

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 25.09.2024 19:55:43

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac7da143f415362ffaf0ee37e73fa19

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Курский государственный университет»

**Колледж коммерции, технологий и сервиса**

*Методические рекомендации к практическим занятиям*

**ПО**

**ПМ.03 Преподавание физической культуры по основным  
общеобразовательным программам,**

**МДК 01.01 Методика обучения предмету "Физическая культура"**

Специальность

**49.02.01 Физическая культура**

(базовая подготовка)



Разработчик: Анпилогов И.Е.  
к.п.н., доцент, доцент кафедры  
медико-биологических дисциплин,  
оздоровительной и адаптивной  
физической культуры

ФГБОУ ВО «Курский государственный университет»

## Пояснительная записка

Программа модуля «Методика обучения предмету «Физическая культура» предназначена для изучения особенностей преподавания предмета «Физическая культура» в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Содержание программы «Методика обучения предмету «Физическая культура» направлено на достижение следующих **целей:**

- • анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;
- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся;
- наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения учебной документации.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:**

ОК 1 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 2 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 4 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 5 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста

ОК 6 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ОК 9 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках  
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура».

ПК 3.4. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста.

ПК. 3.5. Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры

## Литература:

### Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455838> (дата обращения: 22.10.2020).

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453951> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453953> (дата обращения: 23.10.2020).

4. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453962> (дата обращения: 23.10.2020).

### Дополнительные источники:

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования /

Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453874> (дата обращения: 23.10.2020).

2.     Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454138> (дата обращения: 23.10.2020).

3.     Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452949> (дата обращения: 23.10.2020).

## **Общие требования к практическим занятиям**

Практические занятия, являясь основной формой обучения, имеют ряд особенностей, отличающих их от всех других форм физической культуры:

1) содержание практических занятий включает в себя разучивание и совершенствование отдельных упражнений, приемов и действий; изучение основных способов и методов проведения физических качеств; формирование и совершенствование методических знаний, умений и навыков;

2) практические занятия проводятся в сетке расписания занятий и не могут быть отменены;

3) в процессе практических совершенствуются навыки, но и развиваются физические, морально-волевые и психологические качества.

Контроль качества подготовки студентов к практическим занятиям осуществляется с использованием различных форм диалогового метода:

- в форме прямого контакта преподавателя с одним студентом: вопрос преподавателя – ответ студента;

- в форме дискуссии с группой: вопрос преподавателя – выяснение позиции нескольких студентов по данному вопросу;

- в форме обратной связи: вопрос студента – ответ преподавателя или предложение преподавателя обсудить данный вопрос в группе, но с обязательным заключением преподавателя, содержащим правильный ответ на заданный вопрос.

Такое разнообразие возможностей диалогового контакта, позволяет осуществлять контроль качества знаний студентов в скрытой форме. Не акцентируя внимание группы на его проверочной функции, и в то же время предоставляет преподавателю максимум необходимых данных о результатах обучения студентов.

Преподаватель проводит опрос студентов и при подведении итогов практического занятия, даёт оценку наиболее активным студентам. Наряду с положительной оценкой работы активных студентов, преподаватель отмеча-

ет пассивных студентов, предоставляя им возможность лучше подготовиться к следующему занятию.

## **Рекомендации по организации практических занятий**

Практические занятия по дисциплине модуля могут проходить в двух формах: в виде групповой дискуссии по наиболее актуальным проблемам методики преподавания физической культуры, изучение которых составляет основную задачу дисциплины, или в виде практических занятий в спортивном зале или на стадионе с целью получения практических навыков преподавания дисциплины физическая культура.

Структура организации практических занятий в аудитории включает следующие элементы:

- обсуждение домашнего задания, которое выполняется самостоятельно до проведения практического занятия и направлено на повторение лекционного материала, изучение обязательных и дополнительных источников;
- групповое обсуждение вынесенных на практическое занятие вопросов
- диалоговый контакт преподавателя и студента, направленный на оценку знаний студента и восполнение пробелов в понимании материала;
- консультации и помощь преподавателя в подготовке к практическому занятию, разъяснение затруднений, испытываемых студентами в работе с основными и дополнительными источниками.

Структура организации практических занятий студентов в спортивном зале или на стадионе включает следующие элементы:

### **1. Подготовительная часть практического занятия**

Задачами подготовительной части (10–25 мин.) являются:

- 1) организация занимающихся;
- 2) подготовка организма обучаемых к работе в основной части занятия.

Основные средства для решения первой задачи: построение, проверка по списку, краткое объяснение содержания и задач занятия, упражнения на внимание.

Основные средства для решения второй задачи:

Ввиду достаточной объемности и важности второй задачи, целесообразно разделить ее решение на три последовательных этапа:

- 1) "разогревание" организма обучаемых;
- 2) развитие гибкости (подвижности суставов, повышение эластичности мышц и связок);
- 3) подготовка опорно-двигательного аппарата к нагрузкам основной части занятия.

## **2. Основная часть практического занятия**

Задачами основной части являются:

- 1) развитие физических качеств;
- 2) освоение и совершенствование двигательных и профессионально-прикладных навыков;
- 3) формирование методических и теоретических знаний, умений, навыков;
- 4) воспитание обучаемых, развитие у них волевых качеств, уверенности в своих силах, способности к коллективному взаимодействию.

## **3. Заключительная часть практического занятия**

Задачами заключительной части занятия являются:

- 1) приведение организма занимающихся в относительно спокойное состояние;
- 2) подведение итогов занятия.

Первая задача решается следующими средствами: медленный бег и ходьба, упражнения в глубоком дыхании и на расслабление мышц. Это необходимо в связи с тем, что в результате тренировки в беге, проводимой, как правило, в конце основной части занятия, физическая нагрузка значительно повышается.

Плавное ее снижение – основная задача заключительной части.



В зависимости от величины тренировочной нагрузки основной части занятия обучаемые выполняют медленный бег, ходьбу до 3 мин. в составе группы на дистанцию до 200 – 400 м.

Для решения второй задачи заключительной части занятия по окончании бега и ходьбы руководитель выстраивает группу в одну или две шеренги и делает краткий разбор занятия, дает указания по организации самостоятельной работы. В частности, он отмечает:

- в каком объеме выполнены поставленные перед занятием задачи;
- кто из обучаемых наиболее отличился;
- какие оценки получены на занятии (результаты выполнения упражнений);
- общие недостатки и называет фамилии наименее подготовленных обучаемых;
- дает задание для самостоятельной работы;
- отвечает на вопросы обучаемых.

Управление группой и поддержание дисциплины на практических занятиях – основа предупреждения травматизма. Основное средство – требовательность преподавателя к правильности и своевременности исполнения распоряжений. Необходимо требовать от занимающихся точного выполнения учебных заданий, например, если дано задание пробежать отрезок дистанции с определенной скоростью, то обучающиеся должны бежать именно столько метров и именно так, как распорядился руководитель.

### **Практические занятия на тему: «Нормативно – методическое обеспечение процесса физического воспитания в системе общего образования»**

#### **Цели и задачи:**

- Изучение и анализ содержания и требований ФГОС по физической культуре.
- Изучение особенностей программ по физической культуре в общеобразовательных школах

- Изучение особенностей планирования процесса физического воспитания в школе

- Изучение локальных документов регламентирующих процесс физического воспитания в школе

### **Литература:**

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455838> (дата обращения: 22.10.2020).

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453951> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453953> (дата обращения: 23.10.2020).

4. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453962> (дата обращения: 23.10.2020).

### **Дополнительные источники:**

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453874> (дата обращения: 23.10.2020).

2. Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454138> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452949> (дата обращения: 23.10.2020).

### **План:**

1. Особенности содержания урока по физической культуре в соответствии с ФГОС.
2. Уровни образования и содержание урока по физической культуре
3. Характеристика программ по физической культуре для дошкольного образования
4. Характеристика программ по физической культуре для начального школьного образования
5. Характеристика программ по физической культуре для среднего, среднего (общего) школьного образования.
6. Характеристика нормативно-правовых документов регламентирующих процесс физического воспитания в школе федерального, регионального и локального уровней.

## **Практические занятия на тему: «Методика проведения уроков физической культуры по лёгкой атлетике»**

### **Цели и задачи:**

- Изучить особенности подготовки и проведения занятий по легкой атлетике в рамках урока по физической культуре.
- Сформировать навыки составления документов планирования урока физической культуры по легкой атлетике
- Сформировать навыки проведения уроков физической культуры по легкой атлетике

### **Литература:**

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455838> (дата обращения: 22.10.2020).

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453951> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453953> (дата обращения: 23.10.2020).

4. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва :

Издательство Юрайт, 2020. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453962> (дата обращения: 23.10.2020).

**Дополнительные источники:**

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453874> (дата обращения: 23.10.2020).

2. Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454138> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452949> (дата обращения: 23.10.2020).

**План:**

1. Особенности школьной программы по физической культуре по легкой атлетике. Характеристика распределения учебного материала по легкой атлетике по четвертям учебного года.

2. Правила планирования обучения легкоатлетическим упражнениям. Составление комплексов обще-подготовительных и специально-подготовительных упражнений.
3. Особенности развития физических качеств на уроках по физической культуре по легкой атлетике. Составление комплексов направленного развития основных физических качеств средствами легкой атлетки.
4. Проведение уроков по легкой атлетике согласно календарно-тематического плана общеобразовательной школы.

## Практические занятия на тему: «Методика проведения уроков физической культуры по лыжной подготовке»

### Цели и задачи:

- Изучить особенности подготовки и проведения занятий по лыжной подготовке.
- Сформировать навыки составления документов планирования урока физической культуры по лыжной подготовке.
- Сформировать навыки проведения уроков физической культуры по лыжной подготовке.

### Основные источники:

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455838> (дата обращения: 22.10.2020).

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453951> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453953> (дата обращения: 23.10.2020).

4. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453962> (дата обращения: 23.10.2020).

#### **Дополнительные источники:**

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453874> (дата обращения: 23.10.2020).

2. Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454138> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452949> (дата обращения: 23.10.2020).



### **План:**

1. Особенности школьной программы по физической культуре по лыжной подготовке.
2. Правила планирования обучения технике лыжных ходов, спусков и подъемов на лыжах. Составление комплексов обще-подготовительных и специально-подготовительных упражнений.
3. Особенности развития физических качеств на уроках по физической культуре по лыжной подготовке. Составление комплексов направленного развития основных физических качеств средствами лыжного спорта.
4. Проведение уроков по легкой атлетике согласно календарно-тематического плана общеобразовательной школы.

## **Семинарские занятия на тему: «Методика проведения уроков физической культуры по спортивным играм»**

### **Цели и задачи:**

- Изучить особенности подготовки и проведения занятий по спортивным играм.
- Сформировать навыки составления документов планирования урока физической культуры по спортивным играм.
- Сформировать навыки проведения уроков физической культуры по спортивным играм.

### **Основные источники:**

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455838> (дата обращения: 22.10.2020).

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453951> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05757-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453953> (дата обращения: 23.10.2020).

4. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453962> (дата обращения: 23.10.2020).

#### **Дополнительные источники:**

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453874> (дата обращения: 23.10.2020).

2. Готовцев, Е. В. Методика обучения предмету «физическая культура». Школьный спорт. Лапта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05993-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454138> (дата обращения: 23.10.2020).

3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452949> (дата обращения: 23.10.2020).

#### **План:**

1. Особенности школьной программы по физической культуре по спортивным играм. Характеристика распределения учебного ма-

териала по спортивным играм по четвертям учебного года.

2. Правила планирования обучения технике игровых движений в баскетболе, волейболе, футболе. Составление комплексов общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений.
3. Особенности развития физических качеств на уроках по физической культуре по спортивным играм. Составление комплексов направленного развития основных физических качеств средствами спортивных игр.
4. Проведение уроков по спортивным играм согласно календарно-тематического плана общеобразовательной школы.

### **Практические занятия по теме: «Внеурочная работа в школе»**

**Цели и задачи:** изучение форм, функции и методов внеурочной работы по физической культуре в школе.

#### **План:**

1. Сущность, цель, задач и функции внеурочной работы в школе.
2. Классификация занятий неурочного типа.
3. Формы и методы внеурочной работы.
4. Требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий.
5. Организация деятельности коллектива физической культуры (спортивного клуба школы).
6. Заполнение схемы форм работы внеурочной работы в школе.

**Практические занятия по теме: «Методика внеурочных занятий в режиме учебного дня»**

**Цели и задачи:** изучение форм и методик внеурочных занятий по физической культуре в режиме учебного дня.

**План:**

1. Составление и оформление комплексов гимнастики до занятий для 1-4 классов.
2. Проведение физкультурных минуток и самоанализ.
3. Проведение подвижной перемены и самоанализ.
4. Составление плана спортивного часа.

**Практические занятия по теме: «Методика общешкольных физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий»**

**Цели и задачи:** изучение составления документов планирования и методик проведения общешкольных физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий.

**План:**

1. Анализ организации и проведения Дня здоровья. Оформление документации.
2. Составление плана подготовки спортивного праздника.
3. Составление положения о проведении «Весёлых стартов на основе анализа методических материалов.
4. Составление программы соревнований «Старты надежд» и её оформление.
5. Разработка олимпиады по предмету «Физическая культура».
6. Анализ документов «Президентских состязаний».

**Практические занятия по теме: «Методика организации внешкольных форм занятий с детьми школьного возраста»**

**Цели и задачи:** изучение составления документов планирования и методик организации внешкольных форм занятий с детьми школьного возраста.

**План:**

1. Наблюдение и анализ тренировочных занятий.
2. Анализ программ спортивных секций в ДЮСШ по различным видам спорта.
3. Составление документов планирования в ДЮСШ.
4. Составление календарного плана спортивно-массовых мероприятий для избранного вида спорта.
5. Анализ деятельности центра детско-юношеского туризма.
6. Анализ деятельности спортивных клубов по месту жительства.
7. Планирование физкультурно-оздоровительной работы в летних оздоровительных лагерях.
8. Разработка оздоровительных мероприятий в летних оздоровительных лагерях.