

Аннотация
к образовательной программе повышения квалификации

«Методика преподавания физической культуры по ФГОС нового поколения»

Предлагаемая программа разработана с учетом содержания программ по предмету «Физическая культура» в контексте ФГОС. Целью программы является повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в области «физическая культура и спорт» с учетом современных требований, предъявляемых обществом к образовательным учреждениям.

Программа *ориентирована* на повышение квалификации педагога различного уровня профессиональной подготовленности. Содержание программы *отражает* современные научно-практические и научно-методические достижения в области физической культуры и спорта. Учебная деятельность включает в себя повышение уровня знаний и двигательной подготовленности педагогов на основе *компетентностного* подхода, в различных видах физической культуры. Программа курса знакомит слушателей с методикой преподавания физической культуры в контексте ФГОС в образовательных учреждениях различной видовой направленности, в том числе и коррекционной, с дальнейшей возможностью применения в процессе обучения учащихся современных педагогических технологий. Программа предполагает преемственность по отношению к государственному образовательному стандарту профессионального высшего образования специальности 033100 – Физическая культура и спорт.

Вариативность образовательного маршрута обеспечивается коррекцией содержания тем разделов программы с учетом уровня профессиональной подготовленности педагогов и образовательных потребностей обучающихся.

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ
ПОСТДИПЛОМНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Институт общего образования

Кафедра педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
повышения квалификации

**«Методика преподавания физической культуры
по ФГОС нового поколения»**

Авторский коллектив:

Попова Елена Валентиновна, доцент кафедры педагогики окружающей среды,
безопасности и здоровья человека, к.п.н.
Старолавникова Ольга Викторовна, преподаватель кафедры педагогики окружающей
среды, безопасности и здоровья человека

Санкт-Петербург
2015 г.

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ
ПОСТДИПЛОМНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Институт общего образования

Кафедра педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Методика преподавания физической культуры по ФГОС нового поколения»

| № п/п | Наименование разделов, дисциплин, модулей | Всего часов | В том числе | | Форма контроля |
|-----------|--|-------------|-------------|----------------------|----------------|
| | | | Лекции | Практические занятия | |
| 1. | Актуальные проблемы образования | 18 | 12 | 6 | зачет |
| 1.1 | Педагогика физической культуры. /Ведущие понятия. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» / | 6 | 4 | 2 | - |
| 1.2 | Психология физического воспитания и спорта | 6 | 4 | 2 | - |
| 1.3 | Основы медицинских знаний | 6 | 4 | 2 | - |
| 2. | Основы физического воспитания | 18 | 8 | 10 | зачет |
| 2.1 | Охрана труда и техника безопасности на занятиях по ФК | 4 | 2 | 2 | - |
| 2.2 | Формирование навыков двигательных действий и знаний в процессе физического совершенствования | 6 | 2 | 4 | - |
| 2.3 | Развитие физических способностей (двигательных качеств) | 4 | 2 | 2 | - |
| 2.4 | Формирование личности в процессе физического совершенствования | 4 | 2 | 2 | - |
| 3. | Методика преподавания физической культуры | 36 | 10 | 26 | экзамен |
| 3.1 | Планирование, организация и педагогический контроль процесса ФВ в контексте ФГОС | 12 | 6 | 6 | - |
| 3.2 | Организация и проведение занятий по разделу «гимнастика/единоборство» | 4 | - | 4 | - |
| 3.3 | Организация и проведение занятий по разделу «легкая атлетика / лыжная подготовка» | 4 | - | 4 | - |
| 3.4 | Организация и проведение занятий по разделу «спортивные / | 4 | - | 4 | - |

| | | | | | |
|-----------|---|-----------|-----------|-----------|-------------------------|
| | подвижные игры» | | | | |
| 3.5 | Организация и проведение занятий по адаптивной физической культуре. | 12 | 4 | 8 | - |
| 4. | Итоговый контроль | - | - | - | выпускная работа |
| | Итого: | 72 | 30 | 42 | - |

Пояснительная записка

Целью программы является повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в области «физическая культура и спорт» с учетом современных требований, предъявляемых обществом к образовательным учреждениям. Повышение качества образования педагогов связано с модернизацией содержания образования, оптимизацией способов и технологий организации образовательного процесса, осмыслением цели и результата образования в направлении физическая культура на основе компетентностного подхода, что выражается в способности выполнять педагогическую деятельность в соответствии с заданными требованиями, и предполагает корректировку в методике преподавания физической культуры.

Принципы отбора содержания и организации учебного материала определяют логику и содержание программы.

Актуальность и практическая значимость содержания программы соответствует стратегическим направлениям развития системы профессионального образования. Программа предполагает преемственность по отношению к государственному образовательному стандарту профессионального высшего образования специальности 033100 – Физическая культура и спорт.

Программа *ориентирована* на повышение квалификации педагога различного уровня профессиональной подготовленности, поиск решения актуальных задач физического воспитания. Содержание программы *отражает* современные научно-практические и научно-методические достижения в области физической культуры и спорта. Учебная деятельность включает в себя повышение уровня знаний и двигательной подготовленности педагогов в различных видах физической культуры. Программа курса знакомит слушателей с методикой преподавания физической культуры в контексте ФГОС в образовательных учреждениях различной видовой направленности, в том числе и коррекционной, с дальнейшей возможностью применения в процессе обучения учащихся современных педагогических технологий. Широко освещаются темы по изучению современного педагогического опыта, по применению инновационных технологий специалистами физической культуры, являющихся победителями различных профессиональных конкурсов. Обобщение и использование передового педагогического опыта может удовлетворить профессиональные интересы педагогов общеобразовательных учреждений разных видов. Формирование у специалистов физической культуры современного педагогического мышления позволит создать основу для самореализации и раскрытия своего потенциала, основу личного педагогического творчества, позволит педагогу вариативно использовать знания и умения в своей профессиональной деятельности.

Структура программы позволяет сформировать общекультурные и профессиональные компетенции в области физической культуры. Программа курса состоит из лекционных занятий 40 % и практических занятий 60 %, включает в себя 3 дисциплины (модуля) – «Актуальные проблемы образования», «Основы физического воспитания», «Методика преподавания физической культуры».

Общекультурные компетенции являются надпредметными, представлены в дисциплине (модуле) «Актуальные проблемы образования». Данный модуль включает в себя знания педагогики физической культуры, психологии физического воспитания и спорта, основ медицинских знаний, обеспечивающие выявление актуальных вопросов отрасли физической культуры и спорта, выражающиеся в способности рассуждать, правильно оценивать роль смежных научных дисциплин в реализации задач физического совершенствования, адаптироваться в изменяющихся современных условиях, принимать решения, работать как в команде, так и самостоятельно.

Профессиональные компетенции представлены в дисциплинах (модулях) «Основы физического воспитания» и «Методика преподавания физической культуры». Данные модули включают в себя знания и умения по обеспечению безопасности занятий физической культурой, знания и умения, требующие применение инновационных и стандартных техник при формировании личности занимающихся в процессе физического совершенствования, планирование своей деятельности и разработку документации в соответствии с требованиями ФГОС, организацию различных видов занятий физической культурой (урочных и внеклассных занятий, физкультурно-оздоровительных, физкультурно-массовых и спортивных мероприятий), корректирование своей профессиональной деятельности на основе результатов контроля состояния занимающихся. Формируемые компетенции направлены на практический контекст.

Вариативность образовательного маршрута обеспечивается коррекцией содержания тем разделов программы с учетом уровня профессиональной подготовленности педагогов и образовательных потребностей обучающихся.

Планируемые результаты обучения по дополнительной профессиональной программе ориентированы на развитие профессиональной готовности специалистов физической культуры к решению профессиональных задач и развитию профессиональных компетенций. Результаты изучения должны отражать:

1. знания и умения выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта, определять цели познавательной деятельности, выбирать источники информации, находить оптимальные пути решения педагогических задач на основе установления межпредметных связей посредством раскрытия взаимосвязи изучаемых явлений и процессов;

2. знания и умения ориентироваться в ключевых вопросах теории и методики физического воспитания с учетом требований реформы образования, владеть технологией обучения двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных и оздоровительных занятий в образовательных учреждениях различной направленности;

3. знания и умения ориентироваться в вопросах методики преподавания физической культуры в контексте ФГОС, в многообразии приемов, методов и средств физического воспитания, в способах планирования, анализа, рефлексии, самооценки своей педагогической деятельности, овладеть эффективными приемами решения учебных задач в стандартных и нестандартных ситуациях.

Сфера применения слушателем полученных / усовершенствованных / компетенций может быть следующая – специалист физической культуры может работать в образовательных учреждениях различной типовой и видовой направленности, реализующих программы общего образования, а также в системе начального или среднего профессионального образования и дополнительного образования.

Специалист физической культуры осуществляет обучение и воспитание учащихся с учетом специфики образовательного учреждения, способствует формированию общей и физической культуры личности. Педагог использует разнообразные приемы, методы и средства обучения, выполняет правила и нормы охраны труда и техники безопасности, обеспечивая охрану жизни и здоровья обучающихся в образовательном процессе, обеспечивает уровень подготовки обучающихся в соответствии с государственными программами по предмету «Физическая культура» в контексте ФГОС, соблюдает права и свободу обучающихся, предусмотренных законом Российской Федерации «Об образовании», Конвенцией о правах ребенка, обладает умениями, необходимыми для самоанализа, развития своих творческих способностей, систематически повышает свою профессиональную квалификацию. Педагог должен уметь строить взаимоотношения с коллегами, находить, принимать и реализовывать управленческие решения в своей профессиональной деятельности.

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе

Контроль осуществляется в форме экзамена и выпускной аттестационной работы. В ходе обучения слушатели сдают 1 экзамен по учебной дисциплине «Методика преподавания физической культуры», сдают 2 зачета по учебным дисциплинам «Актуальные проблемы образования.», «Основы физического воспитания.» и защищают выпускную работу, написанную под руководством сотрудников кафедры.

Процедуры оценки слушателей должны:

- разрабатываться с целью оценки степени достижения желаемых результатов обучения,
- соответствовать своим целям исходя из вида контроля (текущего или итогового),
- сопровождаться четкими критериями оценки,
- осуществляться лицами, понимающими роль оценки в процессе овладения слушателями знаниями и умениями изучаемой учебной дисциплины,
- при проведении итогового контроля не основываться на мнение одного экзаменатора.

Критерии оценки результатов обучения. Ведущей формой текущего контроля является устный опрос. Успеваемость определяется по степени усвоения знаний с возможностью их практической реализации.

Результатом обучения является итоговая работа, выполненная в форме методической разработки занятия физической культурой, которая характеризует умение слушателей интегрировать знания, анализировать данные, представлять свои выводы, аргументированно их обосновывая, что определяет степень сформированности профессиональных компетенций образовательной деятельности.

Рабочие программы модулей

(сокращенный вариант)

«Актуальные проблемы образования»

Раздел 1. Педагогика физической культуры /Ведущие понятия. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» /

1.1. Ведущие понятия и термины.

Ведущие понятия педагогики физической культуры: «физическая культура», «физическое образование», «физическое развитие», «физическое воспитание», «спорт». Материальные и духовные ценности физической культуры и их реализация. Образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи физической культуры и их взаимосвязь. Направленность и уровень физического образования. Биологические, климатические и социальные факторы, оказывающие влияние на физическое развитие. Физическая подготовка и физическая подготовленность. Двигательная подготовка и двигательная подготовленность. Определение уровня двигательной подготовленности. Воспитание личностных качеств в процессе занятий физическими упражнениями. Составная часть физической культуры – спорт. Детский спорт, юношеский спорт, школьный спорт. Профессиональный и любительский спорт. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Физическая рекреация и физическая реабилитация.

1.2. Основные направления педагогической системы физической культуры.

Основные направления педагогической системы физической культуры: общее физическое совершенствование, физическое совершенствование с профессиональной направленностью, физическое совершенствование со спортивной направленностью.

Общее физическое совершенствование. Направленность и содержание педагогического процесса и его реализация.

Физическое совершенствование с профессиональной направленностью. Направленность и содержание педагогического процесса и его реализация.

Физическое совершенствование со спортивной направленностью (спортивная подготовка). Направленность и содержание педагогического процесса и его реализация. Спортивная тренировка и спортивная подготовка.

1.3. Предметы изучения и преподавания педагогики физической культуры. Источники и этапы ее развития.

Предмет изучения – объект и субъект исследования – в педагогической системе физической культуры. Фундаментальные (общие) и частные закономерности физического совершенствования. Методики физического совершенствования, их группировки по ведущим признакам.

Источники развития педагогики физической культуры: практика общественной жизни, прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности философов, ученых, педагогов, врачей разных стран и разных эпох, результаты исследований в области физического развития и физического образования человека и в смежных областях знаний, государственные нормативные документы.

Этапы развития педагогики физической культуры: этап эмпирических знаний, этап создания первых методик обучения физическим упражнениям и развития физических способностей, этап интенсивного накопления теоретических знаний о влиянии физических упражнений и методике их применения, этап создания «теории и методик физического воспитания», этап формирования педагогики физической культуры.

Раздел 2. Психология физического воспитания и спорта.

2.1. Возрастная психология.

Предмет и история психологии развития человека. Категория развития. Теории психического развития. Концепция усвоения общественного опыта. Образование и развитие. Предпосылки, условия и движущие силы развития. Периодизация психического развития. Категория возраста. Развитие как процесс и деятельность. Социальная ситуация развития, ведущий вид деятельности, основные новообразования.

Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного и школьного возраста. Игра. Сознание и самосознание дошкольника. Кризис детства. Психологическая готовность к школе. Отрочество. Учебная деятельность. Теоретическое мышление. Развитие личности. Кризис отрочества. Подросток и взрослые. Самосознание подростков. Потребность в самоутверждении. Юность. Осознание себя как личности. Мировоззрение. Самоопределение. Кризис юности. Определение смысла жизни. Молодость. Авторство собственного образа жизни. Кризис молодости. Стадия зрелости. Кризис зрелости. Зрелость. Кризис зрелости. Старость.

2.2. Социальная психология и коррекционная педагогика.

Предмет социальной психологии. Основные понятия и закономерности социальной психологии. Основные понятия психологии воспитания. Психологические механизмы формирования личности.

Личность и группа. Теория лидерства. Комфортность в малых группах.

Понятие коллектива в советской социальной психологии. Признаки коллектива и условия его формирования. Уровни развития коллектива. Коллективизм и комфортность.

Личность и общество. Отношения, установки, ценностные ориентации, нормы личности. Концепция диспозиционной регуляции социального поведения. Понятие и черты зрелой личности. Социально-психологические типы личности.

Статус и роли личности. Ролевые конфликты.

Коррекционная (специальная) педагогика: цели, задачи, принципы, категории, основные научные теории. Норма и отклонения в физическом, психическом, моторном, интеллектуальном развитии человека. Первичный и вторичный дефекты. Комбинированные нарушения. Их причины, единство биологических и социальных факторов. Категории и классификации нарушений, отклонения в развитии человека.

Аксиологическая концепция, гуманизм как философская и нравственно-этическая основа теории и практики коррекционной педагогики.

Система социальных институтов для оказания детям, подросткам, молодежи консультативно-диагностической, коррекционно-педагогической, психологической, реабилитационной и другой специализированной помощи.

2.3. Принципы обучения физическим упражнениям.

Основные понятия психологии обучения. Концепция обучения и их психологические основания. Учебная деятельность. Мотивы учения. Основные методологические принципы.

Принцип воспитывающего обучения. Основные концепции обучения и воспитания в России. Развивающее обучение.

Связь развивающего обучения с формированием знаний, умений, навыков. Принцип сознательного усвоения двигательных умений и навыков. Активность и самостоятельность в обучении.

Принцип наглядности в обучении. Непосредственная (прямая) наглядность, опосредованная (косвенная) и умозрительная (образная) наглядность.

Принцип доступности и индивидуализации.

Принцип систематичности и последовательности в обучении.

Прочность в обучении.
Оптимизация процесса обучения.
Психология педагогического воздействия. Приемы и техника управления учащимися на уроке.

Раздел 3. Основы медицинских знаний.

3.1. Основы валеологических знаний.

Введение в валеологию. Критерии здоровья и здорового образа жизни. Компоненты программы здорового образа жизни. Актуальные проблемы школьной валеологии: коррекция готовности ребенка к школьному обучению, обеспечение успешной адаптации в школе, оптимизация функциональных состояний, первичная профилактика заболеваемости, психогигиена учебного процесса, профилактика вредных привычек, валеологическое просвещение.

3.2. Возрастная анатомия, физиология, гигиена.

Общие закономерности роста и развития организма. Основные этапы индивидуального развития человека. Состояние здоровья детей и подростков. Физиологические основы физической культуры и спорта. Адаптация и функциональные резервы организма. Механизмы формирования и совершенствования двигательных навыков. Механизмы развития и совершенствования физических (двигательных) качеств. Спортивная работоспособность и ее изменения. Физиологические основы утомления. Физиологические основы восстановительных процессов. Физиологические основы тренировки детей и подростков.

3.3. Основы биомеханики.

Биомеханические характеристики тела человека и его движений.

Динамические характеристики двигательных действий.

Решение задач биомеханики двигательных действий (отталкивание, бег, прыжки).
Дидактическое моделирование двигательных действий.

3.3. Основы ЛФК и врачебный контроль.

Понятие о ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Основные средства в ЛФК: физические упражнения, природные факторы (солнце, воздух, вода), лечебный массаж, двигательный режим. Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК. Способы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК. Основные задачи врачебно-педагогического контроля. Внешние признаки утомления. Распределение детей на группы здоровья и физкультурные группы. Примерные показания для назначения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья у детей и подростков. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний. Самоконтроль.

«Основы физического воспитания»

Раздел 1. Охрана труда и техника безопасности на занятиях по физической культуре.

1.1. Основные законодательные акты и нормативные документы по охране труда в ОУ. Правовой статус учителя в соответствии с Конституцией РФ, Законом РФ «Об образовании», Трудовым кодексом РФ и др. нормативно-правовыми актами в сфере образования. Санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к организации труда в общеобразовательных учреждениях.

1.2. Обеспечение охраны труда при проведении занятий по ФК.

Причины травматизма при занятиях физической культурой и спортом. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой и спортом. Примерные перечни спортивных сооружений, учебного оборудования и инвентаря. Правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту: общие положения, требования к спортивному инвентарю и оборудованию, оказание первой медицинской помощи. Технические и эксплуатационные особенности спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, используемого в общеобразовательных учреждениях.

Раздел 2. Формирование навыков двигательных действий и знаний в процессе физического совершенствования.

2.1. Обучение как процесс формирования двигательного умения.

Понятия и термины. Значение и типичные способы активизации учебно-познавательной деятельности учащихся на уроке физической культуры. Особенности обучения двигательным действиям. Значение двигательных навыков. Значение структуры обучения. Этап ознакомления с двигательным действием. Этап начального разучивания двигательного действия. Этап закрепления приобретенного элементарного умения – этап формирования двигательного навыка. Этап обучения применению навыков в различных условиях – этап формирования умения-мастерства (умения высшего порядка). Эффект взаимодействия навыков: положительный перенос, отрицательный перенос, перекрестный перенос.

2.2. Формирование знаний в процессе физического совершенствования.

Знания как компонент физического образования: функции, значение и содержание знаний. Источники и характер усваиваемых знаний. Система знаний и ее признаки. Уровни усвоения и качества знаний. Требования к методике формирования знаний.

Раздел 3. Развитие физических способностей (двигательных качеств).

Понятие о физических способностях, основные формы их проявления. Основные закономерности развития физических способностей. Педагогические принципы развития физических способностей. Методы развития физических способностей: метод как способ регулирования нагрузки, характеристики методов.

Особенности методики развития физических способностей: силовые способности и методика их развития, скоростные способности и методика их развития, координационные способности и методика их развития, выносливость и методика их развития, гибкость и методика их развития.

Раздел 4. Формирование личности в процессе физического совершенствования.

Принципы общей организации воспитательного процесса: общественно-ценная целевая направленность; связь содержания и организации воспитательного процесса с жизнью, трудом, системой общественных отношений, единство требований к воспитуемому. Принцип комплексного подхода к формированию личности. Принцип воспитания в коллективе. Принцип уважения к личности в сочетании с требовательностью. Принцип оказания воспитательных воздействий с опорой на положительное. Принцип дифференцированного подхода к учащимся. Реализация принципов воспитания в процессе занятий физическими упражнениями.

Потенциальные возможности занятий физической культурой в решении задач умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

«Методика преподавания физической культуры»

Раздел 1. Планирование, организация и педагогический контроль процесса физического воспитания в контексте ФГОС.

1.1. Образовательный стандарт в области «Физическая культура».

Государственный стандарт образования, его функция и назначение. Компоненты государственного стандарта общего образования: федеральный компонент, региональный (национально-региональный) компонент, компонент образовательного учреждения. Образовательная область «Физическая культура». Характеристика образовательных программ по физической культуре и выбор действующих программ, исходя из специфики образовательного учреждения.

1.2. Планирование процесса физического воспитания детей.

Обязательные документы планирования: годовой план-график распределения программного материала по урокам годичного цикла, четвертной план, конспект (план-конспект) урока. Основные требования к разработке и оформлению документов планирования. Планирование работы на уроках физической культуры. Планирование внеурочной работы по физическому воспитанию детей.

1.3. Организация занятий физической культурой.

Формы организации занятий физического воспитания. Урок физической культуры – основная форма физического воспитания (характерные черты и современные требования к уроку физической культуры, содержание урока, структура, функции, задачи и типичное содержание частей урока, проведение урока). Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня (гимнастика до учебных занятий, физкультминутки, физические упражнения и подвижные игры на удлиненных переменах, ежедневные занятия в группах продленного дня). Внеклассная работа (кружки физической культуры, спортивные секции, группы общей физической подготовки, факультативные и консультативные занятия). Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (дни здоровья и спорта, Спартакиады, физкультурные праздники, туристические слеты). Организация в ОУ работы по внедрению Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Руководство физическим воспитанием учащихся. Организация самообразования.

1.4. Педагогический контроль за учебным процессом.

Педагогический анализ занятий, его разновидности и особенности: общие сведения, материально-технические условия, подготовленность педагога и учащихся к уроку; тип, задачи и построение урока; содержание урока; методы обучения и воспитания; поведение учителя; поведение учащихся; результаты урока.

1.5. Оценка и учет успеваемости по предмету «физическая культура».

Критерии оценки деятельности занимающихся: степень усвоения и практическая реализация знаний, качество выполнения двигательных действий, выполнение нормативов. Итоговая аттестация учащихся.

Раздел 2. Организация и проведение занятий по разделу «гимнастика / единоборство».

Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина, ее задачи и методические особенности. Основные средства гимнастики и основы обучения: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения и их классификация, прикладные упражнения, опорные

прыжки, упражнения на брусьях, упражнения на перекладине, упражнения на гимнастическом бревне, акробатические упражнения, упражнения художественной и ритмической гимнастики.

Место спортивной борьбы в системе физического воспитания. Основные средства единоборств и основы обучения. Подвижные игры с элементами единоборств.

Планирование занятий по гимнастике / с элементами единоборств.

Раздел 3. Организация и проведение занятий по разделу «легкая атлетика / лыжная подготовка».

Легкая атлетика как спортивно-педагогическая дисциплина, ее задачи и методические особенности. Основные средства легкой атлетики и основы обучения: *спортивная ходьба*, бег на средние и длинные дистанции, кроссовый бег, бег на короткие дистанции, эстафетный бег, *барьерный бег*, бег с препятствиями, прыжки в высоту с разбега, прыжки в длину с разбега, метание малого мяча, гранаты, *копья, диска, молота, толкание ядра*.

Лыжная подготовка как спортивно-педагогическая дисциплина, ее задачи и методические особенности. Основные средства лыжной подготовки и основы обучения: строевые упражнения с лыжами и на лыжах, передвижение на лыжах: попеременным ходом (двухшажный, четырехшажный), одновременным ходом (бесшажный, одношажный, двухшажный), коньковым ходом, способы переходов с хода на ход, способы преодоления подъемов на лыжах, основы техники спусков и поворотов в движении, стойки спусков, преодоление неровностей на склоне, способы торможений, повороты в движении, преодоление препятствий на лыжах.

Планирование занятий по легкой атлетике / лыжной подготовке.

Раздел 4. Организация и проведение занятий по разделу «спортивные / подвижные игры».

Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта, их характеристика и специфические признаки. Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр (игровая деятельность, соревновательная деятельность, прием игры, техника игры, тактика игры). Классификация и основные понятия техники игры. Техника нападения и техника защиты. Тактика игры, основные понятия, функции игроков.

Основные средства спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол) и основы обучения.

Основные средства спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол) и основы обучения.

Подвижные игры в педагогической практике. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей. Игра как средство и метод физического воспитания детей. Организация и методика проведения подвижных игр. Требования к местам проведения занятий и правила безопасности на занятиях по подвижным играм.

Планирование занятий по спортивным играм / подвижным играм.

Раздел 5. Организация и проведение занятий по адаптивной физической культуре.

5.1. Понятие о АФК и реабилитации.

Отличительная особенность АФК. Цель реабилитации. Разновидности реабилитации: медицинская, трудовая (профессиональная), психологическая, социально-экономическая, физическая. Этапы реабилитации.

Механизмы реабилитационного действия физических упражнений при: нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии; заболеваниях сердечно-сосудистой системы; органов

дыхания; желудочно-кишечного тракта и органов мочевого выделения; органов зрения; заболеваниях и повреждениях нервной системы.

Показания и противопоказания к назначению АФК с учетом специфики заболевания. Требования к местам проведения занятий и правила безопасности на занятиях АФК с учетом специфики заболевания. Средства АФК с учетом специфики заболевания.

5.2. Организация занятия адаптивной физической культурой и способы управления занимающимися.

Планирование работы на занятиях адаптивной физической культурой: общие требования к уроку, основные задачи урока, содержание упражнений подготовительной, основной, и заключительной частей урока.

Организация и содержание занятий в режиме дня общеобразовательного учреждения. Особенности занятий с детьми различных возрастных групп с учетом специфики заболевания.

5.3. Методика преподавания физической культуры в специальных медицинских группах.

Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ. Комплектование групп. Показания и противопоказания к назначению СМГ с учетом специфики заболевания.

Планирование работы с учащимися СМГ. Организация и содержание занятий в режиме дня общеобразовательного учреждения.

Текущий контроль

Ведущей формой текущего контроля является устный опрос. Успеваемость определяется по степени усвоения знаний с возможностью их практической реализации.

Применяемые педагогические технологии обучения – технология группового обучения, игровые технологии, технологии проблемного обучения, здоровьесберегающие технологии.