

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

Министерство образования Московской области  
Ногинский филиал  
Государственного образовательного учреждения  
высшего образования Московской области  
Московского государственного областного университета

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Ногинского филиала МГОУ  
 И.В.Смирнова  
2021 г.  


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.14. СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

*«Профессиональный учебный цикл»  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»*

*Заочная форма обучения*

**Московская область  
г. Ногинск  
2021**

## **ОДОБРЕНО**

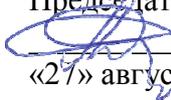
Предметной (цикловой) комиссией  
Теории и методики физического  
воспитания и спорта  
Протокол №1  
от «26» августа 2021 г.

  
Председатель ПЦК  
Д.С. Алхасов  
«26» августа 2021 г.

## **СОСТАВЛЕНА**

В соответствии с государственными  
требованиями к минимуму содержания и  
уровню подготовки выпускника по  
специальности: 49.02.01 «Физическая  
культура»

## **СОГЛАСОВАНО**

Методическим советом  
Ногинского филиала МГОУ  
Протокол №1  
от «27» августа 2021 г.  
Председатель Методического совета  
  
А.А. Дерябкин  
«27» августа 2021 г.

Составитель: Пономарев А.К., преподаватель Ногинского филиала МГОУ

## **Эксперты:**

Внутренняя экспертиза

Техническая экспертиза:  Зеленина В.А., методист Ногинского  
филиала МГОУ

Содержательная экспертиза:  Алхасов Д.С., к.п.н., преподаватель  
высшей квалификационной категории Ногинского филиала МГОУ

Внешняя экспертиза

Содержательная экспертиза:  Бабарина И.Г., директор МБОУ СОШ  
№18 г. Ногинска

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного  
образовательного стандарта среднего профессионального образования по  
специальности 49.02.01 «Физическая культура», утвержденного приказом  
Министерства образования и науки РФ от «27» октября 2014 г. №1355.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами  
программы подготовки специалистов среднего звена по специальности (ям)  
49.02.01 «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС СПО  
третьего поколения.

## Содержание

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.....	4
2. Структура и примерное содержание учебной дисциплины.....	6
3. Условия реализации рабочей программы.....	10
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	18
Лист изменений и дополнений в рабочую программу.....	19

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СПОРТИВНО - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее программа УД) – является частью основной профессиональной образовательной программы Ногинского филиала МГОУ по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура», разработанной в соответствии с ФГОС СПО третьего поколения

Рабочая программа предназначена для студентов заочной формы обучения.

Программа учебной дисциплины может быть использована при составлении программ одноименных дисциплин по специальностям, входящим в состав укрупненной группы специальностей 44.00.00 Образование и педагогика, а также при составлении программ повышения квалификации учителей физической культуры.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина входит в состав профессионального учебного цикла.

**1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

### Вариативная часть

*В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:*

- выполнять двигательные программы повышенного уровня сложности;
- выполнять индивидуальные и коллективные формы соревновательной борьбы;

- утилизировать физические нагрузки тренирующего действия;

*В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:*

- технику выполняемых физических упражнений;
- направленность тренирующих воздействий на организм занимающихся.

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов на освоение профессиональных модулей ОПОП и специальности 49.02.01 «Физическая культура» и овладению профессиональными компетенциями.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц их заменяющих) к участию в физкультурно – спортивной деятельности

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно – спортивной деятельности

В процессе освоения дисциплины, у учащихся должны сформироваться общие компетенции.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно – спортивной деятельности

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 693 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 70 час;

самостоятельной работы обучающегося - 623 часа.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>693</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	<i>Не предусмотрено</i>
практические занятия	<b>40</b>
контрольные работы	<i>Не предусмотрено</i>
курсовая работа (проект)	<i>Не предусмотрено</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>623</b>
в том числе:	
Самостоятельная работа на курсовой работой (проектом)	<i>Не предусмотрено</i>
Самостоятельное выполнение упражнений и разработка комплексов повышенной сложности по общей физической подготовке.	<b>72</b>
Самостоятельное выполнение упражнений и разработка комплексов повышенной сложности по специальной физической подготовке.	<b>72</b>
Самостоятельное выполнение упражнений и разработка комплексов повышенной сложности по технико-тактической подготовке.	<b>62</b>
Контроль и отслеживание динамики развития физических качеств	<b>24</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по гимнастике	<b>58</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по спортивным играм	<b>58</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по новым видам ФСД	<b>14</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по легкой атлетике	<b>76</b> <b>74</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по лыжной подготовке	<b>36</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по плаванию	<b>77</b>
Подготовка к сдаче контрольных нормативов по гимнастике	
<b>Контроль в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание предмета Спортивно-педагогическое совершенствование

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. СПС НА ОСНОВЕ ГИМНАСТИКИ</b>		<b>220</b>	
<b>Тема 1.1</b> <b>СПС как средство совершенствования подготовки</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	2
	1. Средства физической и технико-тактической подготовки		
	2. Совершенствование, планирование и контроль подготовки		
	3. Применение в Физическом воспитании школьников		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия:</b> не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Контрольные работы.</b> Не предусмотрены	не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка к сдаче нормативов. Отслеживание динамики развития физических качеств. Самостоятельная разработка и выполнение упражнений для развития ловкости, подвижности в суставах и увеличения силы, быстроты и выносливости различных мышечных группы	144		
<b>Тема 1.2.</b> <b>Совершенствование двигательных действий и физических качеств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	не предусмотрено	
	<b>Лабораторные работы</b> не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	8	
	1. Совершенствование технико-тактической подготовки		
	2. Совершенствование физической формы		
	3. Выполнение упражнений и комплексов, сдача тетрадей и электронных носителей		
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Домашняя контрольная работа: «Разработка комплекса и подготовка к презентации и к демонстрации».	62		
<b>Раздел 2. СПС НА ОСНОВЕ НОВЫХ ВИДОВ ФСД</b>		<b>154</b>	
<b>Тема 2.1.</b> <b>СПС как средство совершенствования подготовки</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	2
	1. Средства физической и технико-тактической подготовки		
	2. Совершенствование, планирование и контроль подготовки		
	3. Применение в физическом воспитании школьников		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия.</b>	не предусмотрено	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка к сдаче нормативов. Отслеживание динамики развития физических качеств. Самостоятельная разработка и выполнение упражнений для развития ловкости, подвижности в суставах и увеличения силы, быстроты и выносливости различных мышечных группы	24		
<b>Тема 2.2.</b> <b>Совершенствование двигательных</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	не предусмотрено	
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	8	

<b>действий и физических качеств</b>	1.	Совершенствование технико-тактической подготовки	116		
	2.	Совершенствование физической формы			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Разработка комплекса и подготовка к презентации и к демонстрации.				
<b>Раздел 3. СПС НА ОСНОВЕ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ</b>			<b>28</b>		
<b>Тема 3.1. СПС как средство совершенствования подготовки</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6	2	
	1	Средства физической подготовки		2	
	2	Совершенствование, планирование и контроль подготовки		2	
	3	Применение в Физическом воспитании школьников		3	
	<b>Контрольные работы.</b>		не предусмотрено		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено		не предусмотрено		
	<b>Практические занятия</b>		8		
	1.	Совершенствование технико-тактической подготовки			
	2.	Совершенствование физической формы			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Разработка комплекса и подготовка к презентации и к демонстрации. Подготовка к сдаче нормативов. Отслеживание динамики развития физических качеств. Самостоятельная разработка и выполнение упражнений для развития ловкости, подвижности в суставах и увеличения силы, быстроты и выносливости различных мышечных группы		14		
<b>Раздел 4. СПС НА ОСНОВЕ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА</b>			<b>164</b>		
<b>Тема 4.1. СПС как средство совершенствования подготовки</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6	2	
	1	Средства физической подготовки		2	
	2	Совершенствование, планирование и контроль подготовки		2	
	3	Применение в Физическом воспитании школьников		2	
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено		не предусмотрено		
	<b>Практические занятия</b> Не предусмотрено		не предусмотрено		
	<b>Контрольные работы.</b> Не предусмотрено		не предусмотрено		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка к сдаче нормативов. Отслеживание динамики развития физических качеств. Самостоятельная разработка и выполнение упражнений для развития ловкости, подвижности в суставах и увеличения силы, быстроты и выносливости различных мышечных группы		76		
	<b>Тема 4.2. Совершенствование двигательных действий и физических качеств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		не предусмотрено	
		<b>Практические занятия</b>		8	
1.		Совершенствование технико-тактических действий			
2.		Совершенствование физической формы			
<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено		не предусмотрено			
<b>Контрольные работы</b>		не предусмотрено			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Разработка комплекса и подготовка к презентации и к демонстрации.		74			
<b>Раздел 5. СПС НА ОСНОВЕ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН (легкая атлетика, лыжный спорт)</b>			<b>127</b>		
<b>Тема 5.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6	2	

<b>СПС как средство совершенствования подготовки</b>	1.	Средства физической и технико-тактической подготовки			
	2.	Совершенствование, планирование и контроль подготовки		2	
	3.	Применение в Физическом воспитании школьников		2	
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено			не предусмотрено	
	<b>Контрольные работы.</b> Не предусмотрено			не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка к сдаче нормативов. Отслеживание динамики развития физических качеств. Домашняя контрольная работа: «Самостоятельная разработка и выполнение упражнений для развития ловкости, подвижности в суставах и увеличения силы, быстроты и выносливости различных мышечных группы»			36	
<b>Тема 5.2. Совершенствование двигательных действий и физических качеств</b>					
<b>Содержание учебного материала</b>			не предусмотрено		
<b>Практические занятия</b>					
1.	Совершенствование технико-тактических действий		8		
2.	Совершенствование физической формы				
<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено			не предусмотрено		
<b>Контрольные работы.</b>			не предусмотрено		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Разработка комплекса и подготовка к презентации и к демонстрации.			77		
Примерная тематика курсовой работы (проекта) <i>(если предусмотрены)</i>			не предусмотрено		
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрены)</i>			не предусмотрено		
<b>Всего:</b>			<b>693</b>		

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебных кабинета теории и истории физической культуры; универсального спортивного зала; открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; лаборатории – не предусмотрено.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета теории и истории физической культуры:

- 1) не менее 30 рабочих мест для студентов;
- 2) рабочее место преподавателя;
- 3) методические рекомендации для самостоятельной работы студентов;
- 4) методические пособия по разделу цикла;
- 5) наглядные пособия

Технические средства обучения:

- 1) компьютеры (мобильный класс);
- 2) диапроектор;
- 3) интерактивная доска.

*Оборудование универсального спортивного зала:*

- стенка гимнастическая;
- перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.);
- тренажеры для занятий атлетической гимнастикой;
- маты гимнастические;
- Канат;
- шест для лазания;
- канат для перетягивания;
- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту;
- беговая дорожка;
- ковер борцовский или татами;
- Скакалки;
- палки гимнастические;
- мячи набивные, мячи для метания;
- гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг;
- Секундомеры;
- весы напольные;
- Ростомер;
- динамометры, приборы для измерения давления и др.;
- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные;

- стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи;
- ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

*Оборудование открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий:*

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления,
- указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка,
  - турник уличный,
  - брусья уличные,
  - рукоход уличный,
  - полоса препятствий,
  - ворота футбольные,
  - сетки для футбольных ворот,
  - мячи футбольные,
  - сетка для переноса мячей,
  - колодки стартовые,
  - барьеры для бега,
  - стартовые флажки или стартовый пистолет,
  - флажки красные и белые,
  - палочки эстафетные,
  - гранаты учебные Ф-1,
  - круг для метания ядра,
  - упор для ног, для метания ядра,
  - ядра,
  - указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м,
  - нагрудные номера,
  - тумбы «Старт—Финиш», «Поворот»,
  - рулетка металлическая,
  - мерный шнур,
  - секундомеры.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

#### **Основные источники**

Для преподавателей

1. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания. – М.: Академия, 2019.
2. Бурухин С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика: уч. пособие для СПО. – М.: Юрайт, 2016. (biblio-online.ru)
3. Ветков Н.Е. Спортивные и подвижные игры. – Орел, 2016. (iprbookshop.ru)

4. Волейбол: теория и практика: учебник / под ред. В.В. Рыцарева. – М.: Спорт, 2016. (studentlibrary.ru)
5. Врублевский Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах). – М.: Спорт, 2016. (iprbookshop.ru)
6. Готовцев Е.В. Баскетбол. – Воронеж, 2016. (iprbookshop.ru)
7. Гумеров Р.А. Теория и методика обучения плаванию: уч. пособие. – Набережные Челны, 2015. (iprbookshop.ru)
8. Жданкина Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка. – М.: Юрайт, 2017. (biblio-online.ru)
9. Золотавина И.В. Техника и тактика игры в баскетбол. Основы обучения и совершенствования. – Саратов, 2019. (iprbookshop.ru)
10. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2014. (iprbookshop.ru)
11. Методика преподавания гимнастики в школе / под ред. П.К. Петрова. – М.: ВЛАДОС, 2014. (studentlibrary.ru)
12. Михайлов Н.Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика: уч. пособие. – М.: Юрайт, 2017. (biblio-online.ru)
13. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола. – М.: Академия, 2014.
14. Основы обучения технике игры в волейбол / А.А. Гераськин. – Омск, 2014. (iprbookshop.ru)
15. Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики : уч. пособие / Медведева Е.Н., Терехина Р.Н. - М.: Спорт, 2016. (studentlibrary.ru)
16. Сиренко Ю.И. Подготовка юных футболистов, ее особенности и специфика. – Омск, 2015. (iprbookshop.ru)
17. Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжный спорт / Г.А. Сергеев. – М.: Академия, 2015.
18. Теория и методика спортивных игр /Ю.Д. Железняк. – М.: Академия, 2017.
19. Фомин Е.В. Волейбол. Начальное обучение. – М.: Спорт, 2015. (iprbookshop.ru)

#### *Для студентов*

1. Бурухин С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика: уч. пособие для СПО. – М.: Юрайт, 2016. (biblio-online.ru)
2. Ветков Н.Е. Спортивные и подвижные игры. – Орел, 2016. (iprbookshop.ru)
3. Волейбол: теория и практика: учебник / под ред. В.В. Рыцарева. – М.: Спорт, 2016. (studentlibrary.ru)
4. Врублевский Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах). – М.: Спорт, 2016. (iprbookshop.ru)
5. Готовцев Е.В. Баскетбол. – Воронеж, 2016. (iprbookshop.ru)
6. Гумеров Р.А. Теория и методика обучения плаванию: уч. пособие. – Набережные Челны, 2015. (iprbookshop.ru)
7. Жданкина Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка. – М.: Юрайт, 2017. (biblio-online.ru)
8. Золотавина И.В. Техника и тактика игры в баскетбол. Основы обучения и совершенствования. – Саратов, 2019. (iprbookshop.ru)

9. Михайлов Н.Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика: уч. пособие. – М.: Юрайт, 2017. (biblio-online.ru)
10. Основы обучения технике игры в волейбол / А.А. Гераськин. – Омск, 2014. (iprbookshop.ru)
11. Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики : уч. пособие / Медведева Е.Н., Терехина Р.Н. - М.: Спорт, 2016. (studentlibrary.ru)
12. Сиренко Ю.И. Подготовка юных футболистов, ее особенности и специфика. – Омск, 2015. (iprbookshop.ru)
13. Фомин Е.В. Волейбол. Начальное обучение. – М.: Спорт, 2015. (iprbookshop.ru)

### **Дополнительные источники**

#### Для преподавателей

1. Баскетбол [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.
2. Бойко В.В. Игры с мячом [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В.В. Бойко. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017.
3. Булгакова Н.Ж. Игры на воде для обучения и развлечения [Электронный ресурс] : методические рекомендации / Н.Ж. Булгакова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016.
4. Быченков, С. В. Теория и методика подготовки студентов по легкой атлетике [Электронный ресурс] : учебное пособие для СПО / С. В. Быченков, С. Ю. Крыжановский. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019.
5. Ветков Н.Е. Спортивные и подвижные игры [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н.Е. Ветков. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.
6. Волейбол [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.
7. Волейбол: теория и практика [Электронный ресурс] : учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / С.С. Даценко [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016.
8. Врублевский Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.П. Врублевский. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016.

9. Германов Г. Н., Никитушкин В. Г., Цуканова Е. Г. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
- 10.Готовцев Е.В. Баскетбол [Электронный ресурс] : вариативная часть физической культуры. Учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей / Е.В. Готовцев, Д.И. Войтович, В.А. Петько. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.
- 11.Губа В.П. Футбол [Электронный ресурс] : программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва / В.П. Губа [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2015.
- 12.Дворкин Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
- 13.Жданкина Е. Ф., Добрынин И. М. ; под науч. ред. Новаковского С.В. Физическая культура. Лыжная подготовка. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
- 14.Золотавина И.В. Техника и тактика игры в баскетбол. Основы обучения и совершенствования [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И.В. Золотавина. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018.
- 15.Карась, Т. Ю. Оздоровительное плавание [Электронный ресурс] : учебное пособие для СПО / Т. Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Профобразование, 2019.
- 16.Легкая атлетика с методикой тренировки [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для СПО / сост. С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Профобразование, 2019.
- 17.Лыжная подготовка [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016.
- 18.Мелентьева Н.Н. Обучение классическим лыжным ходам [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н.Н. Мелентьева, Н.В. Румянцева. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016.
- 19.Михайлов Н. Г., Михайлова Э. И., Деревлёва Е. Б. Методика обучения физической культуре. Аэробика 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019

20. Мостовая Т.Н. Техника и методика обучения упражнениям классической (базовой) аэробики и спортивных танцев [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Т.Н. Мостовая. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017.
21. Письменский И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
22. Под ред. Шивринской С.Е. Теория и методика избранного вида спорта 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
23. Спатаева М.Х. Особенности развития силовых качеств у футболистов [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.Х. Спатаева, Д.А. Негодаев, Ф.В. Салугин. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2016.
24. Чухно П.В. Подвижные игры в учебно-тренировочном процессе с юными баскетболистами [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / П.В. Чухно, Р.А. Гумеров. — Электрон. текстовые данные. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017.

#### **Для студентов**

1. Баскетбол [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.
2. Бойко В.В. Игры с мячом [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В.В. Бойко. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017.
3. Булгакова Н.Ж. Игры на воде для обучения и развлечения [Электронный ресурс] : методические рекомендации / Н.Ж. Булгакова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016.
4. Ветков Н.Е. Спортивные и подвижные игры [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н.Е. Ветков. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.
5. Волейбол [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.

6. Врублевский Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.П. Врублевский. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016.
7. Готовцев Е.В. Баскетбол [Электронный ресурс] : вариативная часть физической культуры. Учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей / Е.В. Готовцев, Д.И. Войтович, В.А. Петько. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.
8. Дворкин Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
9. Жданкина Е. Ф., Добрынин И. М. ; под науч. ред. Новаковского С.В. Физическая культура. Лыжная подготовка. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
10. Карась, Т. Ю. Оздоровительное плавание [Электронный ресурс] : учебное пособие для СПО / Т. Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Профобразование, 2019.
11. Легкая атлетика с методикой тренировки [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для СПО / сост. С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Профобразование, 2019.
12. Лыжная подготовка [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016.
13. Михайлов Н. Г., Михайлова Э. И., Деревлёва Е. Б. Методика обучения физической культуре. Аэробика 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
14. Мостовая Т.Н. Техника и методика обучения упражнениям классической (базовой) аэробики и спортивных танцев [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Т.Н. Мостовая. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017.
15. Письменский И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
16. Под ред. Шивринской С.Е. Теория и методика избранного вида спорта 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО.- М.:Издательство Юрайт, 2019
17. Спатаева М.Х. Особенности развития силовых качеств у футболистов [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.Х. Спатаева, Д.А. Негодаев,

- Ф.В. Салугин. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2016.
18. Чухно П.В. Подвижные игры в учебно-тренировочном процессе с юными баскетболистами [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / П.В. Чухно, Р.А. Гумеров. — Электрон. текстовые данные. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017.

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

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- выполнять двигательные программы повышенного уровня сложности (спортивной направленности);</li><li>- выполнять индивидуальные и коллективные формы соревновательной борьбы;</li><li>- утилизировать физические нагрузки тренирующего воздействия;</li></ul> <b>знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- технику выполняемых физических упражнений;</li><li>- направленность тренирующих воздействий на организм занимающихся</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- прием контрольных нормативов по изученным видам двигательным действиям;</li><li>- участие и проведение соревнований – отчеты, грамоты, документация в портфолио;</li><li>- выполнять требования учебной дисциплины</li><li>- письменный опрос, самостоятельная подготовка работ, докладов, сообщений, презентаций в тетради и на электронном носителе;</li></ul>

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЁННЫХ В РАБОЧУЮ  
ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения, № страницы с изменением	
БЫЛО	СТАЛО
Основание	
Подпись лица, внесшего изменения	