

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
«ТЮМЕНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»
(ГАПОУ ТО «ТКПСТ»)

Приложение № 24
к ОПОП ППССЗ по специальности
49.02.02 Адаптивная физическая культура

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.16 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тюмень 2020

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.02 Адаптивная физическая культура, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ № 977 от 11.08.2014 г., Профессионального стандарта «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 199н от 02.04.2019 г.

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Тюменской области «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»

Разработчики:

Яркова Лариса Ивановна, методист ГАПОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»;

Беляев Евгений Алексеевич, учитель физической культуры МАОУ гимназия № 1 города Тюмени

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО
на заседании ПЦК физкультурно-педагогического направления
Протокол № 10 от 23 июня 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

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

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины (далее рабочая программа) является вариативной частью рабочей основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина принадлежит к профессиональному циклу.

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

Изучение дисциплины обеспечивает освоение части профессиональных и развитие общих компетенций:

ПК 4.1 Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 4.2 Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 4.3 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 4.4 Анализировать учебные занятия.

ПК 4.5 Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

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 руководством, 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, 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.

В результате освоения программы учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

– планировать содержание занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, уровня подготовленности занимающегося, особенностей его физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма;

- вести отчетную документацию по планированию тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося;
 - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся;
 - анализировать условия, возможности достижения занимающимся результата тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, подбирать средства достижения занимающимся контрольных показателей тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке;
 - вести отчетность по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся;
 - вести отчетную документацию по фиксации результатов измерения и оценке общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся
- знать:
- технологии планирования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки в адаптивном спорте;
 - порядок составления и ведения документации по планированию занятий по общей физической и специальной подготовке;
 - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке, определять первые признаки напряжения и утомления;
 - вести отчетность по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся;
 - использовать техники оценки подготовленности занимающихся, соответствующие нормативам испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и плановым результатам спортивной подготовки занимающегося;
 - порядок составления документации по измерению и оценке физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося.

1.4 Количество часов на освоение учебной дисциплины:

всего – 144 часов, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 144 часов, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 96 часов;

консультации – 1 час.;

самостоятельной работы обучающегося – 47 часов.

1.5. Использование часов вариативной части ОПОП

Название учебной дисциплины	Обоснование	Объем часов		
		максимальной аудиторной нагрузки	обязательной аудиторной нагрузки	
			ТЗ	ПЗ
ОП.16 Методика преподавания физической культуры	С целью учета требований Профессионального стандарта «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты	144	48	48

	РФ № 199н от 02.04.2019 г.			
--	----------------------------	--	--	--

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	144
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	96
в том числе:	
Лекционные занятия	48
Практические занятия	48
Консультации	1
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	47
Промежуточная аттестация в форме экзамена	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.16 Методика преподавания физической культуры.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1.1. Средства и методы физического воспитания	Содержание учебного материала		
	1 Группы средств физического воспитания	2	2
	2 Техника физических упражнений		2
	3 Характеристики движений	2	2
	4 Общепедагогические методы		2
	5 Специфические методы	2	
	6 Методы частично регламентированного упражнения		
	7 Методы строго регламентированного упражнения	2	
	8 Методы воспитания физических качеств		2
Тема 1.2. Основы обучения двигательным действиям	Содержание учебного материала		
	1 Основы формирования двигательного навыка	2	2
	2 Структура процесса обучения и особенности его этапов	4	2
	Практические занятия: Начальное разучивание техники двигательного действия (по разделам). Углубленное разучивание техники двигательного действия (по разделам). Закрепление и совершенствование техники двигательного действия (по разделам).	8	
	Самостоятельная работа: Проанализировать физическое упражнение (по заданию) и определить фазы этого упражнения.	4	
Тема 1.3. Основы развития физических качеств	Содержание учебного материала		
	1 Основы методики воспитания силовых способностей	4	2
	2 Основы методики воспитания скоростных способностей		2
	3 Основы методики развития выносливости		2
	4 Основы методики развития гибкости		2
	5 Основы методики развития координационных способностей		2
	Практические занятия: Подобрать средства и методы для воспитания силовых способностей. Подобрать средства и методы для воспитания скоростных способностей. Подобрать средства и методы для воспитания выносливости.	10	

	Подобрать средства и методы для воспитания гибкости. Подобрать средства и методы для воспитания координационных способностей.			
	Самостоятельная работа: Подобрать методы для урока физической культуры для детей младшего (среднего, старшего) школьного возраста при прохождении раздела гимнастика (легкая атлетика, спортивные игры, лыжный спорт, плавание). Подобрать средства и методы для начального разучивания (углубленного разучивания, закрепления и совершенствования) техники двигательного действия (по разделам).		8	
Тема 1.4. Урочные формы занятий	Содержание учебного материала			
	1	Структура урока и характеристика его частей	2	2
	2	Правила постановки и формулирования задач урока		2
	3	Организация и методические основы проведения урока	4	2
	4	Дозирование физических нагрузок на уроке		2
	Практические занятия: проведение подготовительной (основной, заключительной) части урока (по разделам)		2	
	Самостоятельная работа: Проанализировать тему урока и сформулировать задачи урока.		4	
Тема 1.5. Планирование и контроль в физическом воспитании. Требования к ведению и оформлению учебной документации	Содержание учебного материала			
	1	Логика планирования при обучении предмету «Физическая культура»	4	2
	2	Основные документы планирования		2
	3	Методы педагогического контроля		2
	4	Структура и содержание программы по физической культуре	2	2
	5	Структура, содержание календарно-тематического плана, принципы и требования к составлению тематического плана		2
	6	Требования к современному уроку физической культуры	2	2
	7	Использование методической литературы и др. источников информации, включая Интернет – ресурсы, при подготовке к уроку физической культуры		2
	8	Разработка технологических карт уроков.	2	2
	9	Логика анализа и самоанализа урока физической культуры.		2
	Практические занятия: Изучить и проанализировать образовательные стандарты и примерные программы учебного предмета «Физическая культура». Проанализировать учебно-тематические планы и процесс обучения по дисциплине «Физическая культура», разработать предложения по их		16	

	<p>совершенствованию.</p> <p>Определить цели и задачи, спланировать физическое воспитание обучающихся в образовательном учреждении, составить календарно-тематический план (на четверть, полугодие, год).</p> <p>Разработать технологическую карту урока по физической культуре.</p> <p>Разработать технологическую карту нетрадиционного урока по физической культуре.</p> <p>Разработать технологическую карту урока с использованием современных педагогических технологий.</p> <p>Провести анализ урока по физической культуре.</p>			
	<p>Самостоятельная работа:</p> <p>Разработать план-конспект (технологическую карту) занятия по физической культуре для детей младших (средних, старших) классов с учетом возрастных особенностей организма.</p> <p>Разработать технологическую карту занятия по физической культуре для людей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Разработать технологическую карту урока с использованием современных педагогических технологий.</p> <p>Разработать технологическую карту нетрадиционного урока по физической культуре.</p> <p>Составить поурочный рабочий план на четверть, технологическую карту урока.</p> <p>Подобрать методы педагогического контроля для урока (по темам).</p>		24	
Тема 1.6. Физическое воспитание различных групп населения	Содержание учебного материала			
	1	Учет физических особенностей организма детей младшего школьного возраста на занятиях физическими упражнениями	4	2
	2	Учет психических особенностей организма детей младшего школьного возраста на занятиях физическими упражнениями		2
	3	Учет физических особенностей организма детей среднего школьного возраста на занятиях физическими упражнениями		2
	4	Учет психических особенностей организма детей среднего школьного возраста на занятиях физическими упражнениями		2
	5	Учет физических особенностей организма детей старшего школьного возраста на занятиях физическими упражнениями		2
	6	Учет психических особенностей организма детей старшего школьного возраста на занятиях физическими упражнениями		2

	7	Учет психо-физиологических особенностей детей с нарушением слуха	6	2
	8	Учет психо-физиологических особенностей детей с нарушением зрения		2
	9	Учет психо-физиологических особенностей детей с ПОДА		2
	10	Учет психо-физиологических особенностей детей с умственной отсталостью		2
	11	Требования к организации и проведению лекций на тему «Здоровый образ жизни»		2
		Практические занятия: Моделирование занятий по физической культуре у детей школьного возраста. Моделирование занятий по физической культуре у детей с ограниченными возможностями здоровья.		8
Тема 1.7. Основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры	Содержание учебного материала		4	
	1	Учет успеваемости учащихся на уроках физической культуры. Критерии выставления отметок		2
	2	Оценка физической подготовленности учащихся		2
	3	Оценка состояния здоровья учащихся		2
	Практические занятия: Разработать систему рейтингового контроля для учебного предмета «Физическая культура»		4	
	Самостоятельная работа: Разработать систему рейтингового контроля для учебного предмета «Физическая культура». Разработать структуру и состав «Портфолио достижений» для учебного предмета «Физическая культура».		8	
	Консультации		1	
Промежуточная аттестация в форме экзамена				
Всего			144	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета методики избранного вида адаптивного спорта; методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности, универсального спортивного зала.

Технические средства обучения: компьютер с лицензионно-программным обеспечением и мультимедиапроектор, интерактивная доска.

Оборудование спортивного зала: баскетбольная, волейбольная, мини-футбольная площадки; гимнастическое оборудование, новые виды оборудования (фитбол, степ-платформа, полусфера Bosu, ролл, болстер, ремень для йоги, блок для йоги, изотоническое кольцо, TRX-петля, бодибар, кольцевой амортизатор).

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основная литература

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для СПО / С. Ф. Бурухин. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2018. – 173 с. – (Серия : Профессиональное образование).

2. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для СПО / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2018. – 138 с. – (Серия : Профессиональное образование)

Дополнительная литература

1. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика : учебное пособие для СПО / Л. С. Дворкин. – М.: Юрайт, 2018. – 148 с. – (Серия : Профессиональное образование).

2. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для СПО / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2018. – 189 с. – (Серия : Профессиональное образование).

3. Жданкина, Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для СПО / Е.Ф. Жданкина, И.М. Добрынин ; под науч. ред. С. В. Новаковского. – М.: Юрайт, 2018. – 125 с. – (Серия : Профессиональное образование).

4. Михайлов, Н.Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика: учебное пособие для СПО / Н.Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2018. – 138 с. – (Серия : Профессиональное образование)

5. Бишаева, А.А. Физическая культура : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / А.А. Бишаева. – 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2018. – 320 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля
Умения	
– планировать содержание занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, уровня подготовленности занимающегося, особенностей его физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма; – вести отчетную документацию по планированию	Текущий контроль: Оценка результатов выполнения заданий на практических занятиях, самостоятельных работах

<p>тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося;</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся; – анализировать условия, возможности достижения занимающимся результата тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, подбирать средства достижения занимающимся контрольных показателей тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке; – вести отчетность по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся; – вести отчетную документацию по фиксации результатов измерения и оценке общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся 	<p>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</p>
Знания:	
<ul style="list-style-type: none"> – технологии планирования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки в адаптивном спорте; – порядок составления и ведения документации по планированию занятий по общей физической и специальной подготовке; – контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке, определять первые признаки напряжения и утомления; – вести отчетность по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся; – использовать техники оценки подготовленности занимающихся, соответствующие нормативам испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и плановым результатам спортивной подготовки занимающегося; – порядок составления документации по измерению и оценке физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося 	<p>Текущий контроль: Оценка результатов устных опросов, выполнения самостоятельных работ</p> <p>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</p>

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

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	- демонстрация интереса к будущей профессии.	- интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	<ul style="list-style-type: none"> – определение методов и способов решения профессиональных задач в области преподавания физической культуры; – демонстрация эффективности и качества выполнения профессиональных задач в области преподавания физической культуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - результаты наблюдений за обучающимся на производственной практике; - оценка результативности работы обучающегося при выполнении индивидуальных заданий
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация способностей выбора метода решения в зависимости от ситуации, принятия стандартных и нестандартных решений профессиональных задач в области преподавания физической культуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - оценка результативности работы обучающегося при выполнении практических заданий; - оценка результативности работы обучающегося при выполнении индивидуальных заданий.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	<ul style="list-style-type: none"> - использование методической литературы и др. источников информации, включая электронные, необходимой для подготовки к урокам физической культуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - подготовка докладов, использование электронных источников, оценка эффективности работы с источниками информации.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> -демонстрация навыков работы на ПК; -выбор компьютерной программы в соответствии с решаемой задачей; -применение компьютерных программ для решения профессиональных задач. 	<ul style="list-style-type: none"> -наблюдение за навыками работы в информационных сетях, оценка эффективности работы обучающегося с прикладным программным обеспечением.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами	<ul style="list-style-type: none"> - конструктивное взаимодействие с обучающимися, их родителями, учителями, воспитателями и администрацией образовательного учреждения в ходе практики. 	<ul style="list-style-type: none"> - интерпретация результатов наблюдений за обучающимся в процессе освоения образовательной программы.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	<ul style="list-style-type: none"> - понимание мотивации учащихся и ее учет в организации их работы; - контроль деятельности учащихся; - оценивание результатов собственной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - интерпретация результатов наблюдений за обучающимся в процессе освоения образовательной программы.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрация интереса к обучению; использование знаний на практике; -определение задач своего профессионального и 	<ul style="list-style-type: none"> - участие в семинарах, диспутах, научно-практических конференциях и т.д.

самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	личностного развития; планирование своего обучение.	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	- демонстрация понимания целей и содержания профессиональной деятельности; - использование новых решений и технологий для оптимизации профессиональной деятельности.	- участие в семинарах, диспутах, научно-практических конференциях и т.д.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	- осуществление деятельности по профилактике травматизма, обеспечению охраны жизни и здоровья детей.	- результаты наблюдений за обучающимся на производственной практике; - оценка результативности работы обучающегося при выполнении практических заданий.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм	- понимание правовых норм в профессиональной деятельности; соблюдение правовых норм; применение в организации профессиональной деятельности.	- результаты наблюдений за обучающимся на производственной практике.
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности	- владение базовыми и новыми видами физкультурно-оздоровительной деятельности.	- результаты наблюдений за обучающимся на производственной практике; - оценка результативности работы обучающегося при выполнении практических заданий.