атлетики Место и значение легкой атлетики в общей системе физического воспитания	2	12
	Характеристика учебно-тренировочной и соревновательной деятельности легкоатлетов	2	12
<b>Тема 2. 2.</b> История становления и развития легкой атлетики.	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>	
	Периодизация истории отечественного легкой атлетики. Лёгкая атлетика в дореволюционной России	1	12
	История становления советской легкой атлетики	1	12
	Тенденции развития лёгкой атлетики в современной России	1	12
	История становления легкой атлетики в Липецкой области и г. Ельце	1	12
<b>Тема 2.3.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	

Разновидности и классификация легкоатлетических упражнений. Методика обучения базовым техническим элементам отдельных видов легкоатлетических упражнений	Средства и методы обучения и совершенствования техники легкоатлетических упражнений.	10	123
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>	
	Спортивная ходьба. Анализ техники спортивной ходьбы.	1	23
	Бег. Анализ техники бега на короткие дистанции.	1	23
	Бег. Анализ техники бега на средние дистанции.	1	23
	Бег. Анализ техники бега на длинные дистанции.	1	23
	Прыжки. Анализ техники выполнения прыжка в длину.	2	23
	Прыжки. Анализ техники выполнения тройного прыжка.	2	23
	Прыжки. Анализ техники выполнения прыжка в высоту.	2	23
	Метание. Анализ техники метания предметов: малый мяч.	1	23
	Метание. Анализ техники метания предметов: граната.	1	23
	Метание. Анализ техники метания предметов: копье.	2	23
	Толкание ядра. Анализ техники толкания ядра.	2	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>36</b>	
	Анализ техники спортивной ходьбы и методика обучения.	4	23
	Бег. Анализ техники бега на разные дистанции. Методика обучения технике бега на короткие, средние и длинные дистанции	6	23
	Прыжки и их разновидности. Анализ техники выполнения прыжков. Методика обучения технике прыжков.	10	23
	Метание. Анализ техники метания различных предметов. Методика обучения технике метания предметов.	8	23
	Анализ техники толкания ядра. Методика обучения технике толкания ядра.	8	23
<b>Тема 2.4.</b> Методика развития основных физических качеств легкоатлетов	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>16</b>	
	Физические качества легкоатлетов: скоростные, силовые, скоростно-силовые качества. Методы развития физических способностей легкоатлетов.	4	12
	Физические качества легкоатлетов: гибкость, ловкость	4	12

	Физические качества легкоатлетов: выносливость	4	12
	Контроль физической подготовленности: тесты и нормативы	4	12
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>	
	Понятие о физической подготовке. Классификация физической подготовки	1	12
	Скорость и ее проявление в легкой атлетике	2	12
	Силовые и скоростно-силовые качества	2	12
	Выносливость: виды и их проявление в легкой атлетике	2	12
	Гибкость и ловкость	1	12
<b>Тема 2.5.</b> Методика судейства в легкой атлетике	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	Правила судейства отдельных видов легкой атлетики	4	23
	Разновидности и обязанности судей. Характеристика действий судей и их помощников	4	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>12</b>	
	Разновидности и обязанности судей. Характеристика действий судьи и его помощников в игре	4	
<b>Тема 2.6.</b> Организация и проведение соревнований по легкой атлетике	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	123
	Система проведения соревнований Составление календаря соревнований	4	23
	<b>Практические занятия</b>	<b>3</b>	
	Нормативные документы для проведения соревнований по легкой атлетике. Регламент, Положение, Заявки. Протоколы, Протесты, Отчет о соревнованиях. Составление документации, заполнение протоколов.	3	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>6</b>	
	Виды и система проведения соревнований, их значение	3	12
	Планирование соревнований, ведение документации	3	12
<b>Раздел 3. 01.02.03 Плавание (5 семестр)</b>		<b>176</b>	<b>12</b>
<b>Плавание</b>		<b>112</b>	

<b>Тема 3.1.</b> Начальное обучение плаванию	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	Классификация и характеристика направлений и видов плавания, их значение. Методика начального обучения спортивному плаванию. Подача специальных команд и жестикуляция для управления занимающихся	8	123
	<b>Практические занятия</b>	<b>10</b>	
	Подготовительные упражнения для освоения с водой. Учебные прыжки в воду. Игры и развлечения в воде.	2	23
	Упражнения для изучения техники спортивных способов плавания	8	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>10</b>	
	Плавание в системе физического воспитания. Основы техники плавания.		12
<b>Тема 3.2.</b> Техника спортивных способов плавания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	<b>123</b>
	Структура техники спортивных способов плавания. Кинематические и динамические характеристики. Целостность и расчлененность спортивных движений пловца. Положение тела и головы. Механизмы, обеспечивающие положение туловища. Дыхание: техника проблемы дыхания в спортивном плавании, дыхание как двигательный акт дыхательной мускулатуры. Общая согласованность движений. Фазовый характер движений. Взаимосвязь и последовательность элементов техники в цикле движений Эффективность техники. Экономичность техники. Скорость, темп, ритм, шаг, внутрицикловая скорость. Модельные характеристики. Характеристика, с точки зрения общих закономерностей спортивной техники, способов плавания.	12	123
	<b>Практические занятия</b>	<b>10</b>	
	Обучение и совершенствование техники спортивных способов плавания, стартов и поворотов: «Кроль на груди, кроль на спине».	6	123

	«Дельфин». «Брасс». «Комплексное плавание». «Эстафетное плавание». Техника выполнения. Практическое выполнение подводных упражнений. Согласование движений.		
	«Старт в спортивном плавании». Техника выполнения. Практическое разучивание. Стартовый прыжок с тумбочки. Старт из воды. «Повороты в спортивном плавании». Техника поворотов при различных способах плавания.	4	123
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>10</b>	
	Старты и повороты в спортивном плавании: значение, виды, варианты, техника. Методы обучения.	10	12
<b>Тема 3.3.</b> Основы спортивной подготовленности в плавании	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>16</b>	
	Нетрадиционные подходы в обучении плаванию. Методы обучения и формы обучения. Системы обучения спортивным способам плавания и общая схема обучения способу плавания. Планирование и контроль. Этапность обучения двигательным действиям. Задачи и особенности каждого этапа Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Формы обучения: индивидуальная, групповая, групповая с индивидуальным подходом. Использование специальной терминологии, рабочих жестов. Требования к демонстрации. Выбор и постановка задач – важнейшие составляющие обучения и преподавания. Выбор средств и методов в соответствии с поставленными задачами. Общие правила предупреждения и исправления ошибок. Техника безопасности, меры предупреждения травматизма при занятиях плаванием. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися плаванием.	16	123

	Особенности воспитания физических качеств средствами плавания: гибкости, силы, быстроты, выносливости, ловкости и т. д.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>16</b>	
	Начальная тренировка в плавании. Совершенствование техники спортивных способов плавания. Техническая подготовленность, физическая подготовленность, выносливость, воспитание силовых и скоростных способностей, гибкости пловцов. Проведение учебного занятия по обучению плавания, составление плана-конспекта занятия	16	123
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>20</b>	
	Общая согласованность движений. Фазовый характер движений. Скорость, темп, ритм, шаг, внутрицикловая скорость. Модельные характеристики техники плавания.	20	23
<b>Тема 3.4.</b> Прикладное плавание	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	
	Понятие « прикладное плавание». Прикладное плавание как профессионально-прикладная подготовка. Классификация прикладного плавания. Спасание тонущих. Предотвращение несчастных случаев на воде. Причина утопления. Организация спасательной службы на воде. Табельные и подручные спасательные средства и их применение в различных условиях. Спасание тонущих вплавь. Последовательность действий при спасании вплавь. Подплывание к тонущему. Поиск тонущего и извлечение его со дна. Приемы транспортирования тонущего к берегу. Приемы выноса пострадавшего на берег. Оказание первой помощи при утоплении. Характеристика видов утопления. Подготовка к проведению искусственного дыхания. Приемы удаления воды из пострадавшего. Наиболее эффективные способы искусственного дыхания. Приемы восстановления	12	123

	кровообращения и сознания. Преодоление водных преград. Техника прикладных способов плавания и ныряния. Техника плавания способом на боку и брассом на спине. Ныряние в глубину и в длину. Техника погружения и всплытия.		
	<b>Практические занятия</b>	<b>10</b>	
	Обучение технике прикладных способов плавания и ныряния. Транспортировка пострадавших на воде. Способы освобождения от захватов.	10	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>12</b>	
	Прикладность навыков плавания и ныряния. Военно-прикладное и спасательное многоборье.	12	23
<b>Тема 3.5.</b> Организационное и методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	Особенности организации и методического обеспечения работы по плаванию в общеобразовательной школе, дошкольных учреждениях, оздоровительных лагерях. Организация и проведение соревнований, положение о соревнованиях по плаванию. Состав судейской коллегии по плаванию.	8	12
	<b>Практические занятия</b>	<b>10</b>	
	Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях по плаванию.	10	23
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>12</b>	
	Спортивные праздники, массовые мероприятия в воде. Плавание в домашних условиях.	12	12
<b>Всего:</b>		<b>172</b>	

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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета теории и методики дополнительного образования

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- подборка видеофрагментов;
- дидактические материалы по разделам учебной программы;

Технические средства обучения:

- экран для проектора Digis (ширина 160 см)
- мультимедийный проектор Epson EB-S41
- персональный компьютер преподавателя

#### **3.2. Образовательные технологии**

Для достижения планируемых результатов освоения дисциплины «Методика преподавания по программам дополнительного образования в избранной области» используются следующие образовательные технологии: объяснительно-иллюстративные (лекция, практическое занятие), технологии модульного обучения (индивидуальный подход, деятельностный подход), технологии учебной дискуссии, проблемное обучение, опережающая самостоятельная работа, интерактивные (разбор конкретных ситуаций, психологический тренинг, групповые дискуссии) в сочетании с внеаудиторной работой для формирования и развития общих и профессиональных компетенций обучающихся

#### **3.3. Информационное обеспечение обучения.**

**Основные источники:**

1. Методика преподавания по программам дополнительного образования в избранной области деятельности: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Байбородова [и др.]; под редакцией Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2020. - 241 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-06828-3. - Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/455055>

**Дополнительные источники:**

1. Бахтигулова, Л. Б. Методика воспитательной работы: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. Б. Бахтигулова, А. В. Гаврилов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2020. - 188 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11023-4. - URL: <https://urait.ru/bcode/456640>

2. Годовникова, Л. В. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Годовникова. - 2-е изд. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 218 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-13059-1. - URL :<https://urait.ru/bcode/448870>

3. Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте: учебник для среднего профессионального образования / А. В. Родионов [и др.]; под общей редакцией А. В. Родионова. - Москва: Издательство Юрайт, 2020. - 251 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-12560-3. - URL :<https://urait.ru/bcode/447809>

#### **Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.

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

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

<b>Результаты обучения по учебной дисциплине</b>	<b>Формируемые компетенции</b>	<b>Оценочные средства по дисциплине</b>
<b>иметь практический опыт:</b> - 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	ПК 1.1, ПК 1.3, ПК 1.5	Темы рефератов, докладов, сообщений. Комплект заданий для тестирования. Задания для контрольной работы. Задания для практической работы. Темы курсовых работ.

<p>образования детей в избранной области деятельности.</p> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить и использовать информацию, необходимую для подготовки к занятиям;</li> <li>- определять цели и задачи занятий в избранной области деятельности;</li> <li>- разрабатывать планы, конспекты, сценарии занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики области дополнительного образования детей;</li> <li>- 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;</li> <li>- демонстрировать способы, приемы деятельности в избранной области дополнительного образования детей;</li> <li>- стимулировать познавательную</li> </ul>		
--	--	--

<p>активность на занятии, создавать условия для развития мотивации детей к избранной области деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать на занятии условия для самопознания и самосовершенствования;</li> <li>- выявлять и поддерживать одаренных в избранной области детей и детей;</li> <li>- работать с детьми, имеющими отклонения в развитии, девиантное поведение;</li> <li>- проводить педагогическое наблюдение за занимающимися;</li> <li>- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с детьми и родителями (лицами, их заменяющими);</li> <li>- взаимодействовать с участниками образовательного процесса и родителями (лицами, их заменяющими);</li> <li>- использовать ИКТ и технические средства обучения в образовательном процессе;</li> <li>- контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся, результаты освоения программы</li> </ul>		
--	--	--

<p>дополнительного образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении занятий, корректировать цели, содержание, методы и средства обучения по ходу и результатам их проведения;</li> <li>- анализировать занятия в избранной области дополнительного образования;</li> <li>- осуществлять дополнительное образование детей в избранной области деятельности на общекультурном, углубленном, профессионально-ориентированном уровнях;</li> <li>- вести учебную документацию;</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологические основы деятельности в избранной области дополнительного образования;</li> <li>- психолого-педагогические основы проведения занятий с детьми по программам дополнительного образования в избранной области деятельности;</li> <li>- особенности дополнительного образования детей в избранной области деятельности;</li> <li>- теоретические основы и</li> </ul>		
--	--	--

<p>методику планирования занятий в избранной области дополнительного образования детей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы отбора и структурирования содержания дополнительного образования детей в избранной области деятельности;</li> <li>- методы, методики и технологии организации деятельности детей в избранной области дополнительного образования;</li> <li>- основы комплектования, виды и функции одновозрастного и (или) разновозрастного объединения детей по интересам дополнительного образования детей;</li> <li>- способы активизации учебно-познавательной деятельности детей разного возраста, педагогические условия развития мотивации к избранной области деятельности;</li> <li>- педагогические и методические основы развития творческой индивидуальности личности в избранной области деятельности;</li> <li>- специфику работы с детьми разного возраста, одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями,</li> <li>- девиантным</li> </ul>		
---	--	--

<p>поведением;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды технических средств обучения, ИКТ и их применение в образовательном процессе;</li> <li>- инструментарий и методы контроля качества процесса и результатов дополнительного образования в избранной области деятельности;</li> <li>- педагогические и гигиенические требования к организации обучения избранному виду деятельности;</li> <li>- логику анализа занятий; методику бизнес-планирования, основы взаимодействия с социальными партнерами по вопросам организации дополнительного образования в избранной области деятельности;</li> <li>- виды документации, требования к ее оформлению.</li> </ul>		
--	--	--