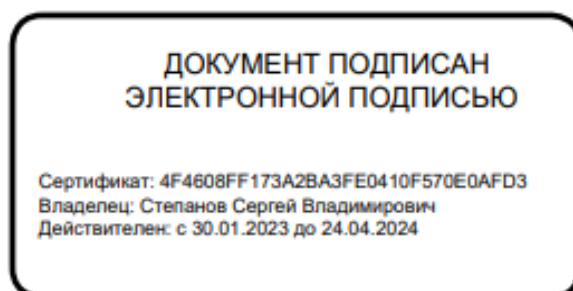


Министерство физической культуры и спорта Свердловской области
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Свердловской области
«Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)»

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГАПОУ СО «УОР № 1 (колледж)»



С.В. Степанов

Приказ № 12-10/5 от 30.08.2023 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
Раздел 1. Гимнастика

для специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

/для студентов 2 курса на базе основного общего образования/

/для студентов 1 курса на базе среднего общего образования/

Екатеринбург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----------|
| 1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины | 3 |
| 2. Структура и содержание учебной дисциплины | 11 |
| 3. Условия реализации учебной дисциплины | 25 |
| 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | 27 |

**1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (ГИМНАСТИКА)**

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» (гимнастика) является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08, ПК 1.1–1.3, ПК 2.1, ПК 3.1–3.4.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются знания, умения, навыки:

| ОК | Общие компетенции | Умения | Знания |
|-------|--|--|--|
| ОК 01 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам | <ul style="list-style-type: none"> • распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; • анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; • определять этапы решения задачи; • выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; • составлять план действия; • определять необходимые ресурсы; • владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; • реализовывать составленный план; • оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) | <ul style="list-style-type: none"> • актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; • основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; • алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; • методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; • порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности |
| ОК 02 | Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> • определять задачи для поиска информации; • определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; • структурировать получаемую информацию; • выделять наиболее значимое в перечне информации; • оценивать практическую значимость результатов поиска; • оформлять результаты поиска, применять | <ul style="list-style-type: none"> • номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; • приемы структурирования информации; • формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; • порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств. |

| | | | |
|-------|---|---|---|
| | | <p>средства информационных технологий для решения профессиональных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать современное программное обеспечение; • использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. | |
| ОК 04 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | <ul style="list-style-type: none"> • организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> • психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности |
| ОК 06 | Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения | <ul style="list-style-type: none"> • описывать значимость своей специальности; • применять стандарты антикоррупционного поведения | <ul style="list-style-type: none"> • сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; • значимость профессиональной деятельности по специальности; |

| | | | |
|-------|---|---|---|
| ОК 08 | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности | <ul style="list-style-type: none"> • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; • применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; • пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности | <ul style="list-style-type: none"> • роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; • основы здорового образа жизни; • условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; • средства профилактики перенапряжения |
|-------|---|---|---|

| Профессиональные компетенции | Навыки | Умения | Знания |
|--|---|---|---|
| Организация и проведение физкультурно-спортивной работы | | | |
| ПК 1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу. | <ul style="list-style-type: none"> разработки общего плана физкультурно-спортивной работы анализа и оценки физкультурно-спортивной работы | <ul style="list-style-type: none"> определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы | <ul style="list-style-type: none"> нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ цели и задачи физкультурно-спортивной работы направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы требования к планированию и технологии планирования физкультурно-спортивной работы показатели результативности физкультурно-спортивной работы |
| ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и | <ul style="list-style-type: none"> проведения физкультурных мероприятий, направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи | <ul style="list-style-type: none"> использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи | <ul style="list-style-type: none"> способы формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи основные подходы, направления и технологии работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи |

| | | | |
|--|--|---|---|
| молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях | | | |
| ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивные массовые мероприятия. | <ul style="list-style-type: none"> • планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия • проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия • проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия • определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности | <ul style="list-style-type: none"> • использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников • оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности • проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия | <ul style="list-style-type: none"> • методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий • техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю |
| ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования | <ul style="list-style-type: none"> • разработки и проведения занятия для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью | <ul style="list-style-type: none"> • определять содержание и проводить занятий для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной | <ul style="list-style-type: none"> • правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов) |

| | | | |
|--|--|---|---|
| и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. | | ступеню | <ul style="list-style-type: none"> содержание и методику проведения занятий для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступеню |
| Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности | | | |
| ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы. | <ul style="list-style-type: none"> изучения и анализа программ, реализуемых в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) и методических материалов, обеспечивающих их реализацию планирования занятий по программам, реализуемым в области физической культуры и спорта с учётом их специфики, решаемых задач, применяемых педагогических технологий | <ul style="list-style-type: none"> анализировать программы, реализуемые в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) осуществлять разработку занятий по программам в области физической культуры и спорта с учётом их специфики и решаемых задач, применяемых педагогических технологий | <ul style="list-style-type: none"> нормативные и методические документы, в области физической культуры и спорта разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) |

| Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору) | | | |
|---|--|---|---|
| <p>ПК 3.1.</p> <p>Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.</p> | <ul style="list-style-type: none"> определения педагогических целей и задач, планирования учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта | <ul style="list-style-type: none"> определять педагогические цели и задачи, планировать учебные занятия с использованием различных методов, приемов и форм организации деятельности обучающихся планировать образовательный процесс, занятия и (или) циклы занятий с учетом задач и особенностей образовательной программы обучающихся (детей и их родителей (законных представителей), возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения образовательной программы фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей) особенностей группы обучающихся санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья | <ul style="list-style-type: none"> технология планирования учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта |

| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • проведения учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической | <p>обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности и запросы (детей и их родителей (законных представителей)) • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений • использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы обучения (в том числе информационно-коммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом: <ul style="list-style-type: none"> - задач дополнительной общеразвивающие программ в | <ul style="list-style-type: none"> • требования нормативных документов, определяющие особенности организации образовательной деятельности при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • содержание и методику реализации дополнительных общеразвивающих программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания • формы и типы учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта • характеристики различных методов, форм, приемов и средств обучения при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью дополнительной |
|---|--|---|---|

| | | | |
|--|---|--|---|
| | | <p>области физической культуры и спорта;</p> <p>-состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей);</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять электронное обучение, использовать дистанционные образовательные технологии (если это целесообразно); • готовить обучающихся к участию в соревнованиях | <p>общеразвивающей программой в области физической культуры и спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности работы с обучающимися, одаренными в области физической культуры и спорта и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья • требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся |
| <p>ПК 3.3.</p> <p>Осуществлять контроль и учёт, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • педагогического наблюдения за обучающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического наблюдения, с учетом задач, особенностей программы и обучающихся • контроля и оценки освоения дополнительных общеразвивающих программ, анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки • текущего контроля, помощи обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях | <ul style="list-style-type: none"> • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений • устанавливать соответствие средства, методы и приемы физического воспитания поставленным целям и задачам • создавать педагогические условия для формирования и развития самостоятельного контроля и оценки обучающимися процесса и | <ul style="list-style-type: none"> • подходы к анализу учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта • требования к контролю и учёту при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля и оценивания освоения дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • средства (способы) определения |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | <p>разработки рекомендаций по корректировке процесса освоения образовательной программы, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта</p> | <p>результатов освоения образовательной программы</p> <ul style="list-style-type: none"> • определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ • наблюдать за обучающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в рамках установленных форм аттестации • пользоваться контрольно-измерительными приборами • анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и обучающихся • использовать различные средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта | <p>динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной общеразвивающих программы в области физической культуры и спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • особенности и организация педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных результатов • понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • методы подбора из существующих и (или) создания оценочных средств, позволяющих оценить индивидуальные образовательные достижения обучающихся при освоении |
|--|--|---|---|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>корректировать процесс освоения образовательной программы, собственную педагогическую деятельность по результатам педагогического контроля и оценки освоения общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта подходы к анализу учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта</p> | <p>дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта</p> |
| <p>ПК 3.4. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую учебные занятия.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • ведения документации, обеспечивающей реализацию дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта | <ul style="list-style-type: none"> • составлять текущую и периодическую отчетность на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам • вести учебную, плановую документацию, документацию учебного помещения (при наличии) на бумажных и электронных носителях | <ul style="list-style-type: none"> • учётно - отчётную документацию и требования к её ведению |

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем в часах |
|---|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 72 |
| в т.ч. в форме практической подготовки | 72 |
| в т. ч.: | |
| теоретическое обучение | 28 |
| практические занятия | 30 |
| курсовая работа (проект) | - |
| <i>Самостоятельная работа</i> | 8 |
| Промежуточная аттестация (экзамен) | 6 |

**Тематический план и содержание учебной дисциплины Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»
(гимнастика)**

| Наименование разделов и тем | № учебного занятия | Содержание и формы организации деятельности обучающихся | Объем, акад.часов | В форме практ.подготовки | В т.ч. практические занятия и лабораторные работы | В т.ч. в форме сам.работы | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|-----------------------------|--------------------|--|-------------------|--------------------------|---|---------------------------|--|
| | | Раздел 1. Гимнастика | 72 | 72 | 30 | 8 | |
| Тема 1.1. | Содержание | | | | | | |
| Гимнастическая терминология | 1-2 | Значение гимнастической терминологии, требования к ней. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 2.1; ПК 3.1; ПК 3.3. |

| | | | | | | | |
|--|-------------------|--|---|---|---|---|---|
| | 3-4 | Практическое занятие 1-2 Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения терминов). | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.3.; ПК 1.5; ПК 2.1; ПК 3.1; ПК 3.3. |
| | 5-6 | Практическое занятие 3-4 Правила записи общеразвивающих упражнений (гимнастические положения, формы и типы записи упражнений, запись общеразвивающих упражнений без предмета и с предметами). | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.2.- ПК 3.4. |
| | 7-8 | Самостоятельная работа 1-2. Изучение исходных положений в гимнастике (по презентации). | 2 | 2 | | 2 | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.2.- ПК 3.4.; |
| | 9-10 | Практическое занятие 5-6. Запись гимнастических положений по показу. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.2.- ПК 3.4.; |
| | Содержание | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|--------------|--|---|---|---|---|---|
| Тема 1.2. Методические особенности проведения строевых упражнений | 11-12 | Строевые упражнения (границы, линии и точки зала, основные понятия). | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ПК 1.1; ПК 1.5.; ПК 3.2;. |
| | 13-14 | Характеристика строевых упражнений и их классификация (строевые приемы на месте, построения и перестроения, строевые упражнения в движении, размыкания и смыкания). | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4; |
| | 15-16 | Самостоятельная работа 3-4. Изучение строевых приемов (по видео). | 2 | 2 | | 2 | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ПК 1.1; ПК 1.5.; ПК 3.2;. |
| | 17-18 | Практическое занятие 7-8 Методы и методические приемы обучения строевым упражнениям. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4; |
| | 19-20 | Практическое занятие 9-10. Выполнение строевых приемов (построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий). | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, |

| | | | | | | | |
|---|-------------------|---|---|---|--|---|---|
| | | | | | | | ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4; |
| Тема 1.3. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений | Содержание | | | | | | |
| | 21-22 | Общеразвивающие упражнения (классификация, задачи, методика применения и проведения общеразвивающих упражнений). | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| | 23-24 | Методика составления и проведения комплексов ОРУ (без предмета, в парах, с предметами разными способами). | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| | 25-26 | Самостоятельная работа 5-6. Составление комплекса ОРУ без предметов (10 упражнений). | 2 | 2 | | 2 | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4. |

| | | | | | | | |
|--|------------|--|---|---|---|--|---|
| | 27-28 | Практическое занятие 11-12 Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета (по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделениям). | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| | 29-30 | Практическое занятие 13-14 Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ с предметами различными способами. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| | 31-32 | Практическое занятие 15-16 Составление и проведение комплекса ОРУ по заданию преподавателя. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| Тема 1.4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям | Содержание | | | | | | |
| | 33-34 | Акробатические упражнения. Техника акробатических упражнений. Методика обучения акробатическим упражнениям. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |

| | | | | | | | |
|---|--------------|--|---|---|---|--|---|
| | 35-36 | Практическое занятие 17-18 Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| | 37-38 | Практическое занятие 19-20 Составление и демонстрация акробатических комбинаций. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| | | Содержание | | | | | |
| Тема 1.5. Основы техники и методика обучения гимнастически м прыжкам | 39-40 | Характеристика, классификация и основные задачи, решаемые с помощью прыжков. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| | 41-42 | Практическое занятие 21-22 Обучение и способы проведения опорных прыжков (прыжок ноги врозь, прыжок согнув ноги). | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; |

| | | | | | | | |
|---|-------------------|--|---|---|---|--|---|
| | | | | | | | ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| Тема 1.6. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС | Содержание | | | | | | |
| | 43-44 | Методика развития двигательных способностей посредством гимнастики. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3; ПК 3.3; |
| | 45-46 | Практическое занятие 23-24 Освоение методики развития двигательных способностей посредством гимнастики. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3; ПК 3.3; |
| Тема 1.7. Методика проведения прикладных упражнений | Содержание | | | | | | |
| | 47-48 | Характеристика, классификация и основные задачи прикладных упражнений. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 06, ОК 08; ПК 1.2; ПК 1.5.; ПК 3.1; |
| | 49-50 | Техника и методика обучения основным упражнениям. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |

| | | | | | | | |
|--|-------------------|--|---|---|---|--|---|
| | 51-52 | Практическое занятие 25-26 Освоение техники лазания по канату различными способами. | 2 | 2 | 2 | | ОК 01;ОК 08; ПК 2.1; ПК 3.3.; |
| Тема 1.8. Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики | Содержание | | | | | | |
| | 53-54 | Формы организации занятий по гимнастике. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| | 55-56 | Методика проведения занятий по гимнастике. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| | 57-58 | Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| | 59-62 | Практическое занятие 27-30 Освоение методики проведения занятий по гимнастике. | 4 | 4 | 4 | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 2.1; |

| | | | | | | | |
|---|--------------|--|---|---|--|---|--|
| | | | | | | | ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| | 63-64 | <i>Самостоятельная работа 7-8. Составление плана конспекта занятия по гимнастике по заданию преподавателя.</i> | 2 | 2 | | 2 | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.; |
| Тема 1.9. Основы судейства соревнований по гимнастике | 65-66 | Виды и характеристика соревнований по гимнастике. | 2 | 2 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4. |
| | 67-72 | Экзамен | 6 | 6 | | | ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4. |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности», (универсальный) спортивный зал, оборудованные открытые спортивные площадки, оснащенные в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы среднего профессионального образования специальности 49.02.01 Физическая культура;

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ Р.Н. Терехина, Е.С.Крючек, Л.В.Люйк и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2012. - 288 с.
2. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Сизоненко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 115 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15551-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520229>
3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 176 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16391-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530930>

3.2.2. Дополнительные источники

1. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 72с.
2. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516346>
3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 176 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16391-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530930>
4. Литвинов, С. А. Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-

534-11320-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517989>

5. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517442>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| <i>Результаты обучения¹</i> | <i>Критерии оценки</i> | <i>Методы оценки</i> |
|--|---|--|
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. | <ul style="list-style-type: none"> - использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями; - описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; | <p>оценка результатов выполнения практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации</p> |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> | | |

| | | |
|--|--|--|
| выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности | - выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике; | оценка результатов выполнения практических заданий; тестирование; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации. |
| использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности | - соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; | |
| применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений | - рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; | |
| использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации | - своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; | |
| проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности | - подбор эффективных, разнообразных упражнений для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия; | |
| | - применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания | |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p> | |
|--|--|--|

Настоящая рабочая программа учебной дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» (Раздел.1 Гимнастика) разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968.

Рабочая программа является приложением к образовательной программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Программа содержит общую характеристику учебной дисциплины, определяет структуру, содержание, условия реализации учебной дисциплины, контроль и оценку результатов освоения учебной дисциплины.

Разработчик(и) рабочей программы:

Аксенова Т.А.. - преподаватель общепрофессионального цикла