

ГОБПОУ «Усманский многопрофильный колледж»

Утверждаю :  
директор «Усманского  
многопрофильного колледжа»

\_\_\_\_\_ С.Г. Петухов

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП. 08.04 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (спортивные игры с методикой преподавания)

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Уровень подготовки- углубленный

2019г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.

Организация-разработчик: Государственное областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Уманский многопрофильный колледж»

Разработчик:  
Распопов Я.Ю. преподаватель физической культуры высшей квалификационной категории

Рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии физического воспитания

Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2019г.

Председатель предметно-цикловой комиссии \_\_\_\_\_ Фролова Л. В.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>

# 1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

## ОП. 08.04 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (спортивные игры с методикой преподавания)

### 1.1. Область применения примерной программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина относится к профессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена по направлению ОП.00. Общепрофессиональные дисциплины.

Дисциплина является практико-ориентированной. В ходе освоения данной учебной дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими ряд способностей, а также профессиональными компетенциями, соответствующими основным видам профессиональной деятельности. Компетентности, сформированные в результате освоения программы, необходимы при изучении профессиональных модулей.

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

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

- планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

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

- историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;
- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по изученным базовым видам спорта;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:** максимальной учебной нагрузки обучающегося 174 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 116 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 58 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	174
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	116
В том числе:	
Теоретические занятия	6
Практические занятия	110
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	58
Характеристика спортивных игр как средство физического воспитания.	4
История развития баскетбола, волейбола в России.	10
Техника оборудования, инвентарь.	10
Организация и проведения соревнований.	10
Составить расписание игр при круговой и олимпийской системах.	
Таблица результатов.	6
Упражнения на развитие физических качеств.	8
	10
Промежуточная аттестация в форме комплексного дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения								
1	2	3	4								
<b>Раздел1.Научно-методические Основы формирования физической культуры в спортивных играх.</b>											
<b>Тема1.1 Структура и содержание дисциплины спортивных игр: баскетбол, волейбол.</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <table border="1" data-bbox="544 555 1809 659"> <tr> <td>1</td> <td>История, этапы развития спортивных игр в Российской Федерации</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Спортивные игры в системе физического воспитания.</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Техника игры</td> </tr> </table> <p>Контрольные работы</p> <p><b>Практические занятия</b></p> <p><b>Самостоятельная работа</b> обучающихся: Характеристика спортивных игр как средства физического воспитания.</p>	1	История, этапы развития спортивных игр в Российской Федерации	2	Спортивные игры в системе физического воспитания.	3	Техника игры	6	2		
1	История, этапы развития спортивных игр в Российской Федерации										
2	Спортивные игры в системе физического воспитания.										
3	Техника игры										
<b>Раздел 2. Учебно-практические основы.</b>											
<b>Тема 1.2 Баскетбол</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <table border="1" data-bbox="544 978 1809 1121"> <tr> <td>1</td> <td>Стойки , перемещение</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Перемещение</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Повороты</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Передачи</td> </tr> </table> <p>Лабораторные работы</p> <p><b>Практические занятия</b></p> <p>Обучение Стойкам, перемещениям  Обучениепередачам мяча двумя руками от груди, от плеча правой и левой рукой  .Обучениепередачам мяча с последующим перемещением.  Обучениепередачам мяча в парах и в тройках  Обучениепередачам мяча после ведения и двух шагов.</p> <p>Контрольные работы</p> <p><b>Самостоятельная работа</b> обучающихся: Правила судейства .История развития</p>	1	Стойки , перемещение	2	Перемещение	3	Повороты	4	Передачи	20	3
1	Стойки , перемещение										
2	Перемещение										
3	Повороты										
4	Передачи										
		8									

баскетбола в России			
Содержание учебного материала			
1	Ловля		3
2	Остановка		
3	Ведение мяча		
4			
Лабораторные работы		-	
<b>Практические занятия</b>		<b>20</b>	
Обучение технике ловли и передачи мяча двумя руками сверху, одной снизу Обучение остановкам прыжком и двумя шагами Обучение ведению на месте и по прямой, без зрительного контроля. Обучение ведению с изменением направления с сопротивлением. Обучение переводам перед грудью, под ногой, за спину,			
Контрольные работы		-	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Правила судейства. Техническое оборудование и инвентарь.		<b>10</b>	
Содержание учебного материала			
1	Броски		3
2	Финты		
3	Учебная игра.		
Лабораторные работы		-	
<b>Практические занятия</b>		<b>20</b>	
Обучение броскам мяча с места и после остановки прыжком и двумя шагами одной рукой. Обучение штрафным броскам, броскам с точек, с сопротивлением. Обучение броскам в движении. Обучение технике финтов. Учебная игра 1:1, 3:3.5:5			
Контрольные работы			
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Правила судейства. Протоколы соревнований.		<b>8</b>	
Содержание учебного материала			
Тактические действия			
Учебная игра			
Лабораторные работы		-	
<b>Практические занятия</b>		<b>10</b>	3
1	Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите с нападением..		
2	Обучение групповым и командным действиям в нападении		

	3	Учебная игра по заданию		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Правила судейства.Расписание игр.		4	
<b>Тема 2.1. Волейбол.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Передача мяча		3
	2	Прием мяча		
	3	Перемещения		
	<b>Практические занятия</b> Обучение перемещениям волейболиста Обучение передач мяча сверху двумя руками Обучение передач мяча сверху двумя руками, после перемещений. Обучение приемам и передач мяча сверху двумя руками. Обучение приемам мяча снизу двумя руками		10	
	Контрольные работы		-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Закрепление технике изученных видов деятельности. Правила соревнований в волейболе. История развития волейбола в России.		8	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Подача мяча		3
	2	Прием мяча		
	3	Тактика передач		
	<b>Практические занятия</b> Обучение нижней прямой подаче мяча ( на точность) Обучение верхней подаче мяча Обучение приему мяча с подачи		10	
	Контрольные работы		-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Правила соревнований, протоколы соревнований.		10	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Теоретические сведения изученных видов деятельности		3
	2	Нападающий удар		
	3	Блокирование		
	<b>Практические занятия</b> Обучение обучению прямому нападающему удару Обучение одиночному и групповому блокированию.		10	
	Контрольная работа		-	



	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Закрепление техники изученных действий. Правила соревнований в волейболе Составления расписания игр.	5	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Тактические действия		3
2	Учебная игра		
	<b>Практические занятия</b> Обучение индивидуальным и групповым действиям в нападении. Обучение индивидуальным и групповым действиям в защите. Учебная игра с навыками судейства	10	
	Контрольная работа	-	
	<b>всего</b>	<b>174</b>	

### 3. Условия реализации примерной программы учебной дисциплины

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия спортивного зала, спортивной площадке, оборудованных раздевалок с душевыми кабинами.

Спортивное оборудование:

Мячи баскетбольные, волейбольные, сетка волейбольная

Технические средства обучения:

Компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений. Техники выполнения видов

Электронные носители с записями комплексов упражнений, соревнований для демонстрации на экране.

#### 3.2 Информационное обеспечения

##### Перечень рекомендуемых учебных изданий:

1. Н.В. Решетников., Ю.Л.Кислицын – 16-е изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2016

2. Виленский М.Я. Физическая культура: - 3-е изд., стер.- М.: КНОРУС, 2016

##### Дополнительные источники:

1. Клусов Н.П. баскетбол. М.,2014г.

2. Правила соревнований по баскетболу, волейболу и ручному мячу,2015г.

3. Железняк Ю.Д., Куныанский В.А. «Волейбол у истоков мастерства» М.,2015г., стр.8-22.

4. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. Учебное пособие для тренеров. – М.: ФиС, 2014г.

5. Клещев Фурманов «юный волейболист» М., «ФиС»,2015г.,стр.13-15.

Интернет ресурсы:

<http://www.lanpbl.spb.ru/price.htm>

<http://www.teotiya.ru>

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

#### ОП.08.04 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки (спортивные игры с методикой тренировки)

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателями в процессе проведения практических занятий, тестирования, а так же выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоения умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения: <ul style="list-style-type: none"><li>• планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>• выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>• использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>• применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений,</li><li>• обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов</li></ul>	Тестирование двигательных действий.  Дифференцированный зачет по окончании курса обучения.

<p>физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;</li> <li>• использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</li> </ul>	
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;</li> <li>• методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>• основы судейства по изученным базовым видам спорта;</li> <li>• разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации.</li> </ul>	