

Рабочая программа учебной дисциплины 2
«Теория и методика преподавания физической культуры»

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ (количество часов)	Содержание	Планируемые результаты обучения по программе (знать/уметь)
<p>Тема 2.1. Формирование умения организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность обучающихся</p>	<p>Практическое занятие (2 часа)</p>	<p>Двигательный опыт детей. Новые движениями. Навыки с основных движений. Пути применения. Игровые ситуации. Развитие двигательных качеств. Понятие переутомления. Профилактика и сохранения работоспособности.</p>	<p>Уметь: организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность обучающихся</p>
	<p>Самостоятельная работа (6 часов)</p>	<p>Профилактика и сохранения работоспособности.</p>	<p>Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура» Уметь: организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность обучающихся</p>
<p>Тема 2.2. Формирование у обучающихся навыка систематически вести наблюдение за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья, показателей развития основных физических качеств</p>	<p>Практическое занятие (2 часа)</p>	<p>Организация и проведения тестирования для проверки физического развития школьника. Показатель частоты сердечных сокращений. Мониторинг здоровья (рост, масса тела и др.). Характеристика развития физических качеств у обучающихся.</p>	<p>Уметь: организовать и провести тестирование для проверки физического развития обучающегося.</p>
	<p>Самостоятельная работа (8 часов)</p>	<p>Методы и средства развития физических качеств.</p>	<p>Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура» Уметь: организовать и провести тестирование для проверки физического развития обучающегося.</p>

Тема 2.3. Обогащение двигательного опыта обучающихся при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»	Практическое занятие (4 часа)	Внедрение всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях. Курской области.	Уметь: подготовить обучающихся к выполнению нормативов ГТО.
	Самостоятельная работа (8 часов)	«Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».	Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура». Уметь: подготовить обучающихся к выполнению нормативов ГТО
Тема 2.4. Формирование у школьников умений владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой, соревновательной и судейской деятельности	Практическое занятие (4 часа)	Судейство спортивное. Непосредственное руководство проведением спортивных соревнований. Особенности статуса спортивных судей.	Уметь: использовать знания в судейской практике
	Самостоятельная работа (6 часов)	Рассмотрение значения судейства и роли судьи в спорте. Индивидуальные особенности для занятий различными видами спорта.	Знать: основы судейства и проведения соревнований по различным видам спорта. Уметь: использовать знания в судейской практике
Тема 2.5 Формы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению (секции, кружки, спортивные клубы занятия ОФП и т.д.)	Практическое занятие (4 часа)	Организация внеурочной деятельности в рамках по физической культуре в рамках реализации ФГОС. Обязательным условием при проведении внеурочной работы является соблюдение Правил безопасности занятий по физической культуре. Внеклассная работа проводится во внеурочное время в виде занятий по легкой атлетике, туризму, в секциях, группах, командах.	Уметь: создавать информационную среду по спортивно-оздоровительному направлению (секции, кружки, спортивные клубы занятия ОФП и т.д.); методическую поддержку образовательного процесса по спортивно-оздоровительному направлению (секции, кружки, спортивные клубы занятия ОФП и т.д.)

	Самостоятельная работа (6 часов)	Рекомендации по созданию и организации школьных спортивных клубов в общеобразовательных учреждениях. Планы, положения и программы деятельности ШСК. Материально-технического развития ШСК. Структура школьных спортивных клубов.	
Тема 2.6. Формы организации и планирование образовательного процесса по физической культуре	Практическое занятие (4 часа)	Цели обучения физической культуры в соответствии с ФГОС. Знания о физической культуре. Базовые понятия физической культуры. Здоровьесберегающие и коммуникативные технологии в образовательном процессе. Различные формы работы с детьми с разной физической подготовленностью. Способы двигательной деятельности. Организация и проведения самостоятельных занятий физической культурой. Оценка эффективности занятий физической культурой. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Физическое совершенствование. Общие закономерности физического развития учащегося. Особенности физкультурно-спортивной деятельности, межличностных отношений, личностного развития и способностей.	Уметь: использовать особенности ФГОС в планировании образовательного процесса по физической культуре; основные принципы развития и воспитания в проектировании рабочих программ и учебных занятий по физической культуре.

<p>Тема 2.7 .Овладение обучающимися основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта</p>	<p>Практическое занятие (2 часа)</p>	<p>Основы техники ходьбы и бега. Структура движений в ходьбе и беге. Основные составляющие (части) бега. Особенности их техники и влияние на результат. Основные факторы, определяющие скорость передвижения, взаимосвязь длины и частоты шагов. Сходство и различия движений в ходьбе и беге. Основы техники легкоатлетических прыжков. Виды прыжков и способы их выполнения. Основы техники легкоатлетических метаний. Виды метаний и способы их выполнения. Факторы, определяющие дальность полета легкоатлетических снарядов. Классификация уровня соревнований. Календарь и положение о соревновании. Организация и проведение соревнований в ОО, летних спортивно-оздоровительных лагерях. Баскетбол. Технические элементы игры баскетбол. Волейбол. Техника и тактика игры в волейбол. Классификация уровня соревнований. Основные понятия, управление строем, правила подачи команд, форма рапорта, строевые приемы, расчет строя, повороты на месте и в движении. Перестроения, ходьба, передвижения, фигурная маршировка. Размыкания, бег, быстро чередуемые прыжки. Упражнения на внимание, игры и эстафеты. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Методика проведения ОРУ. Акробатические</p>	<p>Уметь: подготовить обучающихся к овладению основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта.</p>
---	--------------------------------------	---	---

		упражнения. Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Упражнения на перекладине. Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Организация и проведение соревнований по гимнастике. Техника лыжных ходов.	
	Самостоятельная работа (8 часов)	Овладение обучающимися основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта	Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура». Уметь: подготовить обучающихся к овладению основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта
Тема 2.8. Овладение умениями организовывать и проводить подвижные игры (на спортивных площадках и в спортивных залах)	Практическое занятие (2 часа)	Овладение умениями организовывать и проводить подвижные игры (на спортивных площадках и в спортивных залах). Календарно-тематическое планирование. Алгоритм работы с играми.	Уметь: подготовить обучающихся к овладению умениями организовывать и проводить подвижные игры (на спортивных площадках и в спортивных залах)
	Самостоятельная работа (8 часов)	Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.	Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура». Уметь: подготовить обучающихся к овладению умениями организовывать и проводить подвижные игры (на спортивных площадках и в спортивных залах)
Тема 2.9. Технология обучения игре в шахматы	Практическое занятие (2 часа)	Технология обучения игре в шахматы. Концепции подхода к обучению игре в шахматы. Основные формы обучения игре в шахматы. Структура образовательной	Уметь: применять технологию обучения игре в шахматы.

		деятельности по обучению игре в шахматы.	
	Самостоятельная работа (8 часов)	Основные формы обучения игре в шахматы.	Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура». Уметь: применять технологию обучения игре в шахматы.
Тема 2.10. Методика осуществления врачебно-педагогического контроля на уроках физической культуры	Практическое занятие (2 часа)	Плотность урока. Понятие моторная плотность урока. Самонаблюдение и самоконтроль. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб. Режим дня, его основное содержание и правила планирования. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Восстановительный массаж.	Уметь: осуществлять врачебно-педагогический контроль на уроках физической культуры.
	Самостоятельная работа (8 часов)	Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.	Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура». Уметь: осуществлять врачебно-педагогический контроль на уроках физической культуры.
Тема 2.11. Методика оказания первой помощи при травмах. Профилактика травматизма на	Практическое занятие (2 часа)	Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, переломах.	Уметь: оказывать первую помощь при травмах.

уроках физической культуры	Самостоятельная работа (8 часов)	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, переломах.	Знать: концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура». Уметь: оказывать первую помощь при травмах.
Итоговая аттестация	Экзамен		