

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»

факультет среднего профессионального образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины: Спортивно-педагогический практикум
Специальность: 49.02.01 – Физическая культура
Форма обучения: очная

Разработчик: Белоклокова О. А., преподаватель факультета среднего профессионального образования МГПИ им. М. Е. Евсевьева.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 23.05.2018 г., протокол № 6.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 23.05.2019 г., протокол № 9.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 01.09.2020 г., протокол № 1.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы учебной дисциплины	3
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
3. Условия реализации учебной дисциплины	10
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	12
5. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.....	13

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура углубленной подготовки укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и в качестве примерной при разработке программ по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: входит в вариативную часть профессионального цикла и является общепрофессиональной дисциплиной

Освоению дисциплины «Спортивно-педагогический практикум» предшествует изучение следующих дисциплин учебного плана ОПОП СПО: Ритмика, Введение в профессию. Изучение данного учебного курса является необходимой основой для последующего изучения дисциплин / междисциплинарных курсов профессионального цикла: Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки, Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, а также для прохождения учебной и производственной практик, подготовки обучающихся к государственной итоговой аттестации.

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

Цель: Формирование у занимающихся форм и методов планирования и соревновательного процесса, овладение техникой видов спорта, изучение теории и методики преподавания, приобретение знаний и умений, необходимых для самостоятельной работы.

Задачи:

– определение содержания, классификация и характеристика видов спорта;

– умение планировать учебно-тренировочный процесс с учетом половых, возрастных и др. особенностей занимающихся;

– оценивать эффективность используемых средств и методов тренировки технико-тактический арсенал избранного вида спорта и уровень физической подготовленности;

– умение использовать технические средства и инвентарь для повышения качества учебного и тренировочного процесса.

В результате изучения цикла обучающийся по общепрофессиональным дисциплинам должен:

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

- формулировать конкретные задачи преподавания избранного вида спорта в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- применять практические формы, методы и средства избранного вида спорта во взаимодействии с субъектами образовательного процесса;
- оценивать качество выполнения отдельных упражнений и эффективность занятий избранного вида спорта в целом;
- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий в избранном виде спорта с использованием инструментальных методик;
- пользоваться спортивной терминологией в процессе занятий;
- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

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

- основные этапы развития вида спорта;
- дидактические закономерности в преподавании избранного вида спорта;
- методику подготовки спортсменов;
- методы комплексного контроля при занятиях избранного вида спорта;
- основы методической деятельности в сфере спорта;
- фактор риска и основных методах профилактики травматизма в процессе занятий избранного вида спорта.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

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

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

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 134 часа, в том числе:

–обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 86 часов;

–самостоятельной работы обучающегося 48 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	134
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	86
в том числе:	
теоретическое обучение (лекции)	35
лабораторные работы	-
практические занятия	51

контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	48
в том числе:	
самостоятельная работа	
Написание реферата	10
Составить картотеку терминов	10
Подготовить тезисы сообщений	10
Составить блок-схему	8
Составить тестовые задания	10
Итоговая аттестация в форме зачета	

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «Спортивно-педагогический практикум»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Техника базовых акробатических упражнений	Содержание учебного материала	15	
	1. Характеристика и назначение акробатических упражнений. 2. Техника выполнения кувырков, стойки на голове и руках, на руках		
	Практические занятия	9	
	1. Техника выполнения кувырков, стойки на голове и руках, на руках	8	
	Самостоятельная работа обучающихся		
1. Подготовить тезисы сообщений по данной теме			
Тема 2 Техника переворотов на акробатической дорожке	Содержание учебного материала	15	
	1. Техника переворота в сторону. 2. Техника выполнения переворота вперед с опорой руками, переворот вперед на две и одну ногу.		
	Практические занятия	9	
	1. Техника переворота в сторону. 2. Техника выполнения переворота вперед с опорой руками, переворот вперед на две и одну ногу.	8	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовить сообщение по одному из указанных вопросов		
Тема 3. Техника выполнения упражнений на средних брусьях	Содержание учебного материала	15	
	1. Характеристика упражнений на брусьях. 2. Статические и силовые упражнения на брусьях. 3. Техника махов, оборотов, кувырков. 4. Техника подъемов и соскоков.	9	
	Практические занятия		
	1. Статические и силовые упражнения на брусьях. 2. Техника махов, оборотов, кувырков.		
	3. Техника подъемов и соскоков.		

	Самостоятельная работа обучающихся	8	
	1.Подготовить вопросы по технике упражнений на средних брусьях		
Тема 4 Техника выполнения упражнений на низкой и высокой перекладине	Содержание учебного материала	15	
	1. Характеристика упражнений. 2. Движения большим махом. 3. Техника поворотов махом вперед и махом назад. 4. Техника подъемов, оборотов, соскоков. 5. Техника подъемов разгибом.		
	Практические занятия	9	
	1. Движения большим махом.		
	2. Техника поворотов махом вперед и махом назад.		
	3. Техника подъемов, оборотов, соскоков.		
	4. Техника подъемов разгибом		
	Самостоятельная работа обучающихся	8	
1.Подготовить вопросы по технике упражнений на низкой и высокой перекладине			
Тема 5 Техника выполнения упражнений на коне-махе (юноши). Упражнения на бревне (девушки)	Содержание учебного материала	13	
	1. Характеристика упражнений. 2. Техника маятникообразных движений. 3. Техника поворотов, переходов и соскоков. 4. Упражнения в равновесии		
	Практические занятия	8	
	1. Техника маятникообразных движений.		
	2. Техника поворотов, переходов и соскоков.		
	3. Упражнения в равновесии		
	Самостоятельная работа обучающихся	8	
1.Подготовить вопросы по технике упражнений на коне-махах			
Тема 6 Техника	Содержание учебного материала	13	

опорных прыжков через гимнастического «козла»и «коня»	1. Характеристика упражнений. 2. Техника прыжков способом «согнув ноги». 3. Техника прыжков способом «ноги врозь».		
	Практические занятия	7	
	1. Техника прыжков способом «согнув ноги». 2. Техника прыжков способом «ноги врозь».		
	Самостоятельная работа обучающихся	8	
	1.Подготовить тезисы сообщений по данной теме		
Всего:		134	

2.3. Интерактивные формы занятий

№ п/п	Тема занятия	Вид занятия	Интерактивная форма
1	Техника базовых акробатических упражнений	ПЗ	Мастер класс
2	Техника переворотов на акробатической дорожке	ПЗ	Мастер класс
3	Техника выполнения упражнений на средних брусьях	ПЗ	Мастер класс
4	Техника выполнения упражнений на низкой перекладине	ПЗ	Мастер класс
	Техника выполнения упражнений на высокой перекладине	ПЗ	Мастер класс
5	Техника выполнения упражнений на коне-махе	ПЗ	Мастер класс
6	Техника опорных прыжков через гимнастического «козла»	ПЗ	Мастер класс
7	Техника опорных прыжков через гимнастического «коня»	ПЗ	Мастер класс

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, оснащённого следующим оборудованием:

- Мяч волейбольный № 5;
- мяч футзальный;
- сетка волейбольная KV;
- стойка волейбольная;
- стойки для прыжков в высоту;
- антенны волейбольный;
- карманы для антенн волейбольные;
- конус разделительный;
- мяч для мини-футбола;
- мяч футбольный;
- мяч баскетбольный;
- мяч гандбольный «Winner»;
- планка для прыжков в высоту;
- сетка баскетбольная;
- стойка для прыжков в высоту с планкой (2 шт.);
- ядро для толкания 3,5(ж);
- ядро для толкания 5,5(м);

- гиря для соревнований 16 кг;
- гиря для соревнований 24 кг;
- гиря для соревнований 32 кг;
- гиря для соревнований 10 кг;
- гиря для соревнований 12 кг;
- гиря для соревнований 14 кг;
- гиря для соревнований 18 кг;
- гиря для соревнований 20 кг;
- гиря для соревнований 22 кг;
- гиря для соревнований 26 кг;
- гиря для соревнований 28 кг;
- гиря для соревнований 30 кг;
- гиря для соревнований 8 кг;
- шведская стенка.

Реализация учебной дисциплины требует наличия открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствия, оснащённого следующим оборудованием:

- Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипель-чез»),
- открытая баскетбольная площадка,
- открытая волейбольная площадка,
- футбольное поле стадиона,
- хоккейный корт,
- площадка для игры в мини-футбол,
- теннисный корт,
- площадка «Воркаут»,
- площадка уличных тренажеров,
- скалодром,
- военизированная полоса препятствий,
- учебно-тренировочная пожарная вышка.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 138 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-07636-3. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/4538741> **ИСТОЧНИК!**

Дополнительная литература:

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

Программой предусмотрено сочетание различных форм и методов обучения. Обучающийся получает «зачёт» при условии посещения лекционно-практических занятий, предусмотренных программой курса, обнаруживая при этом понимание материала курса и умение его применять при решении практических задач, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
формулировать конкретные задачи преподавания избранного вида спорта в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации	Фронтальный опрос. Проверка письменных работ
применять практические формы, методы и средства избранного вида спорта во взаимодействии с субъектами образовательного процесса	Фронтальный опрос. Практическая работа
оценивать качество выполнения отдельных упражнений и эффективность занятий избранного вида спорта в целом	Фронтальный опрос. Практическая работа
осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий в избранном виде спорта с использованием инструментальных методик	Фронтальный опрос. Практическая работа
пользоваться спортивной терминологией в процессе занятий	Фронтальный опрос. Проверка письменных работ
применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности	Фронтальный опрос. Практическая работа
Знать:	
основные этапы развития вида спорта	Фронтальный опрос
дидактические закономерности в преподавании избранного вида спорта	Фронтальный опрос
методику подготовки спортсменов;	Фронтальный опрос. Проверка письменных работ
методы комплексного контроля при занятиях избранного вида спорта	Фронтальный опрос. Проверка письменных работ
основы методической деятельности в сфере спорта;	Фронтальный опрос. Проверка письменных работ
о факторах риска и основных методах профилактики травматизма в процессе занятий избранного вида спорта	Фронтальный опрос. Проверка письменных работ

5. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

По дисциплине «Спортивно-педагогический практикум» осуществляются следующие формы аудиторной работы обучающихся: *лекции, практические занятия, зачет.*

Во время *лекционных занятий* по дисциплине «Спортивно-педагогический практикум» необходимо особое внимание обучающихся обратить на:

- а) факты, от которых зависит понимание главного;
- б) все новое, неизвестное;
- в) данные, которыми часто придется пользоваться и которые трудно получить из других источников.

Акцентировать внимание на том, что записывать материал надо, по возможности, сжато, но без ущерба для ясности. Главная ценность конспекта лекций не в том, что по нему удобно готовиться к тестированию. Конспект особенно ценен в том случае, если в нем выражается свое отношение к материалу. Целесообразно подчеркивать те места, на которые следует обратить внимание при каждом чтении.

Большое значение имеют индивидуальный подход и продуктивное педагогическое общение.

Обучаемые получают возможность раскрыть и проявить свои способности, свой личностный потенциал. Поэтому при разработке заданий и плана занятий преподавателю необходимо учитывать интересы каждого обучающегося группы, выступая в роли консультанта и не подавляя самостоятельности и инициативы обучающихся.

При проведении практической работы практикуется *фронтальная* форма проведения занятия. При фронтальной форме – одновременно все обучающиеся выполняют одну и ту же работу. В процессе преподавания дисциплины «Спортивно-педагогический практикум» используется несколько типов организации самостоятельной работы обучающихся:

- 1) самостоятельная работа (планируется преподавателем и отражена в тематической карте дисциплины);
- 3) дополнительные занятия для отстающих, имеющих пропуски учебных занятий;
- 4) консультации по углубленному изучению тем курса.

Система контроля за уровнем знаний обучающихся представлена практическим выполнением упражнений гимнастического многоборья, компьютерным тестированием, зачетом.

Текущий контроль проводится в форме *тестовых заданий*.

Текущая аттестация включает:

- оценку выполнения контрольных работ;
- проверку знаний и навыков обучающихся на практических занятиях.
- контрольно- измерительного тестирования.