

Приложение
к ППССЗ по специальности
49.02.01 Физическая культура
год начала подготовки – 2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»** разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г. № 968.

Организация – разработчик: ГПОУ «Кузбасское УОР»

Составители:

Новикова Н.Г., преподаватель высшей квалификационной категории ГПОУ «Кузбасское УОР»,

Фролова Г.А., преподаватель высшей квалификационной категории ГПОУ «Кузбасское УОР»,

Химич Г.А., преподаватель высшей квалификационной категории ГПОУ «Кузбасское УОР»,

Мареева Е.Б., преподаватель высшей квалификационной категории ГПОУ «Кузбасское УОР»,

Чибранова Н.В., преподаватель высшей квалификационной категории ГПОУ «Кузбасское УОР».

СОДЕРЖАНИЕ

1	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	33
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	38

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина **ОП.13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»** является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС 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, ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 2.1, ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13, ЛР 15.

1.1.1. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.
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.
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.
ПК 1.2.	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
ПК 2.1	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.

1.1.3. Перечень личностных компетенций

Код	Наименование личностных компетенций
ЛР 6.	Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.
ЛР 7.	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР 9.	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.
ЛР 13.	Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности.
ЛР 15.	Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06; ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1.	- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; - использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; - проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;	- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки; - методику обучения профессионально значимым двигательным действиям 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.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	728
в т.ч. в форме практической подготовки	492
в том числе:	
теоретическое обучение	270
практические занятия	458
Промежуточная аттестация	34
Из них:	
Промежуточная аттестация по разделам программы	28
Экзамен	6
РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА	158
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 1	
в том числе:	
теоретическое обучение	40
практические занятия	118
РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	141
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 2	
в том числе:	
теоретическое обучение	41
практические занятия	100
РАЗДЕЛ 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	51
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 3	
в том числе:	
теоретическое обучение	21
практические занятия	30
РАЗДЕЛ 4. ТУРИЗМ	66
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 4	
в том числе:	
теоретическое обучение	31
практические занятия	35
РАЗДЕЛ 5. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА	54
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 5	
в том числе:	
теоретическое обучение	19
практические занятия	35
РАЗДЕЛ 6. ФИТНЕС	51
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 6	
в том числе:	
теоретическое обучение	21
практические занятия	30
РАЗДЕЛ 7. НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА	66
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 7	
в том числе:	
теоретическое обучение	24
практические занятия	42
РАЗДЕЛ 8. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	141
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 8	
в том числе:	

теоретическое обучение	73
практические занятия	68

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4

РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА		158/118	
Тема 1.1. Предмет и задачи курса	Содержание учебного материала	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, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина. Виды гимнастики и их классификация.	1	
	2. Методические особенности гимнастики.	1	
Тема 1.2. Гимнастическая терминология	Содержание учебного материала	8/-	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, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	1. Значение гимнастической терминологии, требования к ней.	2	
	2. Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения терминов).	2	
	3. Запись гимнастических упражнений (формы и типы записи упражнений, текстовая запись конкретных упражнений).	2	
Тема 1.3. Методические особенности проведения строевых упражнений	4. Правила записи общеразвивающих упражнений (общеразвивающих упражнений без предмета, положения и движения звеньями тела, запись общеразвивающих упражнений с предметами).	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, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	Содержание учебного материала	12/8	
	1. Классификация, назначение, особенности строевых упражнений. Строй и его структурные элементы.	2	
	2. Методы и методические приемы обучения строевым упражнениям.	2	
	В том числе, практических занятий	8	ОК 01, ОК 02, ОК 04,

	Практическое занятие. Отработка строевых приемов: построений и перестроений.	2	ОК 06, ОК 08, ПК 1.1. - ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 2.1, ПК 3.1 - ПК 3.4, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	Практическое занятие. Отработка строевых приемов: передвижений, размыканий и смыканий.	2	
	Практическое занятие. Фигурная маршировка.	2	
	Практическое занятие. Методика проведения строевых команд в учебной группе.	2	
Тема 1.4. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений	Содержание учебного материала	30/26	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, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	1. Характерные особенности общеразвивающих упражнений, классификация, задачи, методика применения и проведения общеразвивающих упражнений.	2	
	2. Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предмета, в парах, с предметами разными способами.	2	
	В том числе, практических занятий	26	
	Практическое занятие. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделениям.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ различными способами без предмета (раздельным, поточным, проходным, круговым и т.д.).	4	
	Практическое занятие. Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ с предметами (с мячом, с гимнастической палкой, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке и т.д.).	4	
	Практическое занятие. ОРУ в движении, в парах.	2	
	Практическое занятие. Проведение ОРУ с партнером и в движении в учебной группе.	2	
	Практическое занятие. Проведение ОРУ на снарядах (гимнастическая скамья, гимнастическая стенка) в учебной группе.	2	
	Практическое занятие. Техника выполнения упражнений.	2	
	Практическое занятие. ОРУ на снарядах и в парах для развития физических качеств.	2	
	Практическое занятие. ОРУ без предметов, с предметами для развития физических качеств.	2	

	Практическое занятие. Динамика развития физических качеств.	2	
Тема 1.5. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям	Содержание учебного материала	29/20	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, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	1. Техника гимнастических упражнений и закономерности лежащие в ее основе.	1	
	2. Статические и динамические упражнения.	1	
	3. Характеристика, классификация акробатических упражнений.	1	
	4. Цели и задачи обучения в гимнастике.	1	
	5. Методика обучения гимнастическим упражнениям.	1	
	6. Этапы, методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям.	1	
	7. Методика исправления ошибок.	1	
	8. Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования.	1	
	9. Применение приемов страховки, помощи и самостраховки.	1	
	В том числе, практических занятий	20	
	Практическое занятие. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (группировка, перекаты).	2	
	Практическое занятие. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (кувырок вперед и назад, стойка на лопатках).	2	
	Практическое занятие. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (стойка на голове и руках, стойка на руках).	2	
	Практическое занятие. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям (мост, переворот боком «колесо» и т.д.).	3	
	Практическое занятие. Прыжковые упражнения. Балансовые упражнения.	2	
	Практическое занятие. Акробатические соединения. Техника выполнения акробатических соединений.	3	
	Практическое занятие. Парная акробатика. Демонстрация техники.	3	
	Практическое занятие. Изучение и составление акробатической комбинации.	3	

Тема 1.6. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС	Содержание учебного материала	14/12	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, ПК 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15
	1. Особенности физической подготовки посредством гимнастики.	1	
	2. Методика развития двигательных способностей посредством гимнастики.	1	
	В том числе, практических занятий	12	
	Практическое занятие. Освоение методики развития двигательных способностей посредством гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Развитие гибкости посредством гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Развитие координации посредством гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Развитие силы посредством гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Развитие быстроты посредством гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Развитие выносливости посредством гимнастики.	2	
Тема 1.7. Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики	Содержание учебного материала	27/24	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, ПК 3.6 ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13, ЛР 15
	1. Формы организации занятий по гимнастике.	1	
	2. Методика проведения занятий по гимнастике.	1	
	3. Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования.	1	
	В том числе, практических занятий	24	
	Практическое занятие. Освоение методики проведения занятий по гимнастике.	2	
	Практическое занятие. Урок гимнастики в школе. Планирование и учет работы по гимнастике.	2	
	Практическое занятие. Организация и проведение массовых мероприятий по гимнастике.	2	
	Практическое занятие. Урок гимнастики в школе: содержание и организация. Подвижные игры и эстафеты на уроках гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Сюжетно-ролевая форма проведения урока. Техника выполнения полосы препятствий на уроке гимнастики.	2	

	Практическое занятие. Техника выполнения полосы препятствий на уроке гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Урок ритмической гимнастики, как одна из форм проведения урока.	2	
	Практическое занятие. Правила подбора упражнений в соответствии с музыкальным квадратом, задачами урока, возрастными особенностями учащихся.	2	
	Практическое занятие. Составление комплекса по ритмической гимнастике.	2	
	Практическое занятие. Демонстрация техники комплекса по ритмической гимнастике.	2	
	Практическое занятие. Организация и проведение массового гимнастического выступления в помещении.	2	
	Практическое занятие. Организация и проведение массового гимнастического выступления на открытой площадке.	2	
Тема 1.8. Методика проведения прикладных упражнений	Содержание учебного материала	8/6	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, ПК 3.6 ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13, ЛР15
	1. Характеристика прикладных упражнений.	1	
	2. Техника и методика обучения основным упражнениям.	1	
	В том числе, практических занятий	6	
	Практическое занятие. Освоение разновидностей ходьбы и бега, упражнений в равновесии.	2	
	Практическое занятие. Освоение упражнений в лазанье, перелазанье и переползании.	2	
	Практическое занятие. Освоение упражнений в поднимании и переноске груза.	2	
Тема 1.9. Основы судейства соревнований по гимнастике	Содержание учебного материала	10/8	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, ПК 3.6 ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР13, ЛР15
	1. Виды и характеристика соревнований по гимнастике.	1	
	2. Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях.	1	
	В том числе, практических занятий	8	
	Практическое занятие. Организация и проведение соревнований по гимнастике.	2	

	Практическое занятие. Особенности организации судейства общешкольных соревнований.	2	
	Практическое занятие. Составление положения о соревнованиях по гимнастике в школе.	2	
	Практическое занятие. Применение правил судейства при оценке техники гимнастических упражнений.	2	
Тема 1.10. Виды гимнастики	Содержание учебного материала	14/10	ОК 01. - ОК 05. ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.4. ПК 2.1. ПК 2.3. ПК 2.5. ПК 3.4.
	1. Оздоровительная, образовательно-развивающая, спортивная гимнастика.	2	
	2. Общая характеристика, задачи, средства, формы, организация и методика проведения индивидуальных и групповых занятий.	2	
	В том числе, практических занятий	10	
	Практическое занятие. Составление и проведение комплексов оздоровительной, гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Составление и проведение комплексов образовательно-развивающей гимнастики.	2	
	Практическое занятие. Методика проведения индивидуальных и групповых занятий по спортивной гимнастике.	2	
	Практическое занятие. Методика проведения занятий по спортивной гимнастике на снарядах.	2	
	Практическое занятие. Применение элементов спортивной гимнастики в профессиональной деятельности.	2	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		4	

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ		141/100	
Тема 2.1. Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	4/-	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 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Возникновение и развитие спортивных игр.	1	
	2. Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.	1	
	3. Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр.	1	

	4. Спортивные игры как средство физического воспитания. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм.	1	
Тема 2.2. Баскетбол	Содержание учебного материала	23/16	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 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. История возникновения и развития баскетбола.	1	
	2. Правила игры. Основы судейства.	2	
	3. Классификация техники игры. Техника нападения. Техника защиты.	2	
	4. Классификация тактики игры. Тактика нападения. Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия.	2	
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие. Освоение техники нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение техники защиты.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике защиты.	2	
	Практическое занятие. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите. Применение правил судейства в игре.	2	
Тема 2.3. Волейбол	Содержание учебного материала	22/16	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 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Краткая историческая справка о развитии волейбола.	1	
	2. Особенности воздействия волейбола на физическое развитие, психические качества и свойства личности.	1	
	3. Характеристика и классификация техники и тактики игры.	2	
	4. Правила соревнований по волейболу. Основы судейства.	2	

	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие. Освоение техники нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение техники защиты.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике защиты.	2	
	Практическое занятие. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите. Применение правил судейства в игре.	2	
Тема 2.4. Гандбол	Содержание учебного материала	22/16	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 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. История развития гандбола.	1	
	2. Основы техники игры.	2	
	3. Основы тактики игры.	2	
	4. Сущность и правила игры. Проведение соревнований.	1	
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие. Освоение техники игры. Применение правил судейства в игре.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике игры.	4	
	Практическое занятие. Освоение тактики игры. Применение правил судейства в игре.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения тактическим действиям в игре.	4	
Тема 2.5. Настольный теннис	Содержание учебного материала	22/16	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 3.6
	1. История возникновения и развития игры.	1	
	2. Техника и тактика игры.	3	

	3. Правила игры и соревнований.	2	ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие. Освоение техники игры. Применение правил судейства в игре.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике игры.	4	
	Практическое занятие. Освоение тактики игры. Применение правил судейства в игре.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения тактическим действиям в игре.	4	
Тема 2.6. Бадминтон	Содержание учебного материала	22/16	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 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. История возникновения и развития бадминтона.	1	
	2. Оборудование и инвентарь для игры. Правила игры и соревнований.	3	
	3. Техника и тактика игры в бадминтон.	2	
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие. Освоение техники игры. Применение правил судейства в игре.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике игры.	4	
	Практическое занятие. Освоение тактики игры. Применение правил судейства в игре.	4	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения тактическим действиям в игре.	4	
Тема 2.7. Футбол	Содержание учебного материала	22/16	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 3.6 ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. История развития игры.	1	
	2. Правила игры. Основы судейства.	1	
	3. Классификация техники игры. Техника нападения. Техника защиты.	2	
	4. Классификация тактики игры. Тактика нападения. Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия.	2	
	В том числе, практических занятий	16	
	Практическое занятие. Освоение техники нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение техники защиты.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике нападения.	2	

	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике защиты.	2	
	Практическое занятие. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения.	2	
	Практическое занятие. Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении. Применение правил судейства в игре.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите. Применение правил судейства в игре.	2	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		4	

РАЗДЕЛ 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ		51/30	
Тема 3.1. Основные понятия о подвижной игре	Содержание учебного материала	2/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Игра как социальное явление. Сущность подвижных игр.	1	
	2. Классификация подвижных игр.	1	
Тема 3.2. Педагогическая характеристика подвижных игр	Содержание учебного материала	2/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Образовательное, оздоровительное и воспитательное значение игр.	1	
	2. Возраст детей и подвижные игры. Техника безопасности при проведении подвижных игр.	1	
Тема 3.3. Структура и методика проведения подвижных игр	Содержание учебного материала	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Выбор игры. Подготовка инвентаря и вспомогательного оборудования. Функции руководителя игры. Объяснение сущности игры. Размещение играющих с определением функций и правил игры. Завершение игры и подведение итогов.	1	
	2. Методика проведения подвижной игры.	1	
	В том числе, практических занятий	4	
	Практическое занятие 1. Анализ методики проведения подвижных игр в различных возрастных группах.	2	
	Практическое занятие 2. Составление опорного конспекта по	2	

	подвижной игре.		
Тема 3.4. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся	Содержание учебного материала	15/10	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Методика проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.	1	
	2. Особенности проведения подвижных игр для детей младшего школьного возраста.	1	
	3. Особенности проведения подвижных игр для детей среднего школьного возраста.	1	
	4. Особенности проведения подвижных игр для подростков 14-15 лет.	1	
	5. Особенности проведения подвижных игр с юношами и девушками 16-17 лет.	1	
	В том числе, практических занятий	10	
	Практическое занятие 3. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.	2	
	Практическое занятие 4. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста.	2	
	Практическое занятие 5. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с детьми среднего школьного возраста.	2	
	Практическое занятие 6. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с подростками 14-15 лет.	2	
	Практическое занятие 7. Освоение методики организации и проведения подвижных игр с юношами и девушками 16-17 лет.	2	
Тема 3.5. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в режиме дня школьника	Содержание учебного материала	14/7	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Место игры в режиме дня школьника и на уроке физкультуры.	1	
	2. Структура урока физической культуры в школе, с включением подвижных игр.	1	
	3. Содержание подвижных игр для физкультминуток, пауз, подвижных перемен, продленного часа.	2	
	4. Подвижные игры на физкультурных праздниках в спортивном зале, на спортивной площадке.	2	
	5. Проведение и организация игр-аттракционов.	1	
	В том числе, практических занятий	7	
	Практическое занятие 8. Составление опорного конспекта	2	

	подвижной игры для любого возраста обучающихся на выбор студента.		
	Практическое занятие 9. Подбор физкультминуток для разных видов уроков в начальной школе.	2	
	Практическое занятие 10. Составление положения и проведение соревнования по подвижным играм.	3	
Тема 3.6. Планирование подвижных игр во внеурочной работе	Содержание учебного материала	10/7	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Подвижные игры в занятиях спортом.	1	
	2. Значение, задачи, содержание, особенности проведения военизированных подвижных игр.	1	
	3. Подвижные игры в детских оздоровительных лагерях.	1	
	В том числе, практических занятий	7	
	Практическое занятие 11. Подготовка и проведение подвижных игр используемых в занятиях спортом.	2	
	Практическое занятие 12. Проведение военизированной игры для обучающихся старших классов.	2	
	Практическое занятие 13. Разработка сценария спортивно-туристской игры на местности для детского лагеря.	3	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		2	

РАЗДЕЛ 4. ТУРИЗМ		66/35	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
Тема 4.1. Введение в туризм	Содержание учебного материала	5/3	
	1. История возникновения и развития туризма.	1	
	2. Общая характеристика туризма как вида двигательной деятельности.	1	
	В том числе, практических занятий	3	
	Практическое занятие. Анализ нормативных документов, регламентирующих развитие туризма в РФ.	1	
	Практическое занятие. Составление глоссария по терминологии в туризме.	2	
Тема 4.2. Детско-юношеский туризм	Содержание учебного материала	7/2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Понятие, значение и функции детско-юношеского туризма.	1	
	2. Общие виды спортивной подготовки в туризме.	1	
	3. Специальные туристические направления подготовки.	1	
	4. Формы туристско-краеведческой деятельности.	2	

	В том числе, практических занятий	2	
	Практическое занятие. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке туриста.	2	
Тема 4.3. Начальные основы техники туризма	Содержание учебного материала	14/6	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Движение по пересеченной местности.	1	
	2. Виды костров. Сооружение и разведение костра.	1	
	3. Техника установки палатки.	1	
	4. Техника укладки рюкзака.	1	
	5. Техника вязания туристских узлов.	1	
	6. Организация туристского бивака.	1	
	7. Организация переправы по бревну, по параллельным веревкам, маятником.	1	
	8. Транспортировка пострадавшего.	1	
	В том числе, практических занятий	6	
	Практическое занятие. Отработка навыков подготовки видов костра, установки палатки, укладки рюкзака.	2	
	Практическое занятие. Освоение переправы по бревну, метода переправы «вертикальный маятник».	1	
	Практическое занятие. Отработка техники вязания туристских узлов.	2	
	Практическое занятие. Отработка навыков транспортировки пострадавшего.	1	
Тема 4.4. Топография и ориентирование	Содержание учебного материала	10/7	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Понятие о карте. Условные знаки изображения местности. Формы рельефа местности.	2	
	2. Способы и средства ориентирования на местности.	1	
	В том числе, практических занятий	7	
	Практическое занятие. Выполнение топографического диктанта.	2	
	Практическое занятие. Выполнение задания по копированию карты (создание собственной карты с копированием фрагментов из других карт).	3	
	Практическое занятие. Отработка навыков работы с компасом.	2	
Тема 4.5. Организация и	Содержание учебного материала	17/10	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08;
	1. Подготовка и проведение похода.	2	

проведение туристских походов, слетов и соревнований	2. Питание и снаряжение в походе.	1	ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	3. Подведение итогов похода.	1	
	4. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов.	1	
	5. Организация и проведение слетов и соревнований.	2	
	В том числе, практических занятий	10	
	Практическое занятие. Вычерчивание профиля маршрута по рельефу местности (на учебную топографическую карту наносится нитка маршрута).	2	
	Практическое занятие. Анализ инструкций по технике безопасности туристов при передвижении, на привале, при приготовлении и употреблении пищи, у воды и на воде, соблюдения мер охраны природы.	2	
	Практическое занятие. Разработка положения о соревнованиях по пешеходному туризму.	3	
Тема 4.6. Спортивный туризм как вид спорта	Практическое занятие. Организация и проведение соревнований по туристским навыкам.	3	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	Содержание учебного материала	11/5	
	1. Характеристика спортивного туризма.	1	
	2. Виды спортивного туризма.	1	
	3. Особенности подготовки спортсменов-туристов.	1	
	4. Разряды и звания по спортивному туризму.	1	
	5. Спортивные туристские походы и туристско-спортивные соревнования.	2	
	В том числе, практических занятий	5	
	Практическое занятие. Семинар по теме «Виды спортивного туризма».	2	
	Практическое занятие. Защита реферата по теме «Организация туристско-спортивных соревнований», «Туризм в Кузбассе».	3	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		2	

РАЗДЕЛ 5. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА		54/35	
Тема 5.1. Лыжная подготовка как вид физкультурно-спортивной	Содержание учебного материала	4/-	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. – ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6.,
	1. История лыжного спорта.	1	
	2. Требования, предъявляемые к технике передвижения на лыжах.	1	

деятельности	Классификация способов передвижения на лыжах.		ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	3. Определения, термины и понятия техники лыжного спорта. Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке.	1	
	4. Профилактика и оказание первой медицинской помощи при обморожениях и замерзаниях.	1	
Тема 5.2. Основы обучения в лыжном спорте	Содержание учебного материала	12/8	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. Методика проведения занятий по лыжной подготовке.	1	
	2. Методы обучения в лыжной подготовке.	1	
	3. Структура процесса обучения в лыжной подготовке.	1	
	4. Подготовка мест занятий и организация обучения в лыжной подготовке.	1	
	В том числе, практических занятий	8	
	Практическое занятие. Освоение методики проведения занятий по лыжной подготовке.	4	
Тема 5.3. Техника и методика обучения классическим ходам	Содержание учебного материала	11/9	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. Техника классических ходов.	1	
	2. Методика обучения технике классических ходов.	1	
	В том числе практических занятий	9	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения попеременному двухшажному ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения попеременному четырехшажному ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения одновременному бесшажному ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения одновременному одношажному ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения одновременному двухшажному ходу.	1	
Тема 5.4. Техника и методика обучения коньковым ходам	Содержание учебного материала	10/8	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. Техника коньковых ходов.	1	
	2. Методика обучения технике коньковых ходов.	1	

	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения одновременному одношажному коньковому ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения одновременному двухшажному коньковому ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения попеременному коньковому ходу.	2	
	Практическое занятие. Овладение способами перехода с хода на ход.	2	
Тема 5.5. Техника и методика обучения торможениям, поворотам, спускам, подъемам	Содержание учебного материала	9/6	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. Техника и методика обучения торможениям.	1	
	2. Техника и методика обучения стойкам спусков.	1	
	3. Техника и методика обучения поворотам в движении и способам преодоления подъемов на лыжах.	1	
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения преодолениям спусков.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения способам торможения.	2	
	Практическое занятие. Овладение техникой и методикой обучения поворотам в движении и способам преодоления подъемов на лыжах.	2	
Тема 5.6. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	Содержание учебного материала:	4	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1., ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. Классификация соревнований. Правила соревнований по лыжным гонкам.	2	
	2. Планирование соревнований. Положение о соревнованиях.	1	
	3. Подготовка и организация соревнований. Подготовка мест соревнований.	1	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		4	
РАЗДЕЛ 6. ФИТНЕС		51/30	
Тема 6.1. Фитнес как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	2/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. – ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	1. Значимость и место фитнеса в физкультурно-спортивной деятельности.	1	

	2. История возникновения фитнеса.	1	ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
Тема 6.2. Теоретические аспекты фитнеса	Содержание учебного материала	14/7	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. – ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Виды и направления фитнеса.	1	
	2. Понятия «фитнес-программа», «фитнес-технология», «фитнес-тренировка». Индивидуальные и групповые программы фитнеса.	1	
	3. Принципы, структура и содержание фитнес-тренировки.	1	
	4. Особенности мужского и женского тренинга.	1	
	5. Спортивное снаряжение, инвентарь и экипировка в фитнесе.	1	
	6. Виды тренажерных устройств и специализированного оборудования, принципы работы и правила безопасного использования.	1	
	7. Значение самоконтроля при занятиях фитнесом. Методы предотвращения травмирования при занятиях фитнесом.	1	
	В том числе, практических занятий	7	
	Практическое занятие. Составление глоссария по основным видам фитнеса, используя интернет-сайты, рекомендуемую литературу.	1	
	Практическое занятие. Семинар по теме «Виды и направления фитнеса».	2	
	Практическое занятие. Заполнение таблицы «Перечень и описание спортивного инвентаря».	2	
	Практическое занятие. Составление инструкции по правилам техники безопасности при занятиях в тренажерном зале, посещении групповых занятий и в зонах функционального тренинга.	2	
Тема 6.3. Методы и технологии фитнес-тренировок	Содержание учебного материала	12/6	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. – ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Классификация фитнес-технологий, их применение при проведении занятий по фитнесу.	1	
	2. Разновидности оздоровительной тренировки.	1	
	3. Теория и методика спортивной тренировки.	1	
	4. Особенности реабилитационной и рекреационной фитнес-тренировок.	1	
	5. Классификация и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу, их физиологическое обоснование и	1	

	принципы компоновки и комбинации.		
	6. Аэробный и анаэробный режимы. Методы тренировок: раздельный, суперсеты, круговой комбинированный, чередующиеся суперсеты. Этапы разминки, растяжка.	1	
	В том числе, практических занятий	6	
	Практическое занятие. Подбор и демонстрация физических упражнений по анатомическому признаку (для мелких, средних и крупных мышечных групп).	3	
	Практическое занятие. Подбор и демонстрация комплексов физических упражнений по целевой направленности (общеразвивающие, спортивные, рекреационные, коррекционные).	3	
Тема 6.4. Методики фитнес-тренировок	Содержание учебного материала	13/10	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Методики силовых, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития силы, координации, гибкости, выносливости, функционального тренинга.	2	
	2. Методики фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов.	1	
	В том числе, практических занятий	10	
	Практическое занятие. Составление комплекса упражнений для функционального тренинга с учетом заданного возраста.	2	
	Практическое занятие. Составление комплекса упражнений для силового тренинга с учетом заданного возраста.	2	
	Практическое занятие. Составление комплекса упражнений для комплексной круговой тренировки с учетом половозрастного состава населения.	2	
	Практическое занятие. Составление комплекса упражнений с фитболом и медболом для совершенствования равновесия, баланса, укрепления мышц спины, прямых и косых мышц живота, ног.	2	
	Практическое занятие. Отработка методик функциональной диагностики (состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем, антропометрический метод, метод динамометрии).	1	
	Практическое занятие. Отработка методов тестирования на определение уровня подготовленности человека для выполнения физических упражнений.	1	

Тема 6.5. Организация и проведения индивидуальных и групповых занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения.	Содержание учебного материала	6/3	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. – ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Задачи, содержание, организация и методы проведения индивидуальных и групповых занятий по фитнесу.	1	
	2. Особенности организации и проведения занятий по фитнесу для женщин, мужчин, с лицами зрелого, пожилого и старшего возраста.	2	
	В том числе, практических занятий	3	
	Практическое занятие. Разработка комплекса упражнений основной части группового (индивидуального) тренировочного занятия по общей физической подготовке для заданного возраста.	3	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		4	
РАЗДЕЛ 7. НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА		66/42	
Тема 7.1. Применение новых видов спорта в физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР 13., ЛР 15.
	1. Общая характеристика новых видов спорта и их место в физкультурно-спортивной деятельности.	1	
	2. Самоконтроль при занятиях современными видами спорта как средство обеспечения безопасности здоровья.	1	
	В том числе, практических занятий	2	
	Практическое занятие. Семинар по теме «Новые виды спорта в физкультурно-спортивной деятельности».	2	
Тема 7.2. Воркаут как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	6/2	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. История возникновения воркаута. Основные термины воркаута.	1	
	2. Виды воркаута. Площадки для занятий, экипировка воркаутеров. Методика тренировок в воркауте.	1	
	3. Основополагающие элементы и базовые упражнения воркаута.	1	
	4. Принципы тренировки в воркауте. Стандартные тренировки.	1	
	В том числе, практических занятий	2	
	Практическое занятие. Отработка начального комплекса упражнений занятий воркаутом.	2	
Тема 7.3. Стритбол как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	14/9	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. История развития стритбола в нашей стране. Значение стритбола и его влияние на физическое развитие занимающихся.	1	
	2. Терминология, оборудование и инвентарь в стритболе.	1	
	3. Порядок организации и проведения игры (соревнований).	1	
	4. Методика обучения техническим приёмам в нападении и защите в игре стритбол.	2	

	В том числе, практических занятий	9	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике нападения.	3	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике защиты.	3	
	Практическое занятие. Учебно-тренировочная игра 3х3 в стритбол.	3	
Тема 7.4. Флорбол как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	13/9	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. История возникновения и развития флорбола. Значение занятий флорболом на организм занимающихся.	1	
	2. Правила игры во флорбол.	1	
	3. Основы техники нападения и защиты.	2	
	В том числе, практических занятий	9	
	Практическое занятие. Освоение технических приемов нападения.	3	
	Практическое занятие. Освоение технических приемов защиты.	3	
	Практическое занятие. Учебно-тренировочная игра 4х4 в флорбол.	3	
Тема 7.5. Фрисби как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	2/-	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. История возникновения и развития игры во фрисби.	1	
	2. Правила игры во фрисби.	1	
Тема 7.6. Черлидинг как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	3/2	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. История развития черлидинга в России. Значение черлидинга и его влияние на физическое развитие занимающихся. Виды соревнований по черлидингу.	1	
	В том числе, практических занятий	2	
	Практическое занятие. Семинар по теме «Организация и проведение соревнований по черлидингу в образовательных организациях дополнительного образования, в детских секциях при фитнес-клубах».	2	
Тема 7.7. Скиппинг как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	12/8	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.;
	1. История развития и влияние занятий скиппингом на организм человека. Виды скиппинга.	1	

	2. Техника выполнения и методика обучения прыжкам через короткую скакалку.	1	ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	3. Техника выполнения и методика обучения прыжкам через длинную скакалку.	1	
	4. Организация и методика проведения соревнований по скиппингу.	1	
	В том числе, практических занятий	8	
	Практическое занятие. Отработка базовых элементов скиппинга.	3	
	Практическое занятие. Анализ методики проведения занятий по скиппингу в различных возрастных группах.	2	
	Практическое занятие. Составление положения и проведение соревнований по скиппингу.	3	
Тема 7.8. Городки как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	8/6	ОК 01., ОК 02., ОК 04., ОК 06., ОК 08. ПК 1.1. - ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1. ЛР 6., ЛР 7., ЛР 9., ЛР13., ЛР 15.
	1. История возникновения городошного спорта и его влияние на организм человека. Правила игры.	1	
	2. Техника выполнения и методика обучения броска биты.	1	
	В том числе, практических занятий	6	
	Практическое занятие. Отработка базовых элементов в выбивании различных фигур.	2	
	Практическое занятие. Учебно-тренировочная игра в классические городки.	4	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		4	
РАЗДЕЛ 8. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА		141/68	
Тема 8.1. Легкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	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- 3.6ЛР 7, ЛР 9
	1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов.	2	
	2. Термины, используемые в легкой атлетике.	1	
	3. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.	2	
Тема 8.2. Основы методики обучения	Содержание учебного материала	15/6	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- 3.6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13
	1. Обучение как педагогический процесс.	1	
	2. Методические принципы обучения.	1	
	3. Методы, средства и задачи обучения.	2	

	4. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники легкоатлетических видов спорта.	2	
	5. Анализ, ошибки и оценки техники движений.	1	
	6. Техника безопасности на занятиях лёгкой атлетикой.	2	
	В том числе, практических занятий	6	
	Практическое занятие. Освоение методики проведения занятий по лёгкой атлетике.	6	
Тема 8.3. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе	Содержание учебного материала	8/4	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- 3.6 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13
	1. Техника спортивной ходьбы: положение туловища и головы, движения рук, таза, ног, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе.	2	
	2. Методика обучения спортивной ходьбе.	2	
	В том числе, практических занятий	4	
	Практическое занятие. Освоение техники спортивной ходьбы.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения спортивной ходьбе.	2	
Тема 8.4. Основы техники и методики обучения бегу	Содержание учебного материала	43/22	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- 3.6 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13
	1. Техника бега на средние и длинные дистанции в условиях стадиона.	1	
	2. Техника бега на средние и длинные дистанции в условиях пересечённой местности (кросс).	1	
	3. Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции.	2	
	4. Особенности техники бега на сверхдлинные дистанции.	1	
	5. Техника бега на короткие дистанции (100,200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту).	2	
	6. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.	2	
	7. Техника эстафетного бега (4x100); способы передачи эстафеты.	2	
	8. Методика обучения технике эстафетного бега (4x100).	2	
	9. Техника барьерного бега.	2	
	10. Методика обучения технике барьерного бега.	2	
	11. Техника бега с препятствиями.	2	

	12. Методика обучения технике бега на 3000 м с препятствиями.	2	
	В том числе, практических занятий	22	
	Практическое занятие. Освоение техники бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона.	2	
	Практическое занятие. Освоение техники бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях пересечённой местности (кросс). https://ok.ru/video/1755188562512	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения бегу на средние и длинные дистанции.	2	
	Практическое занятие. Освоение техники бега на короткие дистанции (100,200, 400 м).	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м).	2	
	Практическое занятие. Освоение техники эстафетного бега (4x100).	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения эстафетного бега (4x100).	2	
	Практическое занятие. Освоение техники барьерного бега.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения барьерного бега.	2	
	Практическое занятие. Освоение техники бега с препятствиями.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике бега с препятствиями.	2	
Тема 8.5. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам	Содержание учебного материала	24/12	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- 3.6 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13
	1. Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп»: отталкивание, переход через планку, разбег.	2	
	2. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега.	2	
	3. Техника прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись».	2	
	4. Методика обучения технике прыжка в длину с разбега.	2	
	5. Техника тройного прыжка с разбега.	2	
	6. Техника прыжков в высоту с шестом.	2	
	В том числе, практических занятий	12	

	Практическое занятие. Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп».	3	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике прыжка в высоту с разбега.	3	
	Практическое занятие. Освоение техники прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись».	3	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике прыжка в длину с разбега.	3	
Тема 8.6. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим метаниям	Содержание учебного материала	24/8	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- 3.6 ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13
	1. Техника толкания ядра.	2	
	2. Методика обучения технике толкания ядра.	2	
	3. Техника метания копья, гранаты и малого мяча.	2	
	4. Методика обучения технике метания копья, гранаты и малого мяча.	2	
	5. Техника метания диска.	2	
	6. Методика обучения технике метания диска.	2	
	7. Техника метания молота.	2	
	8. Методика обучения технике метания молота.	2	
	В том числе, практических занятий	8	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике толкания ядра.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике метания копья, гранаты и малого мяча.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике метания диска.	2	
	Практическое занятие. Освоение методики обучения технике метания молота.	2	
Тема 8.7. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике	Содержание учебного материала	12/6	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- 3.6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 13
	1. Виды и характер соревнований по легкой атлетике.	2	
	2. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике.	2	
	3. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике.	2	
	В том числе, практических занятий	6	

	Практическое занятие. Правила соревнований по бегу и ходьбе.	2	
	Практическое занятие. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборьям.	2	
	Практическое занятие. Правила проведения соревнований в помещениях.	2	
Промежуточная аттестация/сдача контрольных нормативов		4	
Промежуточная аттестация /Экзамен по ОП.13		6	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения

Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 примерной образовательной программы по данной специальности, спортивный (универсальный) зал, оснащенный в соответствии с п. 6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности; оборудованные открытые спортивные площадки, оснащенные в соответствии с п. 6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности; плавательный бассейн, оснащенный в соответствии с п. 6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности. Все объекты, которые используются при проведении занятий по учебной дисциплине, должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам и требованиям техники безопасности.

Учебные занятия по разделу программы «Лыжная подготовка» проводятся на основании заключенного договора о сетевом взаимодействии. В ходе занятий используется инвентарь и оборудование организации, с которой заключен договор.

№	Наименование оборудования	Техническое описание
I Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование		
1.	Стол ученический 12 шт	Регулируемый по высоте
2.	Стул ученический 24 шт	Регулируемый по высоте
3.	Стол преподавателя 1 шт	Регулируемый по высоте
4.	Стул преподавателя 1 шт	Регулируемый по высоте
Дополнительное оборудование		
1.	Стеллаж библиотечный односторонний 2 шт	Размеры: 800x400x1900мм. Каркас разборный из трубы 25x25мм. Полки из ЛДСП. Регулируемые ножки.
2.	Шкаф широкий со стеклом 1 шт	Размеры: 85x45x201 см
II Технические средства		
Основное оборудование		
1.	Доска настенная аудиторная	Габариты 150x101 см
2.	Мультимедиа проектор (портативный)	Реальное разрешение: 320x240
3.	Ноутбук	Разрешение экрана 1920x1200
4.	Лицензионное программное обеспечение	
5.	Компьютер с выходом в локальную и глобальную сеть Интернет	
Дополнительное оборудование		
1.	Принтер	Тип печати струйный
2.	DVD-плеер	DVD-ROM
3.	Телевизор	Диагональ 32" Разрешение HD720p HD
III Демонстрационные учебно-наглядные пособия		
Основное оборудование		
1.	Учебные наглядные пособия: информационные стенды «Способы плавания», «Подвижные игры», «Виды спорта». Материалы для теоретической части дисциплины:	Издательство Уч. плакат https://uchplakat.ru/catalogory_67.html

	- конспекты лекций по всем темам программы; - дидактический раздаточный материал по разделам программы.	
2.	Материалы к практическим занятиям по дисциплине: - методические рекомендации; - комплекты контрольно-оценочных средств: - материалы для текущего контроля; - материалы для промежуточной аттестации; - материалы для итоговой аттестации.	
3.	Мультимедийные презентации: «Новые виды спорта», «Физические качества», «Спортивное плавание», «Основы спортивной тренировки», «Подготовительные упражнения по освоению с водой», сценарии физкультурных и (или) спортивных водных праздников для различных групп населения.	Лицензионные обучающие dvd фильмы
4.	Картотека подвижных игр: - для детей дошкольного возраста; - для детей младшего школьного возраста; - для детей среднего школьного возраста; - для детей старшего школьного возраста; - спортивно-туристской игры на местности, подвижные игры для детских оздоровительных лагерей.	
Дополнительное оборудование		
	Оборудование и инвентарь спортивного зала: - стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, скакалки гимнастические утяжеленные спортивные, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.; - кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для флорбола, клюшки и мячи	

	для флорбола, комплект защитной формы для вратаря (пара); - набор для подвижных игр: фрисби - 4 шт., кольцоброс - 2 комплекта, городки - 2 комплекта, кегли - 1 комплект, конус сигнальный малый - 10 шт., палка гимнастическая пластмассовая длиной 1,06 м - 8 шт., скакалка резиновая - 16 шт., жилетки двух цветов - 20 шт., лента для разметки площадок - 1 рулон, сумка для инвентаря. Неразборные гантели 2-6 кг, медболы, степ-платформы, плиометрическая тумба, карематы, координационная лесенка, ролик для пресса, бодибар, петли TRX, эспандер с ручками, эспандер кольцевой, грид-роллер, полусферы. Виды тренажеров: кардио и силовые тренажеры.	
--	--	--

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

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

При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Д.С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 300 с.

2. Алхасов, Д.С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры: учебник для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 317 с.

3. Баршай, В. Гимнастика: учебник / В. Баршай, М.В. Белавкина, С.Н. Кривсун, В.Н. Курысь. - Москва: КноРус, 2019. - 312 с.

4. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.]; под ред. А.Г. Горшкова. - Москва: КноРус, 2021. - 339 с.

5. Губа, В.П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В.П. Губа; под редакцией А.А. Алексеева; художник К.А. Тихонова. - Москва: Спорт-Человек, 2020. - 720 с.

6. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н.Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н.Ж. Булгаковой. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 344 с.

7. Поливаев, А.Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / А.Г. Поливаев. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 103 с.

8. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е.В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е.В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 322 с.

9. Семенов, Л.А. Базовые и инновационные подходы в физическом воспитании: коррекционное развитие кондиционных физических качеств у детей дошкольного возраста / Л.А. Семенов. - Санкт-Петербург: Лань, 2023. - 116 с. - ISBN 978-5-507-45383-2. - Текст: электронный //

Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/302582> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

10. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: баскетбол / В.П. Овчинников, А.М. Фокин, Л.Н. Шелкова [и др.]. - Санкт-Петербург: Лань, 2023. - 180 с. — ISBN 978-5-507-45116-6. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/284141> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

11. Яковлева, В.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры / В. Н. Яковлева. - Санкт-Петербург: Лань, 2023. - 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292931> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

12. Ширинян, А.А. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Практикум по спортивному ориентированию / А.А. Ширинян. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. - 48 с. — ISBN 978-5-507-44940-8. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/276638> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Алхасов, Д.С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, А.К. Пономарев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 300 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13356-1. — Текст: электронный

2. Алхасов, Д.С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры: учебник для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, А.К. Пономарев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 317 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15283-8. — Текст: электронный.

3. Баршай В. Гимнастика: учебник / Баршай В.М., Курысь В.Н., Павлов И.Б. - Москва: КноРус, 2022. - 312 с. — ISBN 978-5-406-09711-3. — URL: <https://book.ru/book/943651>

4. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.]; под ред. А.Г. Горшкова. - Москва: КноРус, 2021. - 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL: <https://book.ru/book/940095> (дата обращения: 28.02.2022). — Текст: электронный.

5. Губа, В.П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В.П. Губа; под редакцией А.А. Алексеева; художник К.А. Тихонова. — Москва: Спорт-Человек, 2020. - 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст: электронный

6. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н.Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н.Ж. Булгаковой. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный

7. Поливаев, А.Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / А.Г. Поливаев. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476145>

8. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е.В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е.В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст: электронный.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Димова, А.Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А.Л. Димова. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный

2. Жамесс. Э. Стретчинг 7 минут в день/ Элен Жамесс; [пер. с франц. О. Постниковой]. - М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2021. - 80 с.
3. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина [и др.]. - Электрон. текстовые данные. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. - 136 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65000.html>
4. Гандбол [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Ф. Кириченко [и др.]. - Электрон. текстовые данные. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. - 164 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65013.html>
5. Легкая атлетика с методикой тренировки: учебно-методическое пособие для СПО / составители С.Г. Ермакова, О.Н. Початкова. — Саратов: Профобразование, 2019. - 80 с. — ISBN 978-5-4488-0316-1. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROF образование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/86139>
6. Томилин, К.Г. Игровые виды рекреации (на воде и у воды): учебное пособие для СПО / К.Г. Томилин, И.Н. Овсянникова. - Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 170 с. — ISBN 978-5-4488-0275-1, 978-5-4497-0054-4. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROF образование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/83824>
7. Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 288 с.
8. Железняк Ю.Д., Нестеровский Д.И., В.А. Иванов и др. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учебных заведений /под ред. Ю.Д. Железняка. - 8-е изд. перераб. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 464 с.
9. Кафка Б., Йеневайн О. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес/ Бьёрн Кафка, Олаф Йеневайн. - М.: Спорт, 2016. - 176 с.
10. Крючек Е.С., Терехина Р.Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студентов высш. проф. образования /- 2-е издание, стер. - М: издательский центр «Академия», 2013. - 288 с.
11. Литвинов А.А., Козлов А.В. Ивченко Е.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. А.А. Литвинова. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 272с.
12. Люн К. Тренировка с подвесными ремнями/ К. Люн, Л. Чоу; пер. с англ. В.М. Боженков. - Минск: Попурри, 2016. - 144 с.
13. Сапожникова, О.В. Фитнес: учеб. пособие / О.В. Сапожникова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2015. - 144 с.
11. Сиссако Б. Йога. 7 минут в день/ Бакари Сиссако; [пер. с франц. Е. Иванкевич]. – М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2021. - 80 с.
12. Сиссако Б. Кардиотренинг. 7 минут в день/ Бакари Сиссако; [пер. с франц. М. Кленской]. - М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2021. - 80 с.
14. Степук, Н.Г. Анатомия стретчинга с дополненной реальностью/ Н.Г. Степук. – Москва: Издательство АТС, 2022. - 160 с.
15. 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.
16. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры: учебник для студ. учреждений высш. образования/ - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 272 с.
17. Физическая культура. Фитнес: учебное пособие/ Т.Н. Шутова, Д.В. Выприков, О.В. Везеницын, И.М. Бодров, Г.С. Крылова, Д.А. Кокорев, А.Г. Буров, О.В. Мамонова, Д.М. Гаджиев. - Москва: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2017. - 132 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- 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.	- 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 обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов 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.	оценка результатов выполнения практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; - использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и	выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике; - 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; - 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; - своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение	оценка результатов выполнения практических заданий; тестирование; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации

особенностями эксплуатации; - проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.	спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - подбор эффективных, разнообразных упражнения 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 занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия; - применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной	
---	---	--

	деятельности.	
--	---------------	--