

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
ГБПОУ РД «Профессионально - педагогический колледж имени М.М.Меджидова»  
г.Избербаш

Утверждаю

Директор

 Адзиева С. М.-С.

« 30 » августа 2022 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.08.04 Подвижные игры

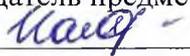
Код и наименование специальности 49.02.01 Физическая культура и спорт

входящей в состав УГС 49.00.00 Физическая культура и спорт  
код и наименование укрупненной группы специальностей

Квалификация выпускника: учитель физической культуры

Программа одобрена предметной (цикловой) комиссией психолого-педагогических дисциплин и физической культуры

Председатель предметной (цикловой) комиссии

 Галжикулиева Ф.Г.

ФИО

« 30 » 08 2022 г.

Избербаш 2022

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы   | Объем часов      |
|--|------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего)                                  | 480              |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)                       | 320              |
| в том числе:   |                  |
| теоретические занятия  | 62               |
| лабораторные работы  | -                |
| практические занятия   | 258              |
| курсовая работа (проект)   | не предусмотрено |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего)                            | 160              |
| в том числе:   |                  |
| внеаудиторная самостоятельная работа                                   | 160              |
| Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета (4,6,8семестры) |                  |

2.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.08.04. подвижные игры

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся   | Объем часов | Уровень освоения |
|---|---|-------------|------------------|
| 1   | 2   | 3           | 4                |
| ОП.08.04. подвижные игры с методикой тренировки                     |   |             |                  |
| Раздел 1. Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта |   |             |                  |
| Тема 1.1. Спортивные игры, их специфические признаки                | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2           | 2                |
|   | 1. <b>Характеристика спортивных игр</b><br>Спортивные игры как средство физического воспитания. Использование спортивных игр для формирования основ культуры здорового образа жизни. Общие задачи спортивных игр.                   |             |                  |
|   | <b>Практические занятия</b>   | 4           |                  |
|   | 1. Характеристика базовых спортивных игр.<br>2. Система подготовки, общие модельные характеристики в игровых видах спорта.  |             |                  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   | 2           |                  |
| 1. Анализ структуры базовых спортивных игр.                         |   |             |                  |
| Тема 1.2. Основные понятия и термины. Техника безопасности          | <b>Содержание учебного материала:</b>   | 2           | 2                |
|   | 1. <b>Основы теории обучения навыкам спортивной игры</b><br>Структура обучения навыкам игры и воспитание физических качеств. Характеристика обучения. Техничко-тактические действия в спортивных играх. Терминология подвижных игр. |             |                  |

|   |   |    |  |
|---|---|----|--|
|   | <b>Практические занятия</b>   | 10 |  |
|   | 1. Формирование специальных знаний в процессе обучения спортивным играм.  |    |  |
|   | 2. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при проведении занятий. Первая медицинская помощь.      |    |  |
|   | 3. Приемы страховки и само страховки на занятиях спортивными играми.  |    |  |
|   | 4. Применение страховки, страховочных приспособлений для улучшения техники упражнений и профилактики травматизма. |    |  |
|   | 5. Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря.                                  |    |  |
|   | 6. Осуществление подбора, хранения и мелкий ремонт оборудования и инвентаря.                                      | 8  |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |    |  |
|   | 1. Составление схемы «Технико-тактических действий в игровых видах спорта».                                       |    |  |
|   | 2. Характеристика требований, предъявляемых к терминологии.   |    |  |
|   | 3. Характеристика спортивного оборудования и инвентаря при проведении занятий по спортивным играм.                |    |  |
|   | 4. Описание общих принципов, средств и методов воспитания физических качеств в игровых видах спорта.              | 10 |  |
| Тема 1.3. Система соревнований в спортивных играх.                      | <b>Практические занятия</b>   |    |  |
|   | 1. Структура соревновательной деятельности в спортивных играх.  |    |  |
|   | 2. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности.   |    |  |
|   | 3. Управление соревновательной деятельностью игроков и команды. Основы судейства.                                 |    |  |
|   | 4. Общие принципы построения и проведения соревнований по игровым видам спорта.                                   |    |  |
|   | 5. Системы розыгрыша в проведении соревнований по спортивным играм.   | 4  |  |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                               |   |    |  |
| 1. Анализ построения и проведения соревнований по игровым видам спорта. |   |    |  |
|   | 2. Составление игровых таблиц (по заданию).   |    |  |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <b>Раздел 2. Базовые виды спортивных игр. Баскетбол.</b>   |   |   |   |
| <b>Тема 2.1.</b> Исторические аспекты возникновения баскетбола.                                    | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 | 2 |
|  | 1. <b>История и этапы развития баскетбола</b><br>История игры. Возникновение и развитие баскетбола. Современные представления об игре в баскетбол.  |   |   |
|  | <b>Практические занятия</b>   | 4 |   |
|  | 1. Анализ развития баскетбола в СССР, России.   |   |   |
|  | 2. Анализ развития баскетбола за рубежом.   |   |   |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   | 4 |   |
| 1. Подготовка доклада на тему развития баскетбола в определенный исторический период (по заданию). |   |   |   |
| 2. Составление схемы на тему «Предмет и задачи обучения игре в баскетбол».                         |   |   |   |
| 3. Составление мультимедийной презентации на тему «Спортивное оборудование для игры в баскетбол».  |   |   |   |
| <b>Тема 2.2.</b> Характеристика техники игры в баскетбол   | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 | 2 |
|  | 1. <b>Правила игры и методика судейства соревнований</b><br>Эволюция правил игры в баскетбол. Действующие правила игры. Основные способы проведения соревнований Упрощенные правила игры. Методика судейства. Терминология и жестикаляция. Особенности судейства. |   |   |
|  | <b>Практические занятия</b>   | 8 |   |
|  | 1. Средства и способы ведения игры.   |   |   |
|  | 2. Классификация техники игры.  |   |   |
|  | 3. Этапы обучения технике игры в баскетбол.   |   |   |
|  | 4. Практическое судейство учебной игры.   |   |   |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>  | 6 |   |
|  | 1. Эволюция правил игры и тенденции развития баскетбола.  |   |   |
|  | 2. Характеристика техники в одном из упражнений ( по заданию).  |   |   |
| 3. Составление схемы классификации техники игры.   |   |   |   |

|   |  |   |    |  |
|---|--|---|----|--|
| <b>Тема 2.3.</b> Техника профессионально-значимых двигательных действий в баскетболе и методика обучения этим действиям | <b>Практические занятия</b>  |   | 26 |  |
|   | 1.   | Методика обучения игровым приёмам нападения.                                    |    |  |
|   | 2.   | Стойки и основные способы передвижения нападающего. Техника, методика обучения. |    |  |
|   | 3.   | Ловля, броски мяча. Техника, методика обучения.                                 |    |  |
|   | 4.   | Передачи, ведение мяча. Техника, методика обучения.                             |    |  |
|   | 5.   | Остановки с ловлей, остановки после ведения мяча. Техника, методика обучения.   |    |  |
|   | 6.   | Финты и сочетание приемов. Техника, методика обучения.                          |    |  |
|   | 7.   | Методика обучения игровым приемам защиты.                                       |    |  |
|   | 8.   | Стойки и передвижения защитника. Техника, методика обучения.                    |    |  |
|   | 9.   | Приемы противодействия и овладения мячом. Техника, методика обучения.           |    |  |
|   | 10.  | Формирование взаимосвязи между навыками техники игры и физическими качествами.  |    |  |
|   | 11.  | Особенности воспитания физических качеств баскетболиста.                        |    |  |
|   | 12.  | Методика воспитания общих физических качеств баскетболиста.                     |    |  |
|   | 13.  | Методика воспитания специальных физических качеств баскетболиста.               |    |  |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |  | 14  |    |  |
| 1.  | Составление блока упражнений для обучения поворотам на месте и в движении.   |   |    |  |
| 2.  | Самостоятельная отработка техники игровых приемов нападения.   |   |    |  |
| 3.  | Самостоятельная отработка техники игровых приемов защиты.  |   |    |  |
| 4.  | Классификация техники нападения в баскетболе и рациональная последовательность изучения игровых приемов нападения. |   |    |  |
| 5.  | Классификация техники защиты в баскетболе и рациональная последовательность изучения защитных игровых приемов.     |   |    |  |
| 6.  | Составление комплекса упражнений для воспитания общих двигательных качеств баскетболиста.                          |   |    |  |

|   |   |   |           |          |
|---|---|---|-----------|----------|
|   | 7.  | Составление комплекса упражнений для воспитания специальных двигательных качеств баскетболиста. |           |          |
| <b>Тема 2.4. Обучение тактике игры в баскетбол.</b> | <b>Практические занятия</b>                                     |   | <b>14</b> |          |
|   | 1.  | Технология обучения тактическим действиям.  |           |          |
|   | 2.  | Методика обучения индивидуальным тактическим действиям нападения в баскетболе.                  |           |          |
|   | 3.  | Методика обучения индивидуальным тактическим действиям защиты в баскетболе                      |           |          |
|   | 4.  | Групповые тактические действия нападения. Методика обучения                                     |           |          |
|   | 5.  | Командные тактические действия нападения. Методика обучения                                     |           |          |
|   | 6.  | Групповые тактические действия защиты. Методика обучения  |           |          |
|   | 7.  | Командные тактические действия защиты. Методика обучения  |           |          |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                       |   | <b>8</b>  |          |
|   | 1.  | Характеристика обучения индивидуальным тактическим действиям нападения игрока без мяча.         |           |          |
|   | 2.  | Характеристика обучения индивидуальным тактическим действиям нападения игрока с мячом.          |           |          |
|   | 3.  | Характеристика обучения нападению при взаимодействии двух игроков.                              |           |          |
|   | 4.  | Характеристика обучения нападению при взаимодействии трех игроков.                              |           |          |
|   | 5.  | Анализ ошибок при стремительном и позиционном нападении.  |           |          |
|   | 6.  | Разновидности специального нападения.   |           |          |
| 7.  | Анализ действий против нападающего без мяча и владеющего мячом. |   |           |          |
| 8.  | Анализ ошибок при взаимодействии двух и трех игроков защиты.    |   |           |          |
| <b>Тема 2.5. Формы занятий</b>                      | <b>Содержание учебного материала.</b>                           |   | <b>4</b>  | <b>2</b> |

|   |   |   |    |   |
|---|---|---|----|---|
| по баскетболу   | 1.  | <b>Характеристика основных форм занятий баскетболом</b><br>Урочные формы занятий по баскетболу и их характеристика. Внеурочные формы занятий по баскетболу и их характеристика. Стритбол. Техника безопасности при проведении урока по баскетболу.  |    |   |
|   | 2.  | <b>Урок как основная форма организации занятий</b><br>Понятие урока. Характерные особенности и задачи урока по баскетболу. Методика проведения урока по баскетболу. Плотность урока по баскетболу. Подвижные игры как средство обучения игровой деятельности. Меры предупреждения травматизма при занятиях баскетболом. |    | 2 |
|   | <b>Практические занятия</b>               |   | 10 |   |
|   | 1.  | Методика проведения уроков по баскетболу в начальных классах.   |    |   |
|   | 2.  | Методика проведения уроков по баскетболу в 5-9 классах.   |    |   |
|   | 3.  | Методика проведения уроков по баскетболу в старших классах.   |    |   |
|   | 4.  | Проведение уроков по баскетболу (по заданию).   |    |   |
|   | 5.  | Анализ проведения уроков по баскетболу (по заданию).  |    |   |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> |   | 5  |   |
|   | 1.  | Составление конспекта урока по баскетболу(по заданию).  |    |   |
|   | 2.  | Анализ конспекта и проведения урока по баскетболу ( по заданию).  |    |   |
|   | 4.  | Характеристика учебных и контрольных игр как средства обучения игре в баскетбол.  |    |   |
| <b>Раздел 3. Базовые виды спортивных игр. Волейбол.</b> |   |   |    |   |
| <b>3.1. Исторические аспек-</b>                         | <b>Содержание учебного материала</b>      | 2   | 2  |   |

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| ты возникновения волейбола   | 1.  | <b>История развития волейбола</b><br>История игры. Возникновение и развитие игры в волейбол. Современные представления об игре в волейбол. Эволюция правил игры в волейбол. Место волейбола в системе физического воспитания. |  |  |
|  | <b>Практические занятия</b>   |   |  |  |
|  | 1.  | Развитие волейбола в различные исторические периоды в СССР, России.   | 3  |  |
|  | 2.  | Развитие волейбола за рубежом в различные исторические периоды.   |  |  |
|  | 3.  | Знаменитые волейболисты СССР, России, г. Ярославля.   |  |  |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>   |   | 4  |  |
|  | 1.  | Подготовка доклада, презентации о знаменитых зарубежных волейболистах, волейболистах сборной СССР, России, г. Ярославля.  |  |  |
|  | 2.  | Характеристика волейбола как вида спорта и средства физического воспитания.   |  |  |
|  | 3.  | Анализ эволюции правил по волейболу.  |  |  |
|  |   | 4.  | Анализ последних выступлений сборных команд по волейболу на мировой арене. |  |
| <b>Тема 3.2.</b> Техника профессионально-значимых двигательных действий в волейболе и методика обучения этим действиям | <b>Практические занятия</b>   |   | 12   |  |
|  | 1.  | Классификация техники игры в нападении.   |  |  |
|  | 2.  | Классификация техники игры в защите.  |  |  |
|  | 3.  | Техника стоек и перемещений волейболиста. Методика обучения.  |  |  |
|  | 4.  | Техника передачи мяча двумя руками сверху. Методика обучения.   |  |  |
|  | 5.  | Техника подач при игре в волейбол. Методика обучения.   |  |  |
|  | 6.  | Техника атакующим ударам. Методика обучения.  |  |  |
|  | 7.  | Техника приема мяча снизу двумя руками. Методика обучения.  |  |  |
|  | 8.  | Техника приема мяча снизу и сверху с падением. Методика обучения.   |  |  |
|  | 9.  | Техника блокирования. Методика обучения.  |  |  |
| 10.  | Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность спортсменов. |   |  |  |

|  |  |   |    |   |
|--|--|---|----|---|
|  | 11.  | Устройства для отработки технических действий волейболиста.   |    |   |
|  | <b>Самостоятельная работа студентов</b>                            |   | 8  |   |
|  | 1.   | Составление блока упражнений для обучения подач при игре в волейбол (по заданию).   |    |   |
|  | 2.   | Составление схемы: «Классификация техники игры в волейбол в нападении».   |    |   |
|  | 3.   | Составление схемы: «Классификация техники игры в волейбол в защите».  |    |   |
|  | 4.   | Составление блока подготовительных и подводящих упражнений для обучения атакующему удару.   |    |   |
|  | 5.   | Самостоятельная отработка техники различных действий волейболиста.  |    |   |
|  | 6.   | Анализ характерных технических ошибок при выполнении элементов защиты.  |    |   |
|  | 7.   | Анализ характерных технических ошибок при выполнении элементов в нападении.   |    |   |
| Тема 3.3. Обучение тактическим действиям в игре в волейбол | <b>Содержание учебного материала</b>                               |   | 2  | 2 |
|  | 1.   | <b>Классификация тактики игры.</b> Индивидуальная, групповая, командная тактика игры в защите и нападении. Интеграция тактических приемов в игровую и соревновательную деятельность спортсменов. Устройства для отработки тактических действий. |    |   |
|  | <b>Практические занятия</b>  |   | 12 |   |
|  | 1.   | Индивидуальные тактические действия в нападении. Методика обучения.   |    |   |
|  | 2.   | Групповые тактические действия в нападении. Методика обучения.  |    |   |
|  | 3.   | Командные тактические действия в нападении. Методика обучения.  |    |   |
|  | 4.   | Индивидуальные тактические действия в защите. Методика обучения.  |    |   |
|  | 5.   | Групповые тактические действия в защите. Методика обучения.   |    |   |
| 6.   | Командные тактические действия в защите. Методика обучения.        |   |    |   |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b>                    |  | 5   |    |   |
| 1.   | Составление схемы «Классификация тактических действий в волейболе» |   |    |   |

|  |   |  |    |   |
|--|---|--|----|---|
|  | 2.  | Характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении.   |    |   |
|  | 3.  | Характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в защите.  |    |   |
| Тема 3.4. Формы и организация занимающихся в системе физической подготовки | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 4  | 2 |
|  | 1.  | <b>Организация занятий по волейболу</b><br>Волейбол как средство развития физических качеств. Волейбол как учебная дисциплина. Внеклассная работа по волейболу. Пляжный волейбол. Виды занятий по волейболу. Построение урока и методические требования к уроку. Подведение итогов урока. Выбор мест для проведения занятий. |    |   |
|  | 2.  | <b>Структура занятия по волейболу</b><br>Структурные компоненты занятий по волейболу. Особенности организации и проведения занятий по волейболу. Плотность урока.  |    | 2 |
|  | <b>Практические занятия</b>   |  | 20 |   |
|  | 1.  | Методика проведения уроков по волейболу в начальных классах.   |    |   |
|  | 2.  | Методика проведения уроков по волейболу в 5-9 классах.   |    |   |
|  | 3.  | Методика проведения уроков по волейболу в старших классах.   |    |   |
|  | 4.  | Методика проведения занятий со взрослым населением.  |    |   |
|  | 5.  | Методика воспитания двигательных качеств волейболистов.  |    |   |
|  | 6.  | Методика воспитания скоростных качеств и быстроты ответных действий.   |    |   |
|  | 7.  | Методика развития прыгучести у волейболистов.  |    |   |
|  | 8.  | Подвижные игры и эстафеты как средство воспитания общих и специальных двигательных качеств. Методика проведения.   |    |   |
|  | 9.  | Интеграция физических качеств в игровую и соревновательную деятельность.   |    |   |
| 10.  | Проведение уроков по волейболу (по заданию).                                  |  |    |   |
| 11.  | Анализ проведения урока по волейболу (по заданию).                            |  |    |   |
| 12.  | Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря. |  |    |   |

|   |   |  |           |          |
|---|---|--|-----------|----------|
|   | 13.                                     | Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при проведении занятий.   |           |          |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b> |  | <b>12</b> |          |
|   | 1.                                      | Характеристика игры в волейбол с различным контингентом занимающихся.  |           |          |
|   | 2.                                      | Подбор внеклассных мероприятий по популяризации игры в волейбол среди школьников.  |           |          |
|   | 3.                                      | Планирование и анализ занятий по волейболу.  |           |          |
|   | 4.                                      | Подбор подвижных игр и эстафет для воспитания физических качеств (по заданию).   |           |          |
|   | 5.                                      | Подготовка плана – конспекта по проведению урока по волейболу (по заданию).  |           |          |
|   | 6.                                      | Составление индивидуального плана тренировки по общей физической подготовке волейболистов.   |           |          |
|   | 7.                                      | Составление индивидуального плана тренировки по специальной физической подготовке волейболистов.   |           |          |
| <b>Тема 3.5. Организация и проведение соревнований по волейболу</b> | <b>Практические занятия</b>             |  | <b>4</b>  |          |
|   | 1.                                      | Организация соревнований по волейболу.   |           |          |
|   | 2.                                      | Основы судейства на соревнованиях по волейболу.  |           |          |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b> |  | <b>2</b>  |          |
|   | 1.                                      | Разработка положения о соревновании по волейболу.  |           |          |
|   | 2.                                      | Разработка календарного тренировочного и соревновательного планирования.   |           |          |
| <b>Раздел 4. Базовые виды спорта. Гандбол</b>                       |   |  |           |          |
| <b>Тема 4.1. История, этапы развития гандбола</b>                   | <b>Содержание учебного материала</b>    |  | <b>2</b>  | <b>2</b> |
|   | 1.                                      | <b>История возникновения и основные этапы развития гандбола</b><br>История игры. Возникновение и развитие игры в гандбол. Современные представления об игре в гандбол. Правила игры в гандбол. Место гандбола в системе физического воспитания. Терминология игры в гандбол. Развитие гандбола в России. |           |          |

|   |  |  |           |  |
|---|--|--|-----------|--|
|   | <b>Практические занятия</b>  |  | <b>2</b>  |  |
|   | 1.   | Анализ понятий игры в гандбол.                                     |           |  |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b>  |  | <b>4</b>  |  |
| 1.  | Подготовка доклада на тему «Исторические аспекты возникновения и развития гандбола». |  |           |  |
|   | 2.   | Анализ современных правил игры в гандбол.                          |           |  |
| <b>Тема 4.2.</b> Техника профессионально-значимых двигательных действий в гандболе и методика обучения этим действиям | <b>Практические занятия</b>  |  | <b>7</b>  |  |
|   | 1.   | Классификация техники игры.  |           |  |
|   | 2.   | Техника полевого игрока в нападении. Методика обучения.            |           |  |
|   | 3.   | Техника полевого игрока защиты. Методика обучения.                 |           |  |
|   | 4.   | Техника действий вратаря. Методика обучения.                       |           |  |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b>  |  | <b>6</b>  |  |
|   | 1.   | Составление схемы «Классификация техники гандбола».                |           |  |
|   | 2.   | Самостоятельная отработка техники движений гандболиста.            |           |  |
| 3.  | Подготовка к сдаче техники элементов полевого игрока защиты и в нападении.           |  |           |  |
| 4.  | Подготовка к сдаче техники действий вратаря.   |  |           |  |
| <b>Тема 4.3.</b> Обучение тактическим действиям и воспитание физических качеств гандболистов                          | <b>Практические занятия</b>  |  | <b>10</b> |  |
|   | 1.   | Классификация тактики игры.  |           |  |
|   | 2.   | Тактика полевого игрока в нападении. Методика обучения.            |           |  |
|   | 3.   | Тактика полевого игрока защиты. Методика обучения.                 |           |  |
|   | 4.   | Тактика действий вратаря. Методика обучения.                       |           |  |
|   | 5.   | Групповая и командная тактика игры в нападении. Методика обучения. |           |  |
|   | 6.   | Групповая и командная тактика игры защиты. Методика обучения.      |           |  |
|   | 7.   | Особенности и методика развития физических качеств гандболистов.   |           |  |

|  |  |   |           |          |
|--|--|---|-----------|----------|
|  | 8.                                       | Проведение части тренировочного занятия по развитию и совершенствованию физических качеств гандболистов.  |           |          |
|  | 9.                                       | Психологическая подготовка в гандболе.  |           |          |
|  | 10.                                      | Управление командой.  |           |          |
|  | <b>Самостоятельная работа студентов.</b> |   | <b>5</b>  |          |
|  | 1.                                       | Составление схемы «Классификация тактики гандбола».   |           |          |
|  | 2.                                       | Подготовка к сдаче техники групповых тактических действий.  |           |          |
|  | 3.                                       | Составление плана - конспекта части тренировочного занятия по развитию и совершенствованию физических качеств гандболистов.   |           |          |
|  | 4.                                       | Подготовка к проведению части тренировочного занятия по развитию и совершенствованию физических качеств гандболистов.   |           |          |
| <b>Тема 4.4.</b> Содержание, формы организации, методика проведения занятий и соревнований по гандболу | <b>Содержание учебного материала</b>     |   | <b>2</b>  | <b>2</b> |
|  | 1.                                       | <b>Гандбол как учебная дисциплина.</b> Внеклассная работа по гандболу. Виды занятий по гандболу. Построение урока и методические требования к уроку. Подведение итогов урока. Выбор мест для проведения занятий. Структура занятия по гандболу. Особенности организации и проведения занятий по гандболу. Плотность урока. Планирование и организация соревнований по гандболу. |           |          |
|  | <b>Практические занятия</b>              |   | <b>12</b> |          |
|  | 1.                                       | Методика проведения уроков по гандболу в школе.   |           |          |
|  | 2.                                       | Проведение урока по гандболу (по заданию)   |           |          |
|  | 3.                                       | Анализ проведения урока по гандболу.  |           |          |
|  | 4.                                       | Техника безопасности и предупреждение травматизма при организации игры в гандбол.   |           |          |
|  | 5.                                       | Использование эстафет и подвижных игр для совершенствования игры в гандбол. Методика обучения.  |           |          |
|  | 6.                                       | Основы судейства игры.  |           |          |
|  | 7.                                       | Основные требования к специалисту по гандболу.  |           |          |

|   |   |           |          |
|---|---|-----------|----------|
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b>   | <b>5</b>  |          |
|   | 1. Подготовка конспекта к проведению урока по гандболу (по заданию).  |           |          |
|   | 2. Подбор подвижных игр и эстафет для совершенствования игры в гандбол.   |           |          |
|   | 3. Планирование и анализ занятий по гандболу.   |           |          |
|   | 4. Разработка положения о соревновании по гандболу.   |           |          |
| <b>Раздел 5. Базовые виды спорта. Футбол</b>              |   |           |          |
| <b>Тема 5.1. История возникновения и развития футбола</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>2</b>  | <b>2</b> |
|   | 1. <b>История возникновения футбола</b><br>Возникновение, история зарождения и развития футбола. Развитие футбола в СССР, России. Структура управления футболом в России. Место футбола в системе физического воспитания. История проведения соревнований под эгидой FIFA и UEFA. Минифутбол. Футзал. Пляжный футбол. |           |          |
|   | <b>Практические занятия</b>   | <b>8</b>  |          |
|   | 1. Характеристика игровой деятельности футболистов.   |           |          |
|   | 2. Основные понятия игры в футбол.  |           |          |
|   | 3. Правила игры в футбол.   |           |          |
|   | 4. Правила игры по минифутболу, футзалу, пляжному футболу.  |           |          |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b>   | <b>8</b>  |          |
|   | 1. Подготовка мультимедийных презентаций (докладов) о выдающихся футболистах в различные исторические периоды ( на выбор студента).   |           |          |
|   | 2. Анализ основных понятий и характеристик игровой деятельности футболистов.  |           |          |
|   | 3. Разбор и анализ правил игры в футбол   |           |          |
|   | 4. Разбор и анализ правил игры по минифутболу, футзалу, пляжному футболу.   |           |          |
| <b>Тема 5.2. Техника профессионально-значимых</b>         | <b>Практические занятия</b>   | <b>20</b> |          |
|   | 1. Основные положения и классификация техники игры в футбол.  |           |          |

|  |   |  |           |  |
|--|---|--|-----------|--|
| двигательных действий в футболе и методика обучения этим действиям | 2.  | Техника ведения мяча. Методика обучения  |           |  |
|  | 3.  | Техника передвижения полевого игрока. Методика обучения.                                       |           |  |
|  | 4.  | Удары по мячу. Методика обучения   |           |  |
|  | 5.  | Остановки мяча. Методика обучения  |           |  |
|  | 6.  | Финты в футболе (обманные движения). Методика обучения   |           |  |
|  | 7.  | Отбор мяча. Методика обучения  |           |  |
|  | 8.  | Вбрасывание мяча. Методика обучения  |           |  |
|  | 9.  | Выполнение контрольных комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. |           |  |
|  | 10.   | Техника вратаря. Методика обучения   |           |  |
|  | <b>Самостоятельная работа студентов</b>   |  |           |  |
| 1.   | Составление таблицы «Классификация техники игры в футбол»   |  |           |  |
| 2.   | Совершенствование техники ведения мяча.   |  |           |  |
| 3.   | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча.  |  |           |  |
| 4.   | Совершенствование техники перемещений и владения мячом.   |  |           |  |
| 5.   | Анализ и характеристика техники полевого игрока.  |  |           |  |
| 6.   | Анализ и характеристика техники вратаря.  |  |           |  |
| 7.   | Составление подготовительных и подводящих упражнений для изучения элементов техники полевого игрока (по заданию). |  |           |  |
| <b>Тема 5.3.</b> Обучение тактическим действиям в футболе          | <b>Практические занятия</b>   |  | <b>22</b> |  |
|  | 1.  | Общие понятия и классификация тактики игры в футбол.   |           |  |
|  | 2.  | Характеристика функций игроков в зависимости от игрового амплуа.                               |           |  |
|  | 3.  | Индивидуальная тактика действий в нападении в футболе. Методика обучения                       |           |  |
|  | 4.  | Групповая тактика действий в нападении в футболе. Методика обучения.                           |           |  |
|  | 5.  | Командная тактика действий в нападении в футболе. Методика обучения                            |           |  |

|   |   |   |           |  |
|---|---|---|-----------|--|
|   | 6.                                      | Индивидуальная тактика защитных действий игры в футбол. Методика обучения.                  |           |  |
|   | 7.                                      | Групповая тактика защитных действий игры в футбол. Методика обучения                        |           |  |
|   | 8.                                      | Командная тактика обороны в футболе. Методика обучения.                                     |           |  |
|   | 9.                                      | Тактические действия вратаря. Методика обучения.  |           |  |
|   | 10.                                     | Психологическая подготовка в футболе.   |           |  |
|   | 11.                                     | Управление командой.  |           |  |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b> |   | <b>8</b>  |  |
|   | 1.                                      | Составление схемы «Классификация тактики игры в футбол».                                    |           |  |
|   | 2.                                      | Характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении.      |           |  |
|   | 3.                                      | Характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в обороне.        |           |  |
|   | 4.                                      | Анализ и характеристика тактических действий вратаря.                                       |           |  |
| <b>Тема 5.4.</b> Характеристика двигательных качеств футболистов и методика их развития | <b>Практические занятия</b>             |   | <b>10</b> |  |
|   | 1.                                      | Основные положения воспитания физических качеств футболистов.                               |           |  |
|   | 2.                                      | Характеристика силы и скоростно – силовых способностей и методика их развития.              |           |  |
|   | 3.                                      | Характеристика быстроты и скоростных способностей и методика их развития.                   |           |  |
|   | 4.                                      | Характеристика выносливости и методика её развития.   |           |  |
|   | 5.                                      | Характеристика координационных способностей и методика их развития.                         |           |  |
|   | 6.                                      | Характеристика гибкости и методика её развития.   |           |  |
|   | 7.                                      | Проведение части занятия по совершенствованию двигательных качеств футболистов (по выбору). |           |  |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b> |   | <b>8</b>  |  |

|   |   |   |          |          |
|---|---|---|----------|----------|
|   | 1.                                      | Подготовка к проведению части занятия по совершенствованию двигательных качеств футболистов (по выбору).  |          |          |
|   | 2.                                      | Составление плана - конспекта занятия по развитию и совершенствованию физических качеств футболистов.   |          |          |
|   | 3.                                      | Составление комплексов упражнений для развития и совершенствования общей физической подготовки футболистов.   |          |          |
|   | 4.                                      | Составление комплексов упражнений для развития и совершенствования специальной физической подготовки футболистов  |          |          |
|   | 5.                                      | Самостоятельная подготовка и совершенствование физических качеств.  |          |          |
| <b>Тема 5.5.</b> Особенности проведения занятий и соревнований по футболу с различным контингентом занимающихся | <b>Содержание учебного материала</b>    |   | <b>2</b> | <b>2</b> |
|   | 1.                                      | <b>Занятия футболом с дошкольниками, в школе, учреждениях общего и профессионального образования</b><br>Виды занятий футболом с дошкольниками. Характеристика средств и методика занятий с дошкольниками. Особенности занятий футболом с учащимися средних общеобразовательных учебных заведений. Внеклассные и внешкольные занятия по футболу. Выбор мест для проведения занятий. Особенности занятий футболом с учащимися средних специальных учебных учреждений. Планирование и организация соревнований по футболу. |          |          |
|   | <b>Практические занятия</b>             |   | <b>8</b> |          |
|   | 1.                                      | Проведение занятия с различным контингентом занимающихся (по выбору).   |          |          |
|   | 2.                                      | Техника безопасности, применение страховочных приспособлений и меры предупреждения травматизма при проведении занятий.  |          |          |
|   | 3.                                      | Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря.   |          |          |
|   | 4.                                      | Основы судейства на соревнованиях по футболу.   |          |          |
|   | 5.                                      | Организация соревнований по футболу.  |          |          |
|   | <b>Самостоятельная работа студентов</b> |   | <b>6</b> |          |
|   | 1.                                      | Подготовка к проведению занятия по футболу с различным контингентом занимающихся (по выбору).   |          |          |

|               |    |   |            |  |
|---------------|----|---|------------|--|
|               | 2. | Составление конспекта проведения занятия по футболу с различным контингентом занимающихся (по выбору).                |            |  |
|               | 2. | Анализ применения страховки, страховочных приспособлений для улучшения техники упражнений и профилактики травматизма. |            |  |
|               | 3. | Планирование соревновательной деятельности (по заданию).  |            |  |
| <b>ВСЕГО:</b> |    |   | <b>306</b> |  |

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС (М))

По специальности среднего профессионального образования (далее СПО)

**49.02.01 Физическая культура** (углубленной подготовки), входящий в состав укрупненной группы специальности **49.00.00 Физическая культура и спорта**

-Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2022/2023 учебного года

Разработчик:

Мамаев Магомед Ибрагимович преподаватель дисциплин профессионального цикла ГБПОУ РД «Профессионально – педагогический колледж имени М.М.Меджидова»

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ              | 4  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                 | 7  |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ   | 13 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 15 |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Методика физического воспитания», универсального спортивного зала, открытого стадиона.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты спортсменов и др.);
- технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки.

Оборудование спортивного зала и необходимый инвентарь: гимнастические снаряды - брусья параллельные, брусья разной высоты, бревно, перекладина, конь-махи, конь, козел, мост подкидной, кольца, гимнастические стенки и скамейки, маты, гантели, гимнастические палки, обручи, скакалки, набивные мячи, мячи, канат, фитболы, степ-платформы.

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Бурухин С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.Ф. Бурухин.- М.: Юрайт, 2018

2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст]: учебник / Р.Н. Терехина, Е.С. Крючек, Л.В. Люйк [и др.]; под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной.- М.: Издательский центр «Академия», 2014.- 288 с.

Дополнительные источники:

1. Палыга, В.Т. Гимнастика, М.: Просвещение, 1982 г.
2. Барыкан, А., Шлемин, А.М., Гимнастика, М.: "ФиС", 1979 г.
3. Бурухин С.Ф. Гимнастика в школе: учебное пособие. – 2-е изд., дополненное и переработанное. – Ярославль, изд. ЯГПУ, 2006. – 242 с.
4. Бурухин, С.Ф. Методика обучения общеразвивающим упражнениям в подготовительной части уроков гимнастики. Яр. технич. унив., 1997г.
5. Бурухин, С.Ф., Кожухова, В.К., Незнакомова, Е.Ю. Дифференцированный подход обучения основам гимнастических упражнений студентов ФФК педагогического ВУЗа, учебно-методические рекомендации. Ярославль, 1999 г.
6. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе, Учебник, М.: 2002, - 421 с.

Интернет-источники:

1. [www.lib.sportedu.ru](http://www.lib.sportedu.ru) – центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.
2. [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru) – Российский общеобразовательный портал.
3. [www.fismag.ru](http://www.fismag.ru) – журнал «Физкультура и спорт».
4. [redlib.ru](http://redlib.ru) – педагогическая библиотека.

Профессиональные журналы:

1. Физическая культура в школе [Текст]: научно-методический журнал. - М.: ООО «Школьная пресса» - Выходит 8 раз в год.

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий (в том числе, семинарских), а также выполнения обучающимися индивидуальных и групповых заданий.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)  | Формы и методы контроля и оценки<br>результатов обучения   |
|--|--|
| 1  | 2  |
| Умение планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- организация письменного и устного контроля;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul> |
| Умение выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>  |
| Умение использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций;</li> <li>- проведение терминологических диктантов</li> </ul> |
| Умение применять приемы страховки и само-страховки при выполнении физических упражнений  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме (рефлексия);</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных</li> </ul>                                  |

|   |  |
|---|--|
|   | <p>задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>   |
| Умение обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul> |
| Умение подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>   |
| Умение использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастикой) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач</li> </ul>  |
| Знание истории и этапов развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- оценка результатов практических занятий;</li> <li>- организация письменного и устного опросов</li> </ul>   |
| Знание терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- проведение терминологических диктантов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий;</li> <li>- организация письменного и устного опросов</li> </ul>                  |
| Знание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> </ul>  |

|   |  |
|---|--|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>  |
| Знание содержания, форм организации и методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике) в школе  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul> |
| Знание методики обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>  |
| Знание особенностей и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>            |
| Знание особенностей организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>   |
| Знание основ судейства по базовым видам спорта (гимнастике)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- организация письменного и устного контроля</li> </ul>                   |
| Знание разновидностей спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастикой), особенностей их эксплуатации | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, пре-</li> </ul>               |

|   |   |
|---|---|
|   | <p>зентаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>  |
| <p>Знание техники безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul> |