Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 13.11.2024 11:21:19
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Н.Н. Кислова

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ МОДУЛЬ
Базовые виды спорта
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**
Учебный план ФКИ-б26Ио(4г)
Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): «Изобразительное искусство»

Квалификация **бакалавр**
Форма обучения **очная**
Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**
Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 108
самостоятельная работа 220

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (Курс.Номер семестра на курсе)	**1(1.1)**		**2(1.2)**		**3(2.1)**		**4(2.2)**		**5(3.1)**		**6(3.2)**		**Итого**	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Практические	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	108	108
В том числе инт.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	24	24
Итого ауд.	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	108	108
Контактная работа	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	108	108
Сам. работа	38	38	38	38	36	36	36	36	36	36	36	36	220	220
Итого	56	56	56	56	54	54	54	54	54	54	54	54	328	328

Программу составил(и):

Сафоненко Светлана Владимировна,
Солонович Валентина Аркадьевна,
Марьина Наталия Владиславовна,
Лапина Наталья Михайловна,
Блашкин Валерий Васильевич

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

Базовые виды спорта

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): «Изобразительное искусство»
утвержденного Учёным советом СГСПУ от 30.04.2026 г. протокол №9

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физического воспитания и спорта

Протокол от 23.06.2026г. №11
Зав. кафедрой Воеводина Т.М.

Начальник УОП


_____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины: понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту; создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Область профессиональной деятельности: 01 Образование и наука

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.О.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале: школьного курса «Физическая культура», «Биология», «Обществознание»

2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Безопасность жизнедеятельности

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7.2.Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Гимнастика			
1.1	Гимнастическая терминология /Пр/	1	2	0
1.2	Строевые упражнения /Пр/	1	2	1
1.3	Общеразвивающие упражнения /Пр/	1	2	1
1.4	Прикладные упражнения /Пр/	1	2	1
1.5	Основы техники гимнастических упражнений /Пр/	1	4	1
1.6	Основы обучения гимнастическим упражнениям /Пр/	1	2	0
1.7	Организация и содержание занятий по гимнастике в школе /Пр/	1	2	0
1.8	Меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой /Пр/	1	2	0
1.9	Гимнастическая терминология /Ср/	1	4	0
1.10	Строевые упражнения /Ср/	1	4	0
1.11	Общеразвивающие упражнения /Ср/	1	4	0
1.12	Прикладные упражнения /Ср/	1	4	0
1.13	Основы техники гимнастических упражнений /Ср/	1	4	0
1.14	Основы обучения гимнастическим упражнениям /Ср/	1	6	0
1.15	Организация и содержание занятий по гимнастике в школе /Ср/	1	6	0
1.16	Меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой /Ср/	1	6	0
	Раздел 2. Лыжный спорт			
2.1	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура и спорт: лыжный спорт» /Пр/	2	2	2
2.2	Общеподготовительные и специальные упражнения /Пр/	2	8	1
2.3	Развитие физических качеств /Пр/	2	8	1
2.4	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура и спорт: лыжный спорт» /Ср/	2	12	0
2.5	Общеподготовительные и специальные упражнения /Ср/	2	14	0
2.6	Развитие физических качеств /Ср/	2	12	0
	Раздел 3. Легкая атлетика			

3.1	Изучение техники безопасности на занятиях по легкой атлетике. Характеристика и содержание дисциплины «Физическая подготовка: легкая атлетика». Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка /Пр/	3	2	0
3.2	Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Современные представления о создании двигательного навыка /Пр/	3	2	1
3.3	Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений легкой атлетики, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой изучаемых видов легкой атлетики /Пр/	3	2	1
3.4	Методы проведения общеразвивающих упражнений. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями /Пр/	3	2	1
3.5	Контроль и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями /Пр/	3	2	1
3.6	Направленное использование средств легкой атлетики в воспитании физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения легкой атлетики (ОФП, СФП) /Пр/	3	2	0
3.7	Методика развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по легкой атлетике /Пр/	3	2	0
3.8	Виды выносливости. Основные методы развития выносливости. Развитие быстроты. Виды быстроты и методы развития. Развитие физического качества сила. Методы воспитания силы. Главные формы проявления силы /Пр/	3	2	0
3.9	Легкоатлетические эстафеты. Развитие гибкости на занятиях легкой атлетикой. Развитие координационных способностей /Пр/	3	2	0
3.10	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая подготовка: легкая атлетика» /Ср/	3	12	0
3.11	Общеподготовительные и специальные упражнения /Ср/	3	12	0
3.12	Развитие физических качеств /Ср/	3	12	0
	Раздел 4. Плавание			
4.1	Оздоровительное плавание и физическая подготовка /Пр/	4	8	2
4.2	Оздоровительное плавание и физическая подготовка /Ср/	4	18	0
4.3	Развитие физических качеств /Пр/	4	10	2
4.4	Развитие физических качеств /Ср/	4	18	0
	Раздел 5. Бадминтон			
5.1	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура: бадминтон» /Пр/	5	2	0
5.2	Изучение правильности хвата ракетки, основных игровых стоек, основные перемещения по площадке. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка /Пр/	5	4	2
5.3	Подачи в бадминтоне. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Современные представления о создании двигательного навыка /Пр/	5	4	0
5.4	Удары в бадминтоне. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой игры в бадминтон /Пр/	5	4	1
5.5	Методика развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по бадминтону /Пр/	5	4	1
5.6	Теория и содержание дисциплины «ФП: бадминтон» /Ср/	5	18	0
5.7	Развитие физических качеств /Ср/	5	18	0
	Раздел 6. Хоккей			
6.1	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура: хоккей» /Пр/	6	2	0
6.2	Изучение правильности хвата клюшки, основных игровых стоек, основные перемещения по площадке. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка /Пр/	6	4	2
6.3	Ведение и передачи в хоккее. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Современные представления о создании двигательного навыка /Пр/	6	4	1
6.4	Броски в хоккее. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой игры в хоккей /Пр/	6	4	1
6.5	Методика развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по хоккею /Пр/	6	4	0
6.6	Теория и содержание дисциплины «ФК: хоккей» /Ср/	6	18	0
6.7	Развитие физических качеств /Ср/	6	18	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

1 семестр, 9 практических занятий

Раздел 1. Гимнастика

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Гимнастическая терминология

Вопросы и задания:

1. Значение терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии.
2. Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения).
3. Термины общеразвивающих и вольных упражнений. Термины на снарядах. Термины акробатических упражнений.
4. Правила и формы записи общеразвивающих упражнений (без предмета, с предметом, в парах, в круге и т.п.); правила записи упражнений на снарядах, вольных, акробатических и художественной гимнастики.
Задания:
Составить конспект по данной лекции.
Написать 10 ОРУ, согласно правилам записи ОРУ, из различных стоек и с различными положениями рук.
Интерактивная форма: - работа по отделениям.

Практическое занятие № 2 (2 часа)
Строевые упражнения

Вопросы и задания:
1. Назначения и особенности строевых упражнений, основные группы строевых упражнений, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.
Методические указания:
- строй, повороты на месте и в движении, перестроение из одной шеренги в две, три и обратно, перестроение уступами из шеренги, обход, диагональ, противоход, змейка, круг, размыкание и смыкание, перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три одновременными поворотами налево (направо).
Задания
Интерактивная форма:
- работа в парах, по отделениям;
-выявления ошибок при выполнении строевых упражнений;
-анализ выполнения строевых упражнений.

Практическое занятие № 3 (2 часа)
Общеразвивающие упражнения

Вопросы и задания:
1. Характеристика упражнений.
2. Классификация упражнений и программный материал, упражнения для формирования правильной осанки.
Задания:
- составление комплексов общеразвивающих упражнений, правила подбора упражнений, методика проведения ОРУ, особенности проведения ОРУ с предметами, обучение ОРУ, дозировка ОРУ.
- ОРУ без предмета, с предметами, в парах, в тройках, в колоннах и шеренгах, в кругу, под музыку –методика проведения комплекса упражнений (каждым обучающимся) –практика.
Интерактивная форма:
- работа в парах, по отделениям;
- творческое выполнение заданий.

Практическое занятие № 4 (2 часа)
Прикладные упражнения

Вопросы и задания:
1. Характеристика прикладных упражнений.
2. Техника и методика обучения основным упражнениям.
Интерактивная форма:
- работа в парах, по отделениям.

Практическое занятие № 5 (2 часа)
Основы техники гимнастических упражнений

Вопросы и задания:
1. Характеристика акробатических упражнений, их классификация.
2. Техника акробатических упражнений, методика обучения.
Интерактивная форма:
-работа в парах, по отделениям.
Вопросы и задания:
1. Упражнения на перекладине. Характеристика упражнений: упражнения в висах, упражнения в упорах, простейшие переходы, соскоки.
2. Упражнения на брусья. Характеристика упражнений. Специальные упражнения для развития мышц рук. Маховые упражнения (соскоки, повороты, подъемы и т.д.). Страховка. Последовательность разучивания.
3. Упражнения на брусья разной высоты. Упражнения общеразвивающего и прикладного характера. Спортивные упражнения. Основные упражнения: висы, упоры, размахивания, подъёмы, соскок и т.д.
4. Упражнения на бревне. Характеристика упражнений. Основы техники упражнений. Особенности обучения и организация занятий. Основные упражнения: вскоки, шаги, повороты, бег, равновесие, полушпагат, упоры, прыжки, соскоки.
- вольные упражнения:
(практическое выполнение обучающимися всех упражнений входящие в содержание школьной программы по гимнастике «Комплексная программа физического воспитания для учащихся 1-11 классов» Лях В.И., Зданевич А.А.)

Практическое занятие № 6 (2 часа)
Основы техники гимнастических упражнений

Интерактивная форма:
- разучивание комбинаций;
- выполнение комбинаций на оценку;
- работа в парах, по отделениям;
- групповые творческие задания.

Прыжки
1. Характеристика и классификация опорных прыжков.
2. Техника и методика обучения прыжкам.
3. Прикладные опорные прыжки, спортивные прыжки.
Практическое выполнение: прыжок ноги врозь (через коня в длину –юноши, козёл в ширину –девушки); согнув ноги (козел в ширину).
Интерактивная форма:
- работа в парах, по отделениям;
- соревнования.
Вольные упражнения
1. Характеристика вольных упражнений.
2. Содержание вольных упражнений.
3. Обучение вольным упражнениям. Композиция вольных упражнений. Хореография.
Интерактивная форма:
- работа в парах, по отделениям;
- творческие групповые задания;
- соревнования.

Практическое занятие № 7 (2 часа)
Основы обучения гимнастическим упражнениям

Вопросы и задания:
1. Техника и методика обучения основным упражнениям (ходьба, бег, упражнения в равновесии, упражнения в лазанье и др.).
2. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в основе. Общие правила анализа техники исполнения гимнастических упражнений.
3. Основные средства гимнастики. Теоретические и методологические основы обучения. Знания, двигательные умения, навыки и способности гимнастов. Подготовительные и подводящие упражнения.
4. Обучение гимнастическим упражнениям: этап ознакомления с изучаемым упражнением; этап разучивания упражнения, этап закрепления и совершенствования техники исполнения упражнения.
5. Принципы, методы, приёмы и условия для успешного обучения гимнастическим упражнениям.
Интерактивная форма:
- проведение методики обучения технике гимнастического упражнения;
- педагогический анализ и самоанализ;
- работа в парах, по отделениям;
- групповые творческие задания.

Практическое занятие № 8 (2 часа)
Организация и содержание занятий по гимнастике в школе

Вопросы и задания:
1. Общие методические положения. Выбор средств, плотность урока.
2. Урок гимнастики в школе: основные задачи и требования к уроку.
3. Планирование (программы, тематический план, план-конспект урока) и учёт.
4. Подготовительная, основная и заключительная часть урока.
5. Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп;
Интерактивная форма:
- проведение подготовительной части урока;
- проведение урока;
- педагогический анализ, хронометраж;
- работа в парах, по отделениям;
- групповые творческие задания.

Практическое занятие № 9 (2 часа)
Меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой

Вопросы и задания:
1. Причины травматизма и способы его предупреждения.
2. Характеристика травм и их профилактика.
3. Врачебный контроль и самоконтроль.
4. Требования к местам проведения занятий (обучение приёмам страховки и помощи) - страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма.
Интерактивная форма:
- работа в парах, по отделениям.

2 семестр, 9 практических занятий

Раздел 2. Лыжный спорт

Практическое занятие № 1 (2 часа)
Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура и спорт: лыжный спорт»

Вопросы и задания:
1. Виды подготовки: ОФП, СФП.
2. Значение занятий лыжной подготовкой.
3. Эстетические, нравственные и духовные ценности лыжного спорта.
4. Связь лыжного спорта с другими видами спорта.

Практические занятия № 2-5 (8 часов)
Общеподготовительные и специальные упражнения

Вопросы и задания:

1. Место и значение лыжной подготовки в системе физического воспитания.
2. Ознакомиться с историей возникновения и развития лыж.
3. Раскрыть значение основных понятий, используемых в лыжной подготовке.
4. Научить давать характеристику структуре движений лыжника, факторам, определяющим технику способов передвижения на лыжах.
5. Вариативность и специфика выполнения общеразвивающих упражнений.
6. Виды подготовки: ОФП, СФП.
7. Значение занятий лыжным спортом.
8. Оздоровительное значение лыж.
9. Прикладное значение лыж.
10. Спортивное значение лыж.
11. Способы передвижения на лыжах, их классификация и характеристика.
12. Виды спорта, выделившиеся из лыжных гонок в ходе его развития.
13. Влияние занятий лыжами на развитие вегетативной системы организма.
14. Связь видов лыжного спорта с другими видами спорта.

Примерные задания:
1. Составить комплекс специальных упражнений и заданий для освоения «школы лыжника».
2. Составить комплекс специальных подвижных игр и игровых заданий для освоения «школы лыжника». Подготовить лыжи к спортивным занятиям, установить крепления на лыжи, произвести пропитку и обработку скользящей поверхности лыж, отрегулировать длину петель на лыжных палках.
3. Выполнение упражнений для изучения строевых упражнений с лыжами и на лыжах.
4. Проанализировать ошибки при выполнении этих упражнений.
5. Записать в рабочую тетрадь комплекс упражнений и игровых заданий.

Практические занятия № 6-9 (8 часов)

Развитие физических качеств

Вопросы и задания:
1. Использование средств лыжной подготовки в воспитании физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения лыжника-гонщика (ОФП, СФП).
2. Контроль физической подготовленности школьников.

Примерные задания:
1. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости).
2. Расписать методы воспитания физических качеств и способностей средствами лыжной подготовки.
3. Составить и провести урок в форме «Круговая тренировка» по лыжной подготовке.
4. Проведение тестирования.

3 семестр, 9 практических занятий

Раздел 3. Легкая атлетика

Практическое занятие №1 (2 часа)

Изучение техники безопасности на занятиях по легкой атлетике

Вопросы и задания:
1. Техника безопасности на занятиях по физической культуре и спорту.
2. Инструкция по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике.
3. Нормы и стандарты, требования СанПинов.
4. Журнал регистрации инструктажа по технике безопасности на уроках физической культуры.

Примерные задания:
1. Составить технику безопасности на занятиях по физической культуре на стадионе, в спортивном зале.
2. Провести инструктаж на учебной группе.

Характеристика и содержание дисциплины «Физическая подготовка: легкая атлетика»

Вопросы и задания:
1. Предмет и задачи «физической культуры: легкой атлетики».
2. Значение занятий ходьбой, бегом, прыжками и метаниями.
3. Виды легкой атлетики.
4. Связь видов легкой атлетики с другими видами спорта.

Примерные задания:
1. Составить классификацию легкоатлетических упражнений.
2. Подготовить доклад о видах легкой атлетики.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка

Вопросы и задания:
1.Общая физическая подготовка.
2. Специальная физическая подготовка.
3. Основные понятия о «физических упражнениях», «специальные физические упражнения».
4. Использование показа и объяснения на занятиях физической культурой.

Примерные задания:
1. Составить комплексы ОРУ для детей дошкольного возраста.
2. Составить комплексы ОРУ для детей младшего школьного возраста.
3. Составить комплексы ОРУ для детей среднего школьного возраста.
4. Составить комплексы ОРУ для детей старшего школьного возраста.

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Современные представления о создании двигательного навыка.

Вопросы и задания:
1. Характеристика форм обучения.
2. Основные методические принципы обучения.
3. Характеристика методов обучения.
4. Постановка задач и подбор средств обучения.
5. Последовательность изучения видов легкой атлетики.
6. Виды анализа и классификация ошибок.

Примерные задания:
1. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники бега.
2. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники прыжков в длину, в высоту.
3. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники метаний.

Практическое занятие № 4 (2 часа)

Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений легкой атлетики, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой изучаемых видов легкой атлетики.

Вопросы и задания:
1. Основная терминология, применяемая при написании конспекта и проведения занятия.
2. Оформление и разработка конспекта занятия.
3. Проведение отдельных частей занятия с разными возрастными группами, особенность проведения.
4. Комплексы общеразвивающих и специальных упражнений легкой атлетики, направленных на развитие основных двигательных качеств.

Примерные задания:
1. Составить комплексы СБУ.
2. Составить комплексы специальных упражнений легкой атлетики, направленных на развитие основных двигательных качеств.

Практическое занятие № 5 (2 часа)

Методы проведения общеразвивающих упражнений.

Вопросы и задания:
1. Упражнения для освоения техникой бега.
2.Методы проведения ОРУ.

Примерные задания:
1.Комплекс упражнений для подготовительной части урока (разминки) выполняемый: а) в движении; б) на месте (построение в круг, шеренги, колонны); в) в парах; г) с использованием спортивного инвентаря и оборудования (набивные мячи, ядра, гимнастическая сетка и др.).

Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Вопросы и задания:
1. Понятие о самостоятельных занятиях физическими упражнениями.
2. Организация занятий различной направленности.
3. Основные принципы построения самостоятельных занятий.
4. Факторы регуляции нагрузки.
5. Тесты для определения оптимальной индивидуальной нагрузки.

Примерные задания:
1. Составить краткий словарь терминологии и понятий.
2. Составить комплекс утренней гимнастики.
3. Определение ошибок и пути их исправления.

Практическое занятие № 6 (2 часа)

Направленное использование средств легкой атлетики в воспитании физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения легкой атлетики (ОФП, СФП).

Вопросы и задания:
1. ОФП и СФП.
2. Разновидности средств легкой атлетики в воспитании физических качеств и способностей.
3.Общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения легкой атлетики.

Примерные задания:
1. Составить комплексы общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения легкой атлетики для развития физических качеств.

Практическое занятие № 7 (2 часа)

Методика развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по легкой атлетике.

Вопросы и задания:
1. Основные средства и методы развития аэробной выносливости.
2. Круговая тренировка.
3. Основные формы быстроты и основные методы ее воспитания.
4. Основные упражнения для развития гибкости.

Примерные задания:
1. Составить комплекс упражнений на развитие скоростных качеств.
2. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости, гибкости).

Практическое занятие № 8 (2 часа)

Виды выносливости. Основные методы развития выносливости. Развитие быстроты. Виды быстроты и методы развития. Развитие физического качества сила. Методы воспитания силы. Главные формы проявления силы.

Вопросы и задания:
1. Виды выносливости. Общая выносливость.
2. Быстрота и ее разновидность.
3. Сила, главные формы проявления силы.

Примерные задания:
1. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости).

Практическое занятие № 9 (2 часа)

Легкоатлетические эстафеты. Развитие гибкости на занятиях легкой атлетикой. Развитие координационных способностей.

Вопросы и задания:
1. Встречная эстафета.
2. Разновидности легкоатлетических эстафет с использованием предметов.
3. Эстафеты для младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Примерные задания:
1. Составление эстафет направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, гибкости).
2. Проведение встречных эстафет.
3. Проведение легкоатлетических эстафет с использованием предметов.

4 семестр, 9 практических занятий

Раздел 4. Плавание

Практические занятия № 1-4 (8 часов)

Оздоровительное плавание и физическая подготовка

Вопросы и задания:
1. Оздоровительное значение плавания
2. Способы плавания, применяемые в оздоровительном плавании
3. Вариативность и специфика выполнения общеразвивающих упражнений.
2. Специальные упражнения на суше.
3. Специальные упражнения в воде.

Примерные задания:
1. Составить комплекс упражнений для освоения техники плавания кролем на груди.
2. Составить и провести комплекс упражнений для правильного выполнения движений ногами при плавании кролем на груди.
3. Составить и провести комплекс упражнений для правильного выполнения гребковых движений руками при плавании кролем на груди

Практические занятия № 5-9 (10 часов)

Развитие физических качеств.

Вопросы и задания:
1. Использование средств плавания для развития физических качеств: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения в воде (ОФП, СФП);
2. Контроль физической подготовленности занимающихся: плавание кролем на груди и на спине: 50, 100 и 200 м; выполнение старта с тумбы (15 м).
3. Обучение планированию и выполнению индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

Примерные задания:
1. Выполнение комплексов упражнений направленных на развитие физических качеств (координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости, гибкости).
2. Использовать различные методы воспитания физических качеств и способностей (повторный, интервальный, круговая тренировка)
3. Проведение тестирования.

5 семестр, 9 практических занятий

Раздел 5. Бадминтон

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура: бадминтон».

Вопросы и задания:
1. Предмет и задачи «физической культуры: бадминтон».
2. Значение занятий ходьбой, бегом, прыжками.
3. Связь видов бадминтона с другими видами спорта.

Примерные задания:
1. Составить классификацию легкоатлетических упражнений, применяемых в тренировочном процессе бадминтониста.
2. Подготовить доклад об истории бадминтона.

Практические занятия № 2-3 (4 часа)

Изучение правильности хвата ракетки, основных игровых стоек, основные перемещения по площадке. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка.

Вопросы и задания:
1.Общая физическая подготовка.
2. Специальная физическая подготовка.

3. Основные понятия о «физических упражнениях», «специальные физические упражнения».
4. Использование показа и объяснения на занятиях физической культурой.
Примерные задания:
1. Составить комплексы ОРУ для детей дошкольного возраста.
2. Составить комплексы ОРУ для детей младшего школьного возраста.
3. Составить комплексы ОРУ для детей среднего школьного возраста.
4. Составить комплексы ОРУ для детей старшего школьного возраста.

Практические занятия № 4-5 (4 часа)

Подачи в бадминтоне. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Современные представления о создании двигательного навыка.

Вопросы и задания:
1. Характеристика форм обучения.
2. Основные методические принципы обучения.
3. Характеристика методов обучения подачи.
4. Постановка задач и подбор средств обучения подаче.
5. Последовательность изучения основных технических приемов.
6. Виды анализа и классификация ошибок.
Примерные задания:
1. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники подачи.
2. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники ударов.
3. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники перемещений по площадке.

Практические занятия № 6-7 (4 часа)

Удары в бадминтоне. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой игры в бадминтон.

Вопросы и задания:
1. Основная терминология, применяемая при написании конспекта и проведения занятия.
2. Оформление и разработка конспекта занятия.
3. Проведение отдельных частей занятия с разными возрастными группами, особенность проведения.
4. Комплексы общеразвивающих и специальных упражнений в бадминтоне, направленных на развитие основных двигательных качеств.
Примерные задания:
1. Составить комплексы СУ для обучения ударам.
2. Составить комплексы специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств.

Практические занятия № 8-9 (4 часа)

Методика развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по бадминтону.

Вопросы и задания:
1.Основные средства и методы развития аэробной выносливости.
2.Круговая тренировка.
3.Основные формы быстроты и основные методы ее воспитания.
4.Основные упражнения для развития гибкости.
Примерные задания:
1. Составить комплекс упражнений на развитие скоростных качеств.
2. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости, гибкости).

6 семестр, 9 практических занятий

Раздел 6. Хоккей

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Характеристика и содержание дисциплины «Физическая культура: хоккей».

Вопросы и задания:
1. Предмет и задачи «физической культуры: хоккей».
2. Значение занятий хоккеем на льду
3. Связь хоккея с другими видами спорта.
Примерные задания:
1. Составить классификацию легкоатлетических упражнений, применяемых в тренировочном процессе хоккеиста.
2. Подготовить доклад об истории хоккей.
Практическое занятие

Практические занятия № 2-3 (4 часа)

Изучение правильности хвата клюшки, основных игровых стоек, основные перемещения по площадке. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка.

Вопросы и задания:
1.Общая физическая подготовка.
2. Специальная физическая подготовка.
3. Основные понятия о «физических упражнениях», «специальные физические упражнения».
4. Использование показа и объяснения на занятиях физической культурой.
Примерные задания:
1. Составить комплексы ОРУ для детей дошкольного возраста.
2. Составить комплексы ОРУ для детей младшего школьного возраста.
3. Составить комплексы ОРУ для детей среднего школьного возраста.
4. Составить комплексы ОРУ для детей старшего школьного возраста.

Практические занятия № 4-5 (4 часа)

Ведение и передачи в хоккее. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Современные представления о создании двигательного навыка.

Вопросы и задания:
1. Характеристика форм обучения.
2. Основные методические принципы обучения
3. Характеристика методов обучения передачи.
4. Постановка задач и подбор средств обучения броска.
5. Последовательность изучения основных технических приемов.
6. Виды анализа и классификация ошибок.

Примерные задания:
1. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники передачи.
2. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники броска.
3. Составить комплексы подводящих упражнений для обучения техники перемещений по площадке.

Практические занятия № 6-7 (4 часа)

Броски в хоккее. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой игры в хоккей.

Вопросы и задания:
1. Основная терминология, применяемая при написании конспекта и проведения занятия.
2. Оформление и разработка конспекта занятия.
3. Проведение отдельных частей занятия с разными возрастными группами, особенность проведения.
4. Комплексы общеразвивающих и специальных упражнений в хоккее, направленных на развитие основных двигательных качеств.

Примерные задания:
1. Составить комплексы СУ для обучения броска.
2. Составить комплексы специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств.

Практическое занятие

Практические занятия № 8-9 (4 часа)

Методика развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по хоккею.

Вопросы и задания:
1.Основные средства и методы развития аэробной выносливости.
2.Круговая тренировка.
3.Основныеформы быстроты и основные методы ее воспитания.
4.Основные упражнения для развития гибкости.

Примерные задания:
1. Составить комплекс упражнений на развитие скоростных качеств.
2. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости, гибкости).

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

Гимнастика

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Гимнастическая терминология	Правила записи упражнений на снарядах, запись акробатических упражнений.	Контрольная работа
2	Строевые упражнения	Команды: перестроение уступами из колонны по одному в колонну по три (четыре), поворот кругом в движении, прямо, размыкание дугами, дробление-сведение, разведение-слияние.	Конспект
3	Общеразвивающие упражнения	Разработать комплекс ОРУ с предметами (гимнастические палки, мячи, скакалки, гимнастическая скамейка), состоящий из 10 упражнений. Упражнения должны включать движения следующими звеньями тела: руками (дуги, круги), туловищем (наклоны, повороты), ногами (приседы, махи, прыжки).	Конспект
4	Прикладные упражнения	Переползания: на получетвереньках, на четвереньках, по-пластунски, на боку. Переноска: одного одним, одного двумя. Упражнения в равновесии на бревне. Расхождение вдвоем на бревне.	Конспект
5	Основы обучения гимнастическим упражнениям	Подводящие упражнения для обучения гимнастическим элементам: девушки (комбинации 2-х снарядов из 4); юноши (комбинации 3-х снарядов из 6). Содержание комбинаций на стенде для 1 курса.	Конспект
6	Основы обучения гимнастическим упражнениям	Подводящие упражнения для обучения гимнастическим элементам: девушки (комбинации 2-х снарядов из 4); юноши (комбинации 3-х снарядов из 6). Содержание комбинаций на стенде для 1 курса.	Конспект электронный курс

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой	Знать технологию оказания первой помощи при травматизме на занятиях гимнастикой. Выбрать 2 любых снаряда для описания профилактики травматизма, на данных снарядах.	Реферат
2	Гимнастическая терминология Общеразвивающие упражнения	Написание ОРУ с обручами, ОРУ со скамейками	Конспект
3	Основы техники гимнастических упражнений	Выбрать 4 элемента и расписать технику выполнения данных элементов. Презентация по заданной теме (разделу)	Презентация
Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине			
Лыжный спорт			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Характеристика дисциплины «Физическая культура и спорт: лыжный спорт»	1. Работа по тестовым заданиям 2. Составление конспекта	Тест Конспект
2	Общеподготовительные и специальные упражнения.	1. Работа с терминами дисциплины. 2. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений 3. Составление комплексов упражнений для подготовительной части урока 4. подготовится к проведению комплексов упражнений на группе 5.Овладение образцовым показом и умением объяснять выполнение упражнений 6. Овладение знаниями, умениями и навыками показа и объяснения специальных упражнений лыжников 7. Находить типичные ошибки и причины их возникновения. Правильно находить методику их исправления. 8. Составить и описать условие проведения различных встречных эстафет для младших, средних и старших школьников.	Терминология Конспекты
3	Развитие физических качеств	1. Работа с учебником. 2. Самостоятельная работа с информационными источниками 3. Развитие общей выносливости переменным методом. 4. Конспектирование «Развитие общей выносливости равномерным методом». 5. Конспектирование «Развитие общей выносливости интервальным методом». 6. Конспектирование «Развитие быстроты отдельного движения», «Преимущественно силовые и скоростно-силовые лыжные упражнения». 7. Конспектирование «Лыжные эстафеты с использованием упражнений для развития быстроты». 8. Конспектирование «Развитие силы с использованием отягощений». 9. Конспектирование «Развитие координационных способностей с использованием обычных упражнений в усложненных условиях».	1.Составление комплексов упражнений по физической подготовке в зависимости от задач урока 2. Проверка конспектов. 3.Показ, объяснение и непосредственное проведение обучения 4. Подготовится к проведению комплексов упражнений на группе. 5. Написание реферата по теме. 6. Составление и проведение комплексов на развитие отдельных физических качеств.
Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Характеристика дисциплины «Физическая культура и спорт: лыжный спорт»	1. Написание доклада «История возникновения физической культуры», «Использование лыжной подготовки для развития физических качеств» 2.Написание реферата по истории развития одного из стилей передвижения в лыжных гонках.	1. Устный опрос. 2. Написание реферата.
2	Общеподготовительные и специальные упражнения.	1. Проведение подготовительной части с использованием специальных упражнений. 2. Конспектирование комплексов ОРУ с использование предметов.	1. Проверка конспектов. 2. Проведение комплексов 3. Анализ проведенного занятия

		3. Конспектирование комплексов для подготовки преимущественного развития скоростных, силовых и комплексного развития физических качеств.	
3	Развитие физических качеств	1.Разработка комплекса упражнений на развитие физического качества (на выбор студента)	Анализ эффективности разработанного комплекса по результатам тестирования.
Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине			
Легкая атлетика			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая подготовка: легкая атлетика»	1. Работа с материалами учебника 2. Работа по тестовым заданиям 3.Составление конспекта	1. работа с терминами 2. написание конспектов 3. выполнение итоговых заданий по теме занятий 4. ответы на контрольные вопросы, написание рефератов 5. Разбор правильности анализа, проверка конспекта.
2	Общеподготовительные и специальные упражнения	1. Работа с терминами дисциплины. 2.Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для спринтерского бега. 3. Составление комплексов упражнений для подготовительной части урока с направленностью на определённый вид специализации (бег на короткие дистанции, прыжки, метания). 4. подготовится к проведению комплексов упражнений на группе 5.Овладение образцовым показом и умением объяснять выполнение упражнений физической направленности в различных видах лёгкой атлетики. 6.Овладение знаниями, умениями и навыками показа и объяснения специальных упражнений метателей 7.Находить типичные ошибки и причины их возникновения. Правильно находить методику их исправления. 8.Составить и описать условие проведения различных встречных эстафет для младших, средних и старших школьников. .	Терминология Конспекты
3	Развитие физических качеств	1. Работа с материалом учебника. 2. Самостоятельная работа с информационными источниками 3. Развитие общей выносливости переменным методом. 4. Конспектирование «Развитие общей выносливости равномерным методом». 5. Конспектирование «Развитие общей выносливости интервальным методом». 6. Конспектирование «Развитие быстроты отдельного движения», «Преимущественно силовые и скоростно-силовые типы различного рода метаний, бросков, прыжков, спринтерских беговых упражнений». 7. Конспектирование «Легкоатлетические эстафеты с использованием упражнений для развития быстроты». 8. Конспектирование «Развитие силы с использованием отягощений». 9. Конспектирование «Развитие координационных способностей с использованием обычных	1.Составление комплексов упражнений по физической подготовке в зависимости от задач урока. 2.Проверка конспектов. 3.Показ, объяснение и непосредственное проведение обучения в различных видах лёгкой атлетики. 4.Подготовится к проведению комплексов упражнений на группе. 5.Написание реферата по теме. 6. Составление и проведение комплексов на развитие отдельных физических качеств.
Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Характеристика и содержание дисциплины «Физическая подготовка: легкая атлетика»	1. Написание доклада «История возникновения физической культуры», «Использование лёгкой атлетики в других видах спорта»., 2.Написание реферата по истории развития одного из видов лёгкой атлетики.	1.Устный опрос. 2.Написание реферата.
2	Общеподготовительные и специальные упражнения	1.Проведение подготовительной части с использованием специальных упражнений.	1.Проверка конспектов. 2.Проведение комплексов

		2. Конспектирование комплексов ОРУ с использование предметов (Скакалки, гимнастические палки, мячи). 3. Конспектирование комплексов для подготовки преимущественного развития скоростных, силовых и комплексного развития	3.Анализ проведенного занятия
3	Развитие физических качеств	1.Разработка комплекса упражнений на развитие физического качества (на выбор студента)	Анализ эффективности разработанного комплекса по результатам тестирования.
Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине			
Плавание			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Оздоровительное плавание и физическая подготовка	1. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для способа плавания кролем на груди. 2. Составить комплексы упражнений для подготовительной части занятия с направленностью на определенный способ плавания (кроль на груди, кроль на спине). 3. Подготовиться (показ и рассказ) к проведению комплексов упражнений на группе.	Конспект
2	Развитие физических качеств	1. Составление комплексов упражнений на развитие физических качеств (выносливости, скорости, силы, гибкости) средствами плавания. 2. Составить комплексы упражнений в воде в оздоровительных целях с использованием различных способов плавания и игр 3. Подготовиться (показ и рассказ) к проведению комплексов упражнений на группе.	Конспект
Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Оздоровительное плавание и физическая подготовка	Написать реферат на тему: «Кондиционная тренировка в воде» Разработать сценарий спортивно-массового мероприятия на воде с элементами плавания и игр на воде	Реферат Сценарий
2	Развитие физических качеств	Написать реферат на тему «Сильнейшие пловцы мира», «Сильнейшие пловцы СССР», «Сильнейшие пловцы России» Разработать положение о соревнованиях по плаванию для любой возрастной категории	Реферат Положение о соревнованиях
Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине			
Бадминтон			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Теория и содержание дисциплины «ФП: бадминтон»	1. Ознакомление с правилами соревнований, составом судейской коллегии и ее обязанностями 2. Работа с терминами дисциплины. 3. Просмотр видеоматериалов 4. Самостоятельная работа с информационными источниками 5. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для перемещения по площадке. 6. Составление комплексов упражнений для подготовительной части урока. 7. Овладение образцовым показом и умением объяснять выполнение упражнений физической направленности. 8. Составить комплекс упражнений для обучения подач разной стороной ракетки 9. Составить комплекс упражнений для обучения различным ударам, разной стороной ракетки	Положение о соревнованиях Глоссарий Конспект Конспект Конспект Конспект
2	Развитие физических качеств	1. Составить комплекс упражнения общей выносливости средствами бадминтона 2. Составить комплекс упражнений на развитие быстроты средствами бадминтона	Конспект Конспект Конспект

		3. Составить комплекс упражнений на развитие силовые и скоростно-силовые способностей средствами бадминтона 4. Составить комплекс упражнений на развитие координационных способностей с использованием средств бадминтона	Конспект
Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Теория и содержание дисциплины «ФП: бадминтон»	Написание реферата: «Истории развития бадминтона» «Бадминтон в России. Лучшие спортсмены» «Бадминтон в Самаре. Лучшие самарские спортсмены»	Реферата (тема на выбор)
2	Развитие физических качеств	Разработать подвижные игры с элементами бадминтона на развитие физических качеств	Конспект
Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине			
Хоккей			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Теория и содержание дисциплины «ФК: хоккей»	1. Спортивная терминология в хоккее 2. Ознакомиться с правилами соревнований, составом судейской коллегии и их обязанностями 2. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для перемещения по площадке. 3. Составление комплексов упражнений для подготовительной части урока. 4. Овладение образцовым показом и умением объяснять выполнение упражнений физической направленности. 5.Овладение знаниями, умениями и навыками показа и объяснения специальных упражнений хоккеиста	Глоссарий Положения о соревнованиях Конспект Конспект Конспект Конспект
2	Развитие физических качеств	1. Составить комплекс упражнения общей выносливости средствами хоккея 2. Составить комплекс упражнений на развитие быстроты средствами хоккея 3. Составить комплекс упражнений на развитие силовые и скоростно-силовые способностей средствами хоккея 4. Составить комплекс упражнений на развитие координационных способностей с использованием средств хоккея	Конспект Конспект Конспект Конспект
Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор			
№ п/п	**Темы дисциплины**	**Содержание самостоятельной работы**	**Продукты деятельности**
1	Теория и содержание дисциплины «ФК: хоккей»	Написание реферата: «Истории развития хоккея», «Хоккей в России», «Лучшие спортсмены», «Хоккей в Самаре. Лучшие самарские спортсмены»	Реферат (тема на выбор)
2	Развитие физических качеств	Разработать подвижные игры на льду с элементами хоккея для развития физических качеств	Конспект
5.3. Образовательные технологии			
При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.			
5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация			
Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.			
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ			
Дата обращения к электронным учебным изданиям, электронным образовательным ресурсам, современным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы			
6.1. Рекомендуемая литература			
6.1.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год

Л1.1	Алаева Л.С.	Гимнастика: общеразвивающие упражнения: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017
Л1.2	Поваляева Г.В., Сыромятникова О.Г.	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика: для подготовки к практическим занятиям: учебно-методическое пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274888	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012.
Л1.3	Иванова С. Ю., Конькова Р. В., Сантьева Е. В.	Физическая культура: лыжная подготовка студентов вуза: учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232501	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2011
Л1.4	Синельник Е. В. Руденко И.В.	Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебно-методическое пособие – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690290	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021.
Л1.5	Казызаева, А.С., Галеева, О.Б., Жукова, Е.С., Бакшеев, М.Д.	Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483291	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016.
Л1.6	Сираковская, Я.В.	Бадминтон: учебно-методическое пособие: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572422	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019
Л1.7	Турманидзе В.Г, Иванова Л.М., Ковтун Г.С.	Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142	Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018.

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Конеева Е.В., Морозова Л.П., Ночевнова П.В.	Эстетическая гимнастика: История, техника, правила соревнований: Учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240143	М., Прометей, 2013
Л2.2	Сорокин С.Г., Турманидзе В.Г.	Лыжный спорт в высших учебных заведениях (на примере лыжных гонок): учебное пособие: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563139	Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2017
Л2.3	ЯмпольскийА.С., Антипенко А.И., Кузнецова Н.С., Шредер А.Ю. и др	Начальное обучение спортивным способам плавания в вузах: учебное пособие: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575846	Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2019
Л2.4	Турманидзе А.В., Турманидзе В.Г., Фоменко А.А., Сиренко Ю.И.	Скоростно-силовая подготовка хоккеистов высокой квалификации в подготовительном периоде: учебное пособие: URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563138	Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2018

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat reader DC
- Dr.Web Desktop security, Dr.Web Server security
- GIMP
- Мой офис, сервисы Яндекс 360 для образования (почта, Яндекс Диск, Яндекс Телемост, Яндекс документы, Календарь)
- Многофункциональный сервис обмена информацией Max
- Архиватор 7-Zip
- Браузер Яндекс для организаций

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks
- Единое содержание общего образования https://edsoo.ru/
- Библиотека цифрового образовательного контента https://моиуроки.рф/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Зал общей физической подготовки. Оснащенность: Стол теннисный, Мат гимнастический, Мячи волейбольные, Мячи баскетбольные, Щиты баскетбольные, Обручи гимнастические, Сетка волейбольная, Римская скамья складная, Бревно гимнастическое, Стойка, Степ платформа.
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Принтер-1шт., Телефон-1шт., Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.
7.3	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, текущего контроля, промежуточной аттестации, Спортивный зал. Оснащенность: Стол теннисный, Мат гимнастический, Мячи

	волейбольные, Мячи баскетбольные, Щиты баскетбольные, Обручи гимнастические, Сетка волейбольная, Римская скамья складная, Бревно гимнастическое, Стойка, Степ платформа.
7.4	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, индивидуальных консультаций, групповых консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной мебели, ноутбук, проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран).
7.5	Наименование специального помещения: помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, Помещение для хранения оборудования ФФКС.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю.

Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах.

Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Базовые виды спорта»

Курс 1 Семестр 1 Гимнастика

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Общеподготовительные и специальные упражнения»		**24**	**45**
Текущий контроль по разделу:		21	40
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по разделу		3	10
Промежуточный контроль		3	5
Наименование раздела: «Развитие физических качеств»		**23**	**40**
Текущий контроль по разделу:		20	35
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	4	8
Контрольное мероприятие по разделу		4	7
Промежуточный контроль		3	5
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
Итого:		**56**	**100**

Вид контроля	Примеры заданий, критерии оценки и количество баллов			Темы для изучения и образовательные результаты	
Текущий контроль по разделу «Общеподготовительные и специальные упражнения» (40 б)					
Аудиторная работа	Учебная практика проведения строевых команд для 1-3 классов. Строевые приемы. Построения и перестроения на месте и в движении. Размыкания и смыкания. После нескольких учебных занятий обучающимся предлагается провести самостоятельно строевые команды на группе (на зачет).	Проведение команд на зачёт: от 1 до 5 баллов. 1 б – незнание команды, тихий голос; 2 б – неуверенное подача команды более 2-х ошибок, 3 б – знает команду, но не всегда вовремя подаёт предварит. и испол. части команды, 4 б – чёткий командный голос, правильно подаёт команды: разделение на предварительные (заблаговременно) и исполнительные команды, хорошая организация занимающихся, соблюдение ритма и темпа движений 1 ошибка. 5 б - чёткий командный голос, правильность команды, разделение на предварительные (заблаговременно) и исполнительные команды, хорошая организация занимающихся, соблюдение ритма и темпа движений, без ошибок.	1-5	Строевые упражнения	Знает строевые приемы Умеет проводить строевые приёмы на группе. Владеет организацией группы.
	Учебная практика проведения комплексов общеразвивающих упражнений (1 комплекса: ОРУ в парах). Обучающийся составляет комплекс ОРУ – 10, пишет конспект по	1 балл написание конспекта с грубыми нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 4 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 2 балла - написание конспекта с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 3 упр. не	1-5	Гимнастическая терминология Общеразвивающие упражнения	Знает гимнастическую терминологию, правила записи (ОРУ), Умеет проводить комплекс ОРУ разными способами.

	предложенной схеме и проводит ОРУ.	соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 3 балла - написание конспекта с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 2 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 4 балла написание конспекта с мелкими нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 1 упр. не соответствует правилам записи гимнастической терминологии. 5 баллов написание конспекта без ошибок и недочётов.			
	Учебная практика проведения круговой тренировки непрерывным методом.	1 балл - проведение с грубыми нарушениями методики проведения: упражнения на станциях подобраны без учёта дидактических принципов проведения круговой тренировки, более 3 ошибок. 2 балла - проведение с нарушениями методики проведения: упражнения на станциях подобраны без учёта дидактических принципов проведения круговой тренировки более 2 ошибок. 3 балла - проведение с нарушениями методики проведения: упражнения на станциях подобраны с учётом дидактических принципов проведения круговой тренировки, но более 1 ошибки. 4 балла - проведение с мелкими нарушениями методики проведения упражнения на станциях подобраны с учётом дидактических принципов	1-5	Общеразвивающие упражнения Способы проведения общеразвивающих упражнений	Знает методические и теоретические основы процесса обучения. Индивидуальный подход к обучению гимнастическим упражнениям. Знает гимнастическую терминологию, правила записи (ОРУ), Умеет проводить комплекс ОРУ разными способами.
Самост. раб (обяз.)	Выполнение контрольных работ: 5 вопросов по следующим темам. 1. Гимнастическая терминология: способы образования терминов, критерии. 2. Правила записи ОРУ. Подбор и планирование комплекса ОРУ (1 конспект) Упражнения должны включать движения следующими звеньями тела: руками (дуги, круги), туловищем (наклоны, повороты), ногами (приседы, махи, прыжки).	**1** балл – содержательный ответ на 1 из вопросов; 1 балл написание конспекта с грубыми нарушениями из 10 упр. – 4 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 2 балла - написание конспекта с нарушениями из 10 упр. – 3 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 3 балла - написание конспекта с нарушениями ОРУ из 10 упр. – 2 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 4 балла написание конспекта с мелкими нарушениями из 10 упр. – 1 упр. не соответствует правилам записи гимнастической терминологии. 5 баллов написание конспекта без ошибок и недочётов.	1-5 1-5	Основные средства гимнастики Гимнастическая терминология Общеразвивающие упражнения	Знает значение терминологии и предъявляемые к ней требования. Определения терминов общеразвивающих упражнений. Правила и формы записи упражнений. Способен проводить ОРУ на группе занимающихся Знает определения терминов общеразвивающих упражнений. Правила и формы записи упражнений.
Сам. раб. (на выбор)	Выбрать класс с 1 по 3 и подобрать ОРУ для подготовительной части урока: учитывая задачи урока, возраст занимающихся, условия, в	3 балла - написание конспекта с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 2 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической	1-5	Гимнастическая терминология Общеразвивающие упражнения	Знает способы проведения ОРУ с основными и промежуточными положениями рук, в различных стойках и положения туловища. ОРУ с предметами:

	которых будет проходить подготовительная часть урока.	терминологии, так же не подходят под решаемые задачи урока. 5 баллов написание конспекта без ошибок и недочётов: ОРУ соответствуют выбранному контингенту занимающихся и поставленным задачам.		Строевые упражнения Организация и содержание занятий по гимнастике в школе	гимнастическими палками, набивными мячами, гантелями, в парах. ОРУ у гимнастической стенки и скамейки. Подбор упражнений для комплексов различной направленности и возраста занимающихся. Правила подачи команд. Методические указания при выполнении упражнений.
Контрольное мероприятие по разделу	Тестирование. Критерии оценки результатов тестирования 5 баллов – правильно выполнено менее 20% заданий теста. 6 баллов - правильно выполнено 20-40 % заданий теста. 7 баллов - правильно выполнено 40-50 % заданий теста. 8 баллов - правильно выполнено 50-70 % заданий теста. 9 баллов - правильно выполнено 70-90 % заданий теста. 10 баллов – правильно выполнено 100 % заданий теста.		10	Тесты	
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов			Образовательные результаты: Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Текущий контроль по разделу «Развитие физических качеств» (35 б)					
Аудиторная работа	Учебная практика проведения круговой тренировки интервальным методом: двумя способами Учебная практика проведения и обучения прикладным упражнениям (канат – «в три приёма»). Преподаватель объясняет методику обучения лазания по канату в три приёма. После нескольких занятий обучающийся сдаёт лазание по канату в три приёма с остановками.	1 балл - проведение с грубыми нарушениями методики проведения: упражнения на станциях подобраны без учёта дидактических принципов проведения круговой тренировки, более 3 ошибок. 2 балла - проведение с нарушениями методики проведения: упражнения на станциях подобраны без учёта дидактических принципов проведения круговой тренировки более 2 ошибок. 3 балла - проведение с нарушениями методики проведения: упражнения на станциях подобраны с учётом дидактических принципов проведения круговой тренировки, но более 1 ошибки. 4 балла - проведение с мелкими нарушениями методики проведения упражнения на станциях подобраны с учётом дидактических принципов Требования к зачету: лазание по канату в 3 приёма – не должны быть согнуты одновременно руки и ноги; чёткое выполнение приёмов лазания по соответствующему виду, фиксированная остановка. Более 2-х ошибок - незачёт	1-5 1-5	Строевые упражнения Общеразвивающие упражнения Прикладные упражнения	Способен выполнить данный вид упражнения без ошибок, а также обучить этому упражнению занимающихся разной возрастной категории.
	Учебная практика проведения комплексов общеразвивающих	1 балл проведение с грубыми нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 4 упр. не	1-5	Гимнастическая терминология	Знает способы проведения ОРУ с предметами с основными и промежуточными положениями рук, в

Самост. раб (обяз.)	упражнений (1 комплекс игровым способом).	соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 2 балла - с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 3 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 3 балла - с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 2 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 4 балла - с мелкими нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 1 упр. не соответствует правилам записи гимнастической терминологии. 5 баллов - проведение без ошибок и недочётов.		Общеразвивающие упражнения	различных стойках и положения туловища. Подбор упражнений для комплексов различной направленности и возраста занимающихся. Правила подачи команд. Методические указания при выполнении упражнений.
	Подобрать ОРУ для подготовительной части урока по гимнастике. (2 конспекта).	Конспект ОРУ для подготовительной части урока. 1 балл написание конспекта с грубыми нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 4 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 2 балла - написание конспекта с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 3 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 3 балла - написание конспекта с нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 2 упр. не соответствуют правилам записи гимнастической терминологии. 4 балла написание конспекта с мелкими нарушениями методики проведения комплекса ОРУ из 10 упр. – 1 упр. не соответствует правилам записи гимнастической терминологии. 5 баллов написание конспекта без ошибок и недочётов.	1-5	Организация и содержание занятий по гимнастике в школе	Знает организацию и содержание занятий по гимнастике в школе. Знает требования к организации урока по гимнастике. Умеет выполнять упражнения, соответствующие целям и задачам урока.
Сам. раб. (на выбор)	Презентация по заданной теме (разделу). Виды и характеристика соревнований; Документы, необходимые для проведения соревнований; Судейство соревнований; Подготовка суде по гимнастике. Подготовка презентации по заданной теме с использованием программы MS Power Point. Выбранная тема должна быть освещена полностью, материал темы представлен на слайдах в основном	4 балла - тема освещена не полностью, или освещена полностью, но слайды содержат только простой текст или текст со вставками рисунков. Количество слайдов – 10-15. 5 баллов - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах не только в виде простого текста, но и в форме различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов – 10-15. 6 баллов - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах в виде схем, таблиц и т.д. с добавлением иллюстраций. Количество слайдов - более 15.	1-5	Организация и проведение соревнований по гимнастике	Знают правила судейства соревнований. Организация соревнований. Зачётные требования к исполнению комбинаций на снарядах у мужчин и женщин.

	в виде различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов - не менее 15.				
Контрольное мероприятие по разделу	Тестирование Критерии оценки результатов тестирования 10 баллов – правильно выполнено менее 20% заданий теста. 11 баллов - правильно выполнено 20-40 % заданий теста. 12 баллов - правильно выполнено 40-50 % заданий теста. 13 баллов - правильно выполнено 50-70 % заданий теста. 14 баллов - правильно выполнено 70-90 % заданий теста. 15 баллов – правильно выполнено 100 % заданий теста.		15	Тесты	
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов			Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине				

Курс 1 Семестр 2 Лыжный спорт

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Общеподготовительные и специальные упражнения»		**28**	**45**
Текущий контроль по разделу:		21	40
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по разделу		3	10
Промежуточный контроль		3	5
Наименование раздела: «Развитие физических качеств»		**23**	**40**
Текущий контроль по разделу:		20	35
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	4	8
Контрольное мероприятие по разделу		4	7
Промежуточный контроль		3	5
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
	Итого	**56**	**100**

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Общеподготовительные и специальные упражнения в лыжном спорте» (max 45 баллов)		
Аудиторная работа	Письменная самостоятельная работа, устные ответы Критерии – 1 балла – доклад соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован. 2 балл – доклад соответствует теме и отражает основные положения, и написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые с обучающимся из других источников. 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более	1. Обучение как педагогический процесс. 2. Структура обучения двигательным действиям (цель и задачи этапов обучения). 3. Классификация и терминология в лыжном спорте. 4. Основные средства, методы и методические приемы обучения способам передвижения на лыжах. 5. Критерии оценки техники способов передвижения на лыжах. 6. Понятие об общей физической подготовке. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

	10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Подготовка презентации по заданной теме с использованием программы MS Power Point. 2 балла – тема освещена не полностью, слайды содержат только простой текст или текст со вставками рисунков. Количество слайдов – 10-15. 4 балла - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах не только в виде простого текста, но и в форме различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов – 10-15. 5 баллов - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах практически полностью в виде различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов - более 15.	
Самостоятельная работа	Написание конспекта: Анализ техники способам передвижения на лыжах, составление отчетов, письменная работа – заполнение рубрик портфолио – по 1 баллу за каждую рубрику, общее количество рубрик – пять. Написание доклада (реферата) 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы.	1. Определение и классификация общеразвивающих и специальных упражнений, их роль в общефизической подготовке, развитии физических качеств и в овладении техникой способам передвижения на лыжах. 2. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. 3. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой изучаемых способов передвижения на лыжах. Методы проведения общеразвивающих упражнений. Вариативность и специфика выполнения общеразвивающих упражнений. 4. Организация, проведение и правила соревнований по лыжному спорту. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

	Подготовка к организации и проведению соревнований: Критерии –1 балл - Составление положения соревнований; 0,5 балла - Написание обязанностей членов судейской коллегии, права и обязанности участников соревнований; 0,5 балла - Заполнение протоколов, заявок, протестов, отчета. 8 баллов	
Самостоятельная работа (на выбор)	Составление инструкции по техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Групповые задания, подготовка к практическим занятиям. Написание реферата «История развития лыжного спорта». «Анализ участия российских лыжников в последних Олимпийских играх». Анализ важных международных соревнований за прошедший сезон. Выступления самарских лыжников. Критерии – 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Находить типичные ошибки и причины их возникновения. Правильно находить методику их исправления -1 балл. Проведение тестирования и обработка результатов тестирования уровня физической подготовленности и физического развития: 1 балл - Составление тестов на определение уровня физического развития и подготовленности 1 балл - Показ, объяснение и непосредственное проведение тестирования. 1 балл - Отчет с использованием мультимедийной презентации	1. Роль физической подготовленности в освоении техники способов передвижения на лыжах. 2. Подводящие и специальные упражнения при обучении техники способов передвижения на лыжах. 3. Современные представления о создании двигательного навыка. 4. Последовательность обучения. 6. Типичные ошибки, методические приемы. 7. Освоение техники изучаемых видов и подготовка к выполнению нормативов технико-физической подготовленности. 8. Тестирование физической подготовленности занимающихся. 9.Техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

	Проведение комплекса подготовительных и подводящих упражнений для изучения техники способов передвижения на лыжах: 0,5 балла – наличие конспекта урока; 1 балл – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 1,5 балла - конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок.	
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Текущий контроль по разделу «Развитие физических качеств» (max 40 баллов)		
Аудиторная работа	Написание конспекта части урока и проведение урока с использованием физкультурно-оздоровительных технологий. Составление комплексов упражнений для укрепления дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Конспект методики обучения: задачи, средства, методические указания, письменная самостоятельная работа. Презентация и защита проекта по теме «Здоровый образ жизни», «Средства, методы и формы рекреационной деятельности». Критерии – 0,5 балла –соответствует теме и отражает основные положения, структурирован. 1 балл – конспект урока соответствует теме и отражает основные положения, написан разборчиво, структурирован; 5 баллов – портфолио содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников, раскрыта полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей Контроль изучения техники физических упражнений и способов деятельности: 1 балл - упражнение выполнено очень напряженно, скованно, замедленно. При выполнении упражнения допущены лишние действия, задержки между отдельными операциями, допущены ошибки, нарушающие структуру движения, грубо нарушены амплитуда и темп движения; 2 балла - упражнение выполнено, с выраженным напряжением, замедленно, без лишних действий. При выполнении допущены мелкие ошибки, не нарушающие структуру движения при нарушении амплитуды и темпа. 3 балла - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, ненапряженно, в соответствии с показанным образцом. Критерии оценивания конспекта: 0,5 балла – наличие конспекта урока, содержание частично раскрыто, без наличия организационных и методических рекомендаций; 1 балл – полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока;	1. Основы методики обучения технике способов передвижения на лыжах. 2. Основы техники способов передвижения на лыжах. 3. Методику развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по лыжной подготовке. 4. Средства лыжной подготовки в воспитании физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения лыжника-гонщика (ОФП, СФП). 5. Использование средств лыжного спорта в рекреационной деятельности. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

	1,5 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок. Оценка уровня физической подготовленности (практические нормативы) 5 баллов - «отлично» 3 балла – «хорошо» 1 балл – «удовлетворительно»	
Самостоятельная работа	Составление отчетов, письменная работа; мультимедийная презентация. Написание конспектов на подготовительную и заключительную части урока (перечень упражнений, дозировка, методические и организационные указания) по заданию преподавателя с учётом специфики основной части урока: 0,5 балла – наличие конспекта урока; 1 балл –полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 1,5 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок. Виды травм, способы и средства доврачебной помощи пострадавшим. 0,5 балла - названы виды травм, частичное описание травм и способы доврачебной помощи; 1 балл – названы виды травм, дано полное описание, способы и средства доврачебной помощи; Написание комплекса подводящих и подготовительных упражнений: Критерии –0,5 балла - Разработаны комплексы подготовительных и подводящих упражнений для видов легкой атлетики. 1 балл - Составлены комплексы упражнений для подготовительной части урока с направленностью на определённый вид специализации (бег на короткие дистанции, прыжки, метания) с использованием ИКТ, полнота и логичность изложения, осуществлено объяснение при выполнении упражнений, даны методические рекомендации. Написание доклада по выбранной теме о выдающихся спортсменах Самарской области: Критерии – 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только	1. Общая физическая подготовка: задачи, средства, методы. 2. Специальная физическая подготовка: задачи, средства, методы. 3. Основные ошибки в технике изучаемых видов и способы их исправления. 4. Внеклассные занятия лыжным спортом в школе. 5. Меры безопасности на занятиях по лыжной подготовке с детьми школьного возраста. 6. Планирование учебного материала по лыжной подготовке в школе. 7. Профилактические меры травматизма на занятиях по лыжной подготовке Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

	Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы.	
Самостоятельная работа (на выбор)	Групповые задания, заполнение рубрик портфолио по изучаемым темам, подготовка к проведению отдельных частей урока, целого урока, подготовка и сдача доклада и рефератов Критерии – 0,5 балла – общее описание проблемы, материал не структурирован, в основном использование интернет- ресурса; 1 балл – полный развернутый доклад с использованием учебника, без привлечения дополнительных источников информации; 1,5 балла - полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы, использование дополнительных источников информации, а также подготовлена презентация по теме доклада. Заполнение рубрик, выделенные жирным шрифтом, должны быть обязательно включены в структуру портфолио, возможно и под другим названием. Остальные – по выбору. Общее количество рубрик – пять – по 1 баллу за каждую рубрику. Заполнение «Глоссария основных понятий, связанных с тематикой курса»: 10-15 основных понятий с определениями и, по мере необходимости, комментариями – 0,5 балла. Описание 10-15 подводящих упражнений по изучаемым видам лыжных ходов – 1балл. «Творческий отчет»: представление материалов (разработки занятий, методические рекомендации, тексты выступлений), отражающие Вашу педагогическую деятельность- 1 балл. Схематичное изображение изученного материала и оформление с помощью графического редактора: схемы анализа изученных тем – анализ техники, методика обучения изучаемого способа передвижения на лыжах – 1 балл.	1. Последовательность обучения технике способов передвижения на лыжах. 2. Постановка задач и подбор средств обучения. 3. Использование методов показа и объяснения на занятиях с детьми различного школьного возраста. 4. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений. 5. Методика проведения урока по лыжной подготовке в школе. 6. Развитие лыжного спорта в России конец XX – начало XXI вв. 7. Методика развития физических качеств. 8. Влияние занятий лыжным спортом на женский организм. 9. Использование средств и методов обучения в лыжном спорте. 10. Обязанности главного секретаря соревнований. 11. Нормативные документы, регламентирующие процедуру проведения и организации соревнований. 12. Документы проведения соревнований: положения, заявки протоколы. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Образовательные результаты:

		Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 1семестр 3 Легкая атлетика

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Общеподготовительные и специальные упражнения»		**24**	**45**
Текущий контроль по разделу:		21	40
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по разделу		3	10
Промежуточный контроль		3	5
Наименование раздела: «Развитие физических качеств»		**23**	**40**
Текущий контроль по разделу:		20	35
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	4	8
Контрольное мероприятие по разделу		4	7
Промежуточный контроль		3	5
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
Итого		**56**	**100**

Вид контроля	Задания, критерии оценки, баллы	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Общеподготовительные и специальные упражнения в легкой атлетике» (max 45 баллов)		
Аудиторная работа	Практические занятия письменная самостоятельная работа, устные ответы Критерии – 1 балла – конспект соответствует теме и отражает основные положения, структурирован. 2 балл – конспект соответствует теме и отражает основные положения, написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников. 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в	1. Обучение как педагогический процесс. 2. Структура обучения двигательным действиям (цель и задачи этапов обучения). 3. Классификация и терминология в легкой атлетике. 4. Основные средства, методы и методические приемы обучения легкоатлетическим видам спорта. 5. Критерии оценки техники легкоатлетических упражнений. 6. Понятие об общей физической подготовке. Образовательные результаты: Знает: специфику, структуру и модели построения учебного процесса; Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Общую технику безопасности на уроках физкультуры Умеет: -составлять конспекты и краткие планы учебных занятий физическими упражнениями; Владеет: - понятийным аппаратом; -способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны; - приемами работы со специальной литературой, информационной поисковой работы, мультимедийным оборудованием;

	соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Подготовка презентации по заданной теме с использованием программы MS Power Point. 2 балла – тема освещена не полностью, слайды содержат только простой текст или текст со вставками рисунков. Количество слайдов – 10-15. 4 балла - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах не только в виде простого текста, но и в форме различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов – 10-15. 5 баллов - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах практически полностью в виде различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов - более 15.	
Самостоятельная работа	Написание конспекта: Анализ техники видов легкой атлетики, составление отчетов, письменная работа – заполнение рубрик портфолио – по 1 баллу за каждую рубрику, общее количество рубрик – пять. Написание доклада (реферата) «Лёгкая атлетика в системе физического воспитания», «Использование лёгкой атлетики в других видах спорта» и т.д.. 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено	1.Определение и классификация общеразвивающих и специальных упражнений, их роль в общефизической подготовке, развитии физических качеств и в овладении техникой видов лёгкой атлетики. 2.Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений легкой атлетики, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой изучаемых видов легкой атлетики. Методы проведения общеразвивающих упражнений. Вариативность и специфика выполнения общеразвивающих упражнений. Специальные беговые упражнения, специальные прыжковые упражнения, специальные упражнения метателя. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике. Образовательные результаты: Знает: принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения, основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности; Умеет: составлять конспекты учебных занятий физическими упражнениями; составить инструкцию по технике безопасности, проводить обзор научных исследований и проблемы развития легкой атлетики. Владеет: основными понятиями; различными способами представления информации (сочетание рассказа и показа), в т.ч с использованием ИКТ. -приемами работы со специальной литературой, информационной поисковой работы;

	современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Подготовка к организации и проведению соревнований: Критерии –1 балл - Составление положения соревнований; 0,5 балла - Написание обязанностей членов судейской коллегии, права и обязанности участников соревнований; 0,5 балла - Заполнение протоколов, заявок, протестов, отчета. 8 баллов	-теоретико-практическим материалом программы, необходимым для успешного проведения учебно-тренировочного процесса
Самостоятельная работа (на выбор)	Составление инструкции по техники безопасности на занятиях легкой атлетикой на открытом стадионе. Групповые задания, подготовка к практическим занятиям. Написание реферата «История лёгкой атлетики». Написание реферата по истории развития одного из видов лёгкой атлетики. «Анализ участия российских легкоатлетов в последних Олимпийских играх». Анализ важных международных соревнований за прошедший сезон. Выступления самарских легкоатлетов. Критерии – 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Находить типичные ошибки и причины их возникновения. Правильно находить методику их исправления -1 балл. Проведение тестирования и обработка результатов тестирования уровня физической подготовленности и физического развития:	1. Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. 2. Подводящие и специальные упражнения при обучении. 3. Современные представления о создании двигательного навыка. 4. Последовательность обучения. 5.Типичные ошибки, методические приемы. 6. Освоение техники изучаемых видов и подготовка к выполнению нормативов технико-физической подготовленности. 7. Тестирование физической подготовленности занимающихся. 8.Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Образовательные результаты: Знает: - контрольные упражнения (тесты) для учёта и оценки уровня развития физических качеств; - правила поведения и меры безопасности при выполнении физических упражнений на занятиях по лёгкой атлетике; Умеет: - осуществлять тестирование физической подготовленностью занимающихся средствами лёгкой атлетики; Владеет: - навыками визуального контроля за техникой выполнения легкоатлетических упражнений; - навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажёрных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий лёгкой атлетикой

	1 балл - Составление тестов на определение уровня физического развития и подготовленности 1 балл - Показ, объяснение и непосредственное проведение тестирования. 1 балл - Отчет с использованием мультимедийной презентации Проведение комплекса подготовительных и подводящих упражнений для изучения техники видов легкой атлетики: 0,5 балла – наличие конспекта урока; 1 балл – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 1,5 балла - конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок.	
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Образовательные результаты: Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Текущие контроль по разделу «Развитие физических качеств» (max 40 баллов)		
Аудиторная работа	Написание конспекта урока и проведение урока с использованием физкультурно-оздоровительных технологий. Составление комплексов упражнений для укрепления дыхательной и сердечно- сосудистой систем. Конспект методики обучения: задачи, средства, методические указания, письменная самостоятельная работа. Презентация и защита проекта по теме «Здоровый образ жизни», «Средства, методы и формы рекреационной деятельности». Заполнение рубрик портфолио. Критерии – – 0,5 балла – конспект урока соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован. 1 балл – конспект урока соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, и написан разборчиво, структурирован; 5 баллов – портфолио содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников, раскрыта полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей Контроль изучения техники физических упражнений и способов деятельности: 1 балл - упражнение выполнено очень напряженно, скованно, замедленно. При выполнении упражнения допущены лишние действия, задержки между отдельными операциями, допущены ошибки, нарушающие структуру движения, грубо нарушены амплитуда и темп движения; 2 балла - упражнение выполнено, с выраженным напряжением, замедленно, без лишних действий. При выполнении допущены мелкие ошибки, не нарушающие структуру движения при нарушении амплитуды и темпа.	1.Основы методики обучения технике легкоатлетических упражнений. 2.Основы техники легкоатлетических видов. 3. Методика обучения видов легкой атлетики. 4. Методику развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по легкой атлетике. 5. Средства легкой атлетики в воспитании физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения легкой атлетики (ОФП, СФП). 6. Оздоровительный бег и ходьба. 7. Использование легкой атлетики в рекреационной деятельности. Образовательные результаты: Знает: основные понятия и терминологию в области физической культуры. Умеет: использовать полученные знания при практическом проведении урока в области физической культуры на примере легкой атлетики. Владеет: методами анализа нормативно правовых акты в области образования и выявления возможных противоречий в них.

	3 балла - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, ненапряженно, в соответствии с показанным образцом. Критерии оценивания конспекта: 0,5 балла – наличие конспекта урока, содержание частично раскрыто, без наличия организационных и методических рекомендаций; 1 балл – полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 1,5 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок. Оценка уровня физической подготовленности (практические нормативы) 5 баллов - «отлично» 3 балла – «хорошо» 1балл – «удовлетворительно»	
Самостоятельная работа	Разработка и оформление конспекта: средства, дозировка, методические приемы обучения организации и воспитания. Критерии оценки: 1 балл – конспект написан в тетради самостоятельно, его содержание соответствует теме и отражает 1 вопрос темы семинарского занятия; 2 балла - конспект написан в тетради самостоятельно, соответствует теме и отражает 2 или более вопросов семинарского занятия, структурирован, при его подготовке использован не только учебник, но и дополнительная литература. Анализ проведения частей урока по легкой атлетике. Подготовка к практическому занятию по организации соревнований: состав судейской бригады, состав главной судейской коллегии, оформление документации и отчета. Заполнение основные нормативных документов соревнования, составление календаря соревнований на год, определение победителей на виде. Задание выполняется в виде доклада. Требования к выполнению доклада: доклад структурирован, обучающийся не зачитывает текст доклада, а свободно рассказывает о сути проблемы, останавливаясь на ключевых вопросах, их сущности и сделанных выводах; продемонстрировано свободное владение материалом, представлено современное видение проблемы. Выступление укладывается в отведенный лимит времени. Обязательно сопровождение выступления презентацией. Критерии оценки: 2 балла – доклад соответствует теме, цель, сформулированная в докладе, достигнута; 3 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом; 4 баллов – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформированная в докладе, достигнута; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом; представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; 5 баллов – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформированная в докладе, достигнута; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом; представлено современное	1. Проведение урока по легкой атлетике на примере одного из видов прыжков в длину. 2. Проведение урока по легкой атлетике на примере одного из видов бега. 3.Проведение урока по легкой атлетике на примере одного из видов метания. 4.Соревнования по легкой атлетике в школе. 5. Обязанностей судей в различных судейских должностях. 2.Организация соревнований по легкой атлетике среди студентов курса. 3.Участие в соревнованиях в качестве участников Образовательные результаты: Знать: основное содержание занятий легкой атлетикой в начальных, средних и старших классах; структуру и разновидности урока; особенности проведения занятий в помещении и на открытом воздухе; технику безопасности и предупреждение травматизма на уроках. Уметь: оформлять и разрабатывать конспект урока; дозировать нагрузку и упражнения при разной направленности урока; проводить как части урока, так и в целом урок. Владеет: практическими навыками написания конспекта; проведение урока и анализа урока; методическими приемами обучения.

	видение проблемы и возможные варианты ее разрешения. Доклад сопровождается демонстрацией наглядного материала (презентацией).	
Самостоятельная работа (на выбор)	Конспект занятия, составленный и проведенный комплекс подводящих и подготовительных упражнений. Критерии – 0,5 балла - Разработаны комплексы подготовительных и подводящих упражнений для видов легкой атлетики. 1 балл - Составлены комплексы упражнений для подготовительной части урока с направленностью на определённый вид специализации (бег на короткие дистанции, прыжки, метания) с использованием ИКТ, полнота и логичность изложения, осуществлено объяснение при выполнении упражнений, даны методические рекомендации. Подготовка к проведению тестирования и обработка результатов тестирования уровня физической подготовленности и физического развития: 1 балл - Составление тестов на определение уровня физического развития и подготовленности 1 балл - Показ, объяснение и непосредственное проведение тестирования. 1 балл - Отчет с использованием мультимедийной презентации Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости, гибкости). 0,5 балла – наличие конспекта урока; 1 балл – полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 1,5 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект с методическими и организационными указаниями.	1.Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием оздоровительного бега и ходьбы. 2. Методы воспитания физических качеств и способностей; организационно-методические формы развития физических качеств и способностей на уроках по легкой атлетике. 3. Особенности проведения занятий легкой атлетикой с детьми, имеющими различные нарушения в состоянии здоровья. 4. Особенности проведения легкоатлетических соревнований с данным контингентом. 5. Тестирование уровня физической подготовленности. Образовательные результаты: Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Контрольное мероприятие по разделу	Практическое выполнение тестов по определению уровня физической подготовленности	Образовательные результаты Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

		Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 2 Семестр 4 Плавание

Вид контроля	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Общеподготовительные и специальные упражнения в плавании»	**24**	**45**
Текущий контроль по разделу:	21	40
1 Аудиторная работа	6	10
2 Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3 Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по разделу	3	10
Промежуточный контроль	3	5
Наименование раздела: «Развитие физических качеств»	**23**	**40**
Текущий контроль по разделу:	20	35
1 Аудиторная работа	6	10
2 Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3 Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	4	8
Контрольное мероприятие по разделу	4	7
Промежуточный контроль	3	5
Промежуточная аттестация	**9**	**15**
Итого	**56**	**100**

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Общеподготовительные и специальные упражнения в плавании» (max 45 баллов)		
Аудиторная работа	Практические занятия. Критерии – выполнение упражнений технически правильно: 1. Техника плавания кролем на груди на ногах 50 метров 5 баллов – техника плавания соответствует правилам соревнований: попеременная симметричная работа ног; на шесть ударов ногами один вдох и выдох в воду; движение ноги от бедра, носочек стопы оттянут, развернут внутрь 4 балла - техника плавания соответствует правилам соревнований: попеременная симметричная работа ног; на шесть ударов ногами один вдох, выдох выполняется не в воду; во время вдоха ноги прекращают движения, движение ноги от колена, носочек стопы оттянут, развернут внутрь 3 балла - техника плавания не соответствует правилам соревнований: попеременная симметричная работа ног; дыхание произвольное, выдох выполняется не в воду; во время вдоха ноги прекращают движения, движение ноги от колена, носочек стопы оттянут 2 балла – техника плавания не соответствует правилам соревнований, нарушены все фазы движений и дыхания 1 балла - техника плавания не соответствует правилам соревнований, нарушены все фазы движений и дыхания, не доплыл 50 м 2. Техника плавания кролем на груди в полной координации, старт с тумбы и поворотом «маятник» - 100 метров 5 баллов – техника плавания соответствует правилам соревнований: попеременная симметричная работа ног и рук; на три гребка выполняется вдох и выдох, движение ноги от бедра, носочек стопы оттянут, развернут внутрь, соблюдены все фазы движений руками и ногами, старт с тумбы и безошибочное выполнение поворота	1. Классификация и терминология в плавании. 2. Основные средства, методы и методические приемы, применяемые в оздоровительном плавании (на примере спортивного способа плавания – кроль на груди). 3. Критерии оценки техники спортивного способа плавания – кроль на груди 4. Поддержание общей физической подготовки средствами плавания. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

	4 балла - техника плавания соответствует правилам соревнований: попеременная симметричная работа ног и рук; дыхание произвольное, выдох выполняется не в воду; во время вдоха ноги прекращают движения, движение ноги от колена, носочек стопы оттянут, развернут внутрь. Старт с тумбы, ошибки в выполнении поворота 3 балла - техника плавания не соответствует правилам соревнований: попеременная симметричная работа ног и рук; дыхание произвольное, выдох выполняется не в воду; во время вдоха ноги прекращают движения, движение ноги от колена, носочек стопы оттянут, гребок выполняется локтем, а не кистью, останавливается во время движения. Старт из воды, ошибки во время поворота Старт из воды, ошибки во время поворота 2 балла – техника плавания не соответствует правилам соревнований, нарушены все фазы движений и дыхания Старт из воды, ошибки во время поворота 1 балла - техника плавания не соответствует правилам соревнований, нарушены все фазы движений и дыхания, не доплыл 100 м, без выполнения старта и поворота 3. Составить и провести комплекс упражнений для правильного выполнения движений ногами при плавании кролем на груди 3-5 баллов 4. Составить и провести комплекс упражнений для правильного выполнения гребковых движений руками при плавании кролем на груди – 3-5 баллов 5. Составить и провести комплекс упражнений для правильного выполнения старта с тумбы при плавании кролем на груди – 3-5 баллов	
Самостоятельная работа	1. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для способа плавания кролем на груди – конспект Проведение комплекса подготовительных и подводящих упражнений для изучения техники кроля на груди: 1 балла – проведение без конспекта 2 балл – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 3 балла – конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 4 балла – образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок, правильным показом и рассказом 2. Составить комплексы упражнений для подготовительной части занятия с направленностью на определенный способ плавания (кроль на груди, кроль на спине). Проведение комплекса подготовительной части 1 балла – наличие конспекта урока; 2 балл – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 3 балла - конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 4 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок.	1. Определение и классификация общеразвивающих и специальных упражнений, их роль в общефизической подготовке, развитии физических качеств и в овладении техникой спортивных способов плавания. 2. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. 3. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений для плавательной подготовки, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой изучаемых способов плавания. 4. Методы проведения общеразвивающих упражнений. Вариативность и специфика выполнения общеразвивающих упражнений. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Самостоятельная работа (на выбор)	Написать реферат на тему: «Кондиционная тренировка в воде» Критерии – 2 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми	1. Значение кондиционной тренировки на воде для физического развития и физической подготовленности

	требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 3 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 4 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Разработать сценарий спортивно-массового мероприятия на воде с элементами плавания и игр на воде 2 балла – сценарий имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, не указано время и место проведения, организаторы праздника. Не полно расписан ход мероприятия, использован мало заданий, упражнений и игр, соответствующие заявленному возрасту, не указан порядок определения победителя и награждения 3 балла – сценарий имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, указано время и место проведения, организаторы праздника. Не полно расписан ход мероприятия, использован небольшой банк заданий, упражнений и игр, соответствующие заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения 4 балла – сценарий имеет название, цель, задачи, определен возраст, описано оборудование, время и место проведения, организаторы праздника. Полно расписан ход мероприятия, использован большой банк заданий, упражнений и игр, соответствующие заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения	2. Роль физической подготовленности в освоении техники спортивных способов плавания. 3. Значение физкультурно-оздоровительных мероприятий на воде для привлечения к занятиям плаванием 4.Техника безопасности на занятиях и оздоровительных мероприятия по плаванию. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Текущий контроль по разделу «Развитие физических качеств» (max 40 баллов)		
Аудиторная работа	Практические занятия. Критерии – выполнение упражнений технически правильно. Проведение основной части занятия для развития физических качеств средствами плавания – с методически грамотным объяснением и показом, с написанием конспекта	1. Основы методики обучения технике спортивных способов плавания. 2. Основы техники спортивных способов плавания. 3. Методика обучения спортивным способам плавания.

	Контроль изучения техники физических упражнений и способов деятельности: 1 балл - упражнение выполнено очень напряженно, скованно, замедленно. При выполнении упражнения допущены лишние действия, задержки между отдельными операциями, допущены ошибки, нарушающие структуру движения, грубо нарушены амплитуда и темп движения; 2 балла - упражнение выполнено, с выраженным напряжением, замедленно, без лишних действий. При выполнении допущены мелкие ошибки, не нарушающие структуру движения при нарушении амплитуды и темпа. 3 балла - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, не напряженно, в соответствии с показанным образцом. Критерии оценивания конспекта: 0,5 балла – наличие конспекта урока, содержание частично раскрыто, без наличия организационных и методических рекомендаций; 1 балл – полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 1,5 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 2 балла - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок. Оценка уровня физической подготовленности (практические нормативы) 5 баллов - «отлично» 3 балла – «хорошо» 1 балл – «удовлетворительно» Проведение тестирования и обработка результатов тестирования уровня физической подготовленности и физического развития: 1 балл - Составление тестов на определение уровня физического развития и подготовленности 2 балл - Показ, объяснение и непосредственное проведение тестирования. 2 балл - Отчет с использованием мультимедийной презентации Max 5 баллов	4. Методику развития физических способностей средствами плаванию. 5. Средства плавания в воспитании физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения в плавании (ОФП, СФП). 6.Оздоровительное плавание. Образовательные результаты: Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Самостоятельная работа	1. Составление комплексов упражнений на развитие физических качеств (выносливости, скорости, силы, гибкости) средствами плавания. Критерии проведения: 1 балла – проведение без конспекта 2 балл – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 3 балла – конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 4 балла – образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок, правильным показом и рассказом 2. Составить комплексы упражнений в воде в оздоровительных целях с использованием различных способов плавания и игр Критерии 1 балла – проведение без конспекта 2 балл – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 3 балла – конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 4 балла – образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок, правильным показом и рассказом	1. Общая физическая подготовка: задачи, средства, методы. 2. Специальная физическая подготовка: задачи, средства, методы. 3. Развитие физических качеств (выносливости, скорости, силы, гибкости, координации) средствами плавания 4. Профилактические меры травматизма на занятиях плаванием Образовательные результаты: Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

Самостоятельная работа (на выбор)	1. Написать реферат на тему «Сильнейшие пловцы мира», «Сильнейшие пловцы СССР», «Сильнейшие пловцы России» 2 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 3 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 4 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 2. Разработать положение о соревнованиях по плаванию для любой возрастной категории 2 балла –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, не указано время и место проведения, организаторы соревнований. Не описана судейская коллегия. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции не соответствуют заявленному возрасту, не указан порядок определения победителя и награждения 3 балла –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, указано время и место проведения, организаторы соревнования, указан не полный список судейской коллегии. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения 4 балла – положение имеет название, цель, задачи, определен возраст, описано оборудование, время и место проведения, организаторы соревнования. Полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения	1. Сильнейшие пловцы мира, СССР и России 2. Правила проведения соревнований 3. Положение о соревнованиях по плаванию Образовательные результаты: Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности

	для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине

Курс 2 Семестр 5 Бадминтон

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Общеподготовительные и специальные упражнения»		**24**	**45**
Текущий контроль по разделу:		21	40
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по разделу		3	10
Промежуточный контроль		3	5
Наименование раздела: «Развитие физических качеств»		**23**	**40**
Текущий контроль по разделу:		20	35
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	4	8
Контрольное мероприятие по разделу		4	7
Промежуточный контроль		3	5
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
Итого		**56**	**100**

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Общеподготовительные и специальные упражнения» (max 45 баллов)		
Аудиторная работа	Практические занятия Конспект занятия, письменная самостоятельная работа, устные ответы Критерии – 1 балла – конспект занятия соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован. 2 балл – конспект занятия соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, и написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников. Выполнение подач (открытой и закрытой стороной ракетки; высокая, низкая) в бадминтоне технически правильно 5 баллов – технически правильно, без ошибок 4 балла –технически правильно, с 1 ошибкой 3 балла – технически правильно, с двумя ошибками 2 балла – технически правильно, с тремя ошибками Выполнение ударов (открытой и закрытой стороной ракетки, смеш, короткие, длинные и т.д.) технически правильно 5 баллов – технически правильно, без ошибок 4 балла –технически правильно, с 1 ошибкой 3 балла – технически правильно, с двумя ошибками 2 балла – технически правильно, с тремя ошибками Составление положения о соревнования по бадминтону для разных возрастных групп (на выбор). Структура положения: - название соревнований	1. Правила игры в бадминтон 2. Площадка и оборудование для игры в бадминтон 3. Терминология в бадминтоне. 4. Основные средства, методы и методические приемы игры в бадминтон. 5. Критерии оценки техники технических приемов в бадминтоне. 6. Понятие оздоровительного влияния бадминтона в укреплении здоровья и общей физической подготовки. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

	- цель и задачи соревнований - место и время проведения - участники соревнований - программа - условия проведения - определение победителей - награждение победителей и призеров - сроки и место подачи заявок 3 баллов – положение составлено правильно, без ошибок. Четко и грамотно описаны все разделы. 2 баллов - положение составлено правильно, 1-2 ошибки. Четко и грамотно описаны все разделы. 1 балла - положение составлено правильно, 3-4 ошибки. Четко и грамотно описаны все разделы. Максимально – 15 баллов	
Самостоятельная работа	1. Составить состав судейской коллегии и их обязанности. Критерии: 2 балла – состав определен правильно, без ошибок. Четко и грамотно описаны все обязанности. 1 балл - состав определен с 1 ошибкой. Четко и грамотно описаны все обязанности. 2. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для перемещения по площадке. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балла - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 3. Составление комплексов упражнений для подготовительной части урока. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 4. Составить комплекс упражнений для обучения подач разной стороной ракетки. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 5. Составить комплекс упражнений для обучения различным ударам, разной стороной ракетки. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Максимальное количество – 10 баллов	1. Определение и классификация общеразвивающих и специальных упражнений, их роль в общефизической подготовке, развитии физических качеств и в овладении техникой игры в бадминтон. 2. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. 3. Изучение правильности держания ракетки, основных игровых стоек, основные перемещения по площадке. 4. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой. 5. Организация, проведение и правила соревнований по бадминтону. 6. Техника выполнения подач и ударов в бадминтоне Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Самостоятельная работа (на выбор)	1. Написание реферата: «Истории развития бадминтона. «Бадминтон в России. Лучшие спортсмены» «Бадминтон в Самаре. Лучшие самарские спортсмены» Реферат-презентация: «Лучшие подачи» Критерии – 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.	1. Роль физической подготовленности в освоении техники игры в бадминтон. 2. Вариативность и специфика выполнения упражнений. Специальные беговые упражнения, специальные прыжковые упражнения. 3. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений при изучении перемещений, стоек бадминтониста.

	1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Максимально 6 баллов 2. Схема начального обучения бадминтону. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 3. Комплекс упражнений для отработки технике удара для различных возрастных групп Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Максимально 10 баллов	4. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой игры в бадминтон. 5. Современные представления о создании двигательного навыка. 6. Последовательность обучения. 7. Типичные ошибки, методические приемы. 8. Освоение техники изучаемых видов и подготовка к выполнению нормативов технико-физической подготовленности. 9. Техника безопасности на занятиях бадминтоном. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Образовательные результаты: Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Текущий контроль по разделу «Развитие физических качеств» (max 40 баллов)		
Аудиторная работа	1. Составить комплекс упражнений на развитие скоростных качеств бадминтониста. 2. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, силовых, выносливости, гибкости) – 4 конспекта Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Контроль изучения техники физических упражнений и способов деятельности: 1 балл - упражнение выполнено очень напряженно, скованно, замедленно. При выполнении упражнения допущены лишние действия, задержки между отдельными операциями, допущены ошибки, нарушающие структуру движения, грубо нарушены амплитуда и темп движения; 2 балла - упражнение выполнено, с выраженным напряжением, замедленно, без лишних действий. При выполнении допущены мелкие ошибки, не нарушающие структуру движения при нарушении амплитуды и темпа.	1. Методику развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по бадминтону. 2. Средства и методы развития физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения (ОФП, СФП). 3. Использование бадминтона в рекреационной деятельности. Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

	3 балла - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, ненапряженно, в соответствии с показанным образцом. Максимальное количество баллов - 10	Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Самостоятельная работа	1. Конспектирование «Развитие общей выносливости переменным методом». 2. Конспектирование «Развитие общей выносливости равномерным методом». 3. Конспектирование «Развитие общей выносливости интервальным методом». 4. Конспектирование «Развитие быстроты отдельного движения», «Преимущественно силовые и скоростно-силовые типы различного рода, бросков, прыжков, беговых упражнений». 5. Конспектирование «Упражнения с использованием упражнений для развития быстроты». 6. Конспектирование «Развитие силы с использованием отягощений». 7. Конспектирование «Развитие координационных способностей с использованием обычных упражнений в усложненных условиях». 2 конспект на выбор 4 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 2 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Максимально 8 баллов	1. Общая физическая подготовка: задачи, средства, методы. 2. Специальная физическая подготовка: задачи, средства, методы. 3. Основные ошибки в технике изучаемых видов и способы их исправления. 4. Внеклассные занятия бадминтоном в школе. 5. Профилактические меры травматизма на занятиях бадминтоном. Образовательные результаты: Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Самостоятельная работа (на выбор)	1. Разработка комплекса упражнений на развитие физического качества бадминтониста (на выбор) Подготовка к проведению отдельных частей урока, целого урока Конспект с проведением занятия – критерии: 2 балла – наличие конспекта урока; 4 балла – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 6 баллов - конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 7 баллов - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок.	1. Постановка задач и подбор средств обучения. 2. Использование методов показа и объяснения на занятиях по бадминтону с детьми различного школьного возраста. 3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники упражнений на развитие физических качеств бадминтониста. 4. Методика проведения урока по бадминтону в школе. 5. Методика развития физических качеств. Образовательные результаты: Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

		Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 2 Семестр 6 Хоккей

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Общеподготовительные и специальные упражнения»		**24**	**45**
Текущий контроль по разделу:		21	40
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по модулю		3	10
Промежуточный контроль		3	5
Наименование раздела: «Развитие физических качеств»		**23**	**40**
Текущий контроль по разделу:		20	35
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	4	8
Контрольное мероприятие по разделу		4	7
Промежуточный контроль		3	5
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
	Итого	**56**	**100**

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Общеподготовительные и специальные упражнения» (max 45 баллов)		
Аудиторная работа	Конспект занятия, письменная самостоятельная работа, устные ответы Критерии – 1 балла – конспект занятия соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован. 2 балл – конспект занятия соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, и написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников. Выполнение передач (с удобной и не удобной стороны клюшки;) в хоккее технически правильно 5 баллов – технически правильно, без ошибок 4 балла –технически правильно, с 1 ошибкой 3 балла – технически правильно, с двумя ошибками 2 балла – технически правильно, с тремя ошибками Выполнение бросков (кистевой бросок с удобной, не удобной руки, щелчок и т.д.) технически правильно 5 баллов – технически правильно, без ошибок 4 балла –технически правильно, с 1 ошибкой 3 балла – технически правильно, с двумя ошибками 2 балла – технически правильно, с тремя ошибками Составление положения о соревнования по хоккею для разных возрастных групп (на выбор). Структура положения: - название соревнований	1. Правила игры в хоккей 2. Площадка и оборудование для игры в хоккей 3. Терминология в хоккее. 4. Основные средства, методы и методические приемы обучения хоккею. 5. Критерии оценки техники технических приемов в хоккее. 6. Понятие об общей физической подготовке хоккеиста. Образовательные результаты: Знает: правила игры в хоккей, размеры площадки и терминологию; Умеет: составлять критерии оценки технических приемов в хоккее Владеет: навыками составления комплексов упражнений для обучения технике игры в хоккей

	- цель и задачи соревнований - место и время проведения - участники соревнований - программа - условия проведения - определение победителей - награждение победителей и призеров - сроки и место подачи заявок 3 баллов – положение составлено правильно, без ошибок. Четко и грамотно описаны все разделы. 2 баллов - положение составлено правильно, 1-2 ошибки. Четко и грамотно описаны все разделы. 1 балла - положение составлено правильно, 3-4 ошибки. Четко и грамотно описаны все разделы. Максимально – 15 баллов	
Самостоятельная работа	Составить состав судейской коллегии и их обязанности. Критерии: 2 балла – состав определен правильно, без ошибок. Четко и грамотно описаны все обязанности. 1 балл - состав определен с 1 ошибкой. Четко и грамотно описаны все обязанности. 2. Разработать комплексы подготовительных и подводящих упражнений для перемещения по площадке. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балла - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 3. Составление комплексов упражнений для подготовительной части урока. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 4. Составить комплекс упражнений для обучения подач разной стороной ракетки. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 5. Составить комплекс упражнений для обучения различным ударам, разной стороной ракетки. Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Максимальное количество – 10 баллов	1. Определение и классификация общеразвивающих и специальных упражнений, их роль в общефизической подготовке, развитии физических качеств и в овладении техникой игры в хоккей. 2. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. 3. Изучение правильности держания клюшки, основных игровых стоек, основные перемещения по площадке. 4. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой. 5. Организация, проведение и правила соревнований по хоккею. 6. Техника выполнения передач и бросков в хоккее Образовательные результаты: Знает: - состав судейской коллегии и правила игры в хоккей; - основные стойки в хоккее; способы перемещения по площадке; - технику выполнения различных видов передач и бросков. Умеет: - составлять конспекты учебных занятий физическими упражнениями; - составлять конспекты занятий для обучения технике игры в хоккей - Владеет: навыками показа и рассказа подготовительных и подводящих упражнений для игры в хоккей; навыками поведения соревнований по хоккею среди школьников разных возрастов
Самостоятельная работа (на выбор)	1. Написание реферата: «Истории развития хоккея» «Хоккей в России. Лучшие спортсмены» «Хоккей в Самаре. Лучшие самарские спортсмены» Реферат-презентация: «Лучшие передачи» Критерии – 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен	1. Роль физической подготовленности в освоении техники игры в хоккей. 2. Вариативность и специфика выполнения упражнений. Специальные беговые упражнения, специальные прыжковые упражнения. 3. Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и специальных упражнений при изучении перемещений, стоек хоккеиста. 4.Обучение и совершенствование в технике общеразвивающих и

	в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 1,5 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 2 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Максимально 6 баллов 2. Схема начального обучения хоккею Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. 3. Комплекс упражнений для отработки технике броска для различных возрастных групп Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Максимально 10 баллов	специальных упражнений направленных на развитие основных двигательных качеств и на овладение техникой игры в хоккей. 4. Современные представления о создании двигательного навыка. 5. Последовательность обучения. 6. Типичные ошибки, методические приемы. 7. Освоение техники изучаемых видов и подготовка к выполнению нормативов технико-физической подготовленности. 8. Техника безопасности на занятиях хоккей. Образовательные результаты: Знает: разновидности и технику выполнения передач; технику выполнения разновидностей бросков; типичные ошибки и методические приемы для их исправления; правила поведения и меры безопасности при выполнении физических упражнений на занятиях по хоккею; Умеет: -демонстрировать передачи с удобной и не удобной стороны клюшки; демонстрировать технику выполнения бросков Владеет: методами обучения различным видам передач; навыками обучения технике различных бросков в хоккее; навыками рационального применения учебного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажёрных устройств и специальной аппаратуры в процессе занятий хоккей;
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Образовательные результаты: Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Текущий контроль по разделу «Развитие физических качеств» (max 40 баллов)		
Аудиторная работа	Составить комплекс упражнений на развитие скоростных качеств хоккеиста. Составление комплексов упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте (координационных, силовых, выносливости, гибкости) – 4 конспекта	1. Методику развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по хоккею. 5. Средства и методы развития физических качеств и способностей: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения

	Критерии: 2 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 1 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Контроль изучения техники физических упражнений и способов деятельности: 1 балл - упражнение выполнено очень напряженно, скованно, замедленно. При выполнении упражнения допущены лишние действия, задержки между отдельными операциями, допущены ошибки, нарушающие структуру движения, грубо нарушены амплитуда и темп движения; 2 балла - упражнение выполнено, с выраженным напряжением, замедленно, без лишних действий. При выполнении допущены мелкие ошибки, не нарушающие структуру движения при нарушении амплитуды и темпа. 3 балла - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, не напряженно, в соответствии с показанным образцом. Максимальное количество баллов - 10	(ОФП, СФП). 6. Использование хоккея в рекреационной деятельности. Образовательные результаты: Знает: - направленное использование средств легкой атлетики в воспитании физических качеств и способностей бадминтониста: общеразвивающие, специально-подготовительные, основные упражнения (ОФП, СФП); - методику развития физических способностей у школьников младшего, среднего и старшего возрастов на уроках физической культуры по хоккею. Умеет: - осуществлять контроль физической подготовленностью школьников: шестиминутный бег или бег на эквивалентную дистанцию; бег на 30, 60, 100 м; челночный бег 4х9 м, 3х10 м; метание мяча, гранаты; прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега и др.; - составлять комплексы упражнений направленного развития физических способностей в младшем, среднем и старшем школьном возрасте Владеет: - методами воспитания физических качеств и способностей; - организационно-методическими формами развития физических качеств и способностей на уроках по хоккею.
Самостоятельная работа	1. Конспектирование «Развитие общей выносливости переменным методом». 2. Конспектирование «Развитие общей выносливости равномерным методом». 3. Конспектирование «Развитие общей выносливости интервальным методом». 4. Конспектирование «Развитие быстроты отдельного движения», «Преимущественно силовые и скоростно-силовые типы различного рода, бросков, прыжков, беговых упражнений». 5. Конспектирование «Упражнения с использованием упражнений для развития быстроты». 6. Конспектирование «Развитие силы с использованием отягощений». 7. Конспектирование «Развитие координационных способностей с использованием обычных упражнений в усложненных условиях». 2 конспект на выбор 4 балла – конспект упражнений составлен методически грамотно, без ошибок. 2 балл - конспект упражнений составлен методически грамотно, имеет 1-2 ошибки. Максимально 8 баллов	• Общая физическая подготовка: задачи, средства, методы. • Специальная физическая подготовка: задачи, средства, методы. • Основные ошибки в технике изучаемых видов и способы их исправления. • Внеклассные занятия хоккеем в школе. • Профилактические меры травматизма на занятиях хоккеем. Образовательные результаты: Знает: методы развития двигательных качеств в хоккее Умеет: подбирать средства и методы хоккея для развития двигательных качеств Владеет: навыками использования средств и методов хоккея для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Самостоятельная работа (на выбор)	1. Разработка комплекса упражнений на развитие физического качества хоккеиста (на выбор) Подготовка к проведению отдельных частей урока, целого урока Конспект с проведением занятия – критерии: 2 балла – наличие конспекта урока; 4 балла – конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 6 баллов - конспект и проведение урока с мелкими методическими ошибками; 7 баллов - образцовый конспект и методически грамотно проведенный урок.	• Постановка задач и подбор средств обучения. • Использование методов показа и объяснения на занятиях по хоккею с детьми различного школьного возраста. • Анализ, ошибки и оценки выполнения техники упражнений на развитие физических качеств хоккеиста. • Методика проведения урока по хоккею в школе. • Методика развития физических качеств. Образовательные результаты: Знает: методы развития двигательных качеств в хоккее Умеет: подбирать средства и методы хоккея для развития двигательных

		качеств Владеет: навыками использования средств и методов хоккея для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
КМ по разделу	Тестирование – 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65% заданий теста; 7,5 балла - правильно выполнено от 66 до 89% заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100% заданий теста.	Тесты
Промежуточный контроль	Сдача контрольных нормативов	Образовательные результаты: Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	