

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  
31 И.В.Смирнова 2022 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»*

*Очная форма обучения*

**Московская область  
г. Ногинск  
2022**

## ОДОБРЕНО

Предметной (цикловой) комиссией  
естественно-научных и  
здоровьесберегающих дисциплин  
Протокол №1  
от «31» августа 2022 г.

Председатель ПЦК  
  
А.Б. Филиппова  
«31» августа 2022 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 «31» августа 2022 г.  
Председатель Методического совета  
  
А.А. Дерябкин  
«31» августа 2022 г.

Составитель: Амелин С.Н., преподаватель Ногинского филиала МГОУ  
Пономарев А.К., преподаватель Ногинского филиала МГОУ  
Пшеницин С.А., преподаватель Ногинского филиала МГОУ

## Эксперты:

Внутренняя экспертиза  
Техническая экспертиза:  Попова О.В., методист Ногинского  
филиала МГОУ  
Содержательная экспертиза:  Филиппова А.Б., преподаватель  
высшей квалификационной категории Ногинского филиала МГОУ

Внешняя экспертиза  
Содержательная экспертиза:  Коренкова С.Ю., директор МБОУ ЦО №3  
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.....	11
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	19
Лист изменений и дополнений в рабочую программу.....	20

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

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена Ногинского филиала МГОУ по специальности 49.02.01 «Физическая культура», разработанной в соответствии с ФГОС СПО третьего поколения.

Программа учебной дисциплины может быть использована при составлении программ одноименных дисциплин по специальностям, входящим в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 «Физическая культура и спорт», а также при составлении программ повышения квалификации учителей физической культуры.

Рабочая программа составлена для студентов очной формы обучения.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** 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 ППССЗ 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):

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 - **461** час;

самостоятельной работы обучающегося - **196** часа;

консультации – **36** часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>693</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>461</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	<i>не предусмотрено</i>
практические занятия	<b>369</b>
контрольные работы	<b>20</b>
курсовая работа (проект) ( <i>если предусмотрено</i> )	<i>не предусмотрено</i>
<b>Консультации</b>	<b>36</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>196</b>
в том числе:	
<b>Упражнения технической и физической подготовки на основе базовых видов спорта</b>	<b>196</b>
<b>Разработка программ занятий на основе дисциплин СПС</b>	
<b>Составление карты местности</b>	
<b>Подготовка докладов по теме:</b>	
- История развития <i>гимнастики</i>	
- Ознакомление с результатами выступления отечественных гимнастов в крупнейших соревнованиях	
- Воспитание физических способностей гимнастов	
- История зарождения <i>борьбы</i> и возникновения современных её видов	
- Ознакомление с историей и результатами выступления отечественных спортсменов – единоборцев в крупнейших соревнованиях	
- Физическая подготовка единоборца	
- Судейство спортивных схваток	
<b>История развития <i>игровых видов спорта</i></b>	
- Ознакомление с результатами выступления отечественных спортсменов в крупнейших соревнованиях	
- Изучение технико - тактических взаимодействий игроков	
- Воспитание физических способностей игроков	
- История развития <i>циклических видов спорта</i>	
- Ознакомление с результатами выступления отечественных спортсменов в крупнейших соревнованиях	
- Изучение техники циклических видов спорта	
- Изучение тактики циклических видов спорта	
- Воспитание физических качеств в циклических видах спорта	
<b>Итоговый контроль в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины 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
Раздел 1. СПС на основе гимнастики		88	
Тема 1.1 Специальная физическая подготовка гимнаста	<b>Содержание учебного материала</b>	6	2
	1. Основные средства СПС гимнаста		
	2. Вспомогательные средства СПС гимнаста		
	3. Применение СПС гимнастов в рамках школьной программы по физическому воспитанию		2
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	16	
	1. Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и спины		
	2. Упражнения для развития активной и пассивной гибкости мышц ног		
	3. Упражнения для развития силы мышц брюшного пресса и спины		
	4. Упражнения для развития силы рук и плечевого пояса		
	<b>Контрольные работы.</b> Не предусмотрены	не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> История развития гимнастики и выступления отечественных спортсменов на крупнейших соревнованиях	8		
Тема 1.2. Вольные упражнения	<b>Содержание учебного материала</b>	не предусмотрено	
	<b>Лабораторные работы</b> не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	16	2
	1. Разучивание вольных упражнений		
	2. Закрепление вольных упражнений		
	3. Совершенствование вольных упражнений		2
	<b>Контрольные работы</b> Контрольное выполнение вольных упражнений	1	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Упражнения специальной физической подготовки гимнастов	8		
Тема 1.3. Упражнения на снарядах	<b>Содержание учебного материала</b>	не предусмотрено	
	<b>Лабораторные работы</b> не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	24	
	1. Разучивание комбинации на параллельных брусьях (юноши); на разновысоких брусьях (девушки)		
	2. Закрепление комбинации на параллельных брусьях (юноши); на разновысоких брусьях (девушки)		
	3. Совершенствование комбинации на параллельных брусьях (юноши); на разновысоких брусьях (девушки)		
	4. Разучивание комбинации на кольцах (юноши); на бревне (девушки)		
	5. Закрепление комбинации на кольцах (юноши); на бревне (девушки)		
	6. Совершенствование комбинации на кольцах (юноши); на бревне (девушки)		
<b>Контрольные работы</b> Контрольное выполнение упражнений на гимнастических снарядах	1		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	8		

	Разработка программ занятий гимнаста		
<b>Раздел 2. СПС на основе единоборств</b>		<b>45</b>	
<b>Тема 2.1. Единоборства как средство физического воспитания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	1. Современные единоборства: классификация и характеристика		
	2. Единоборства в системе физического воспитания школьников		
	3. Текущее планирование уроков физической культуры по единоборствам		
	4. Оперативное планирование уроков физической культуры по единоборствам		3
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия.</b> Не предусмотрены	не предусмотрено	
	<b>Контрольные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> История зарождения борьбы и возникновения современных её видов Ознакомление с историей и результатами выступления отечественных спортсменов – единоборцев в крупнейших соревнованиях (Чемпионаты мира и Европы, Олимпийские игры)	3		
<b>Тема 2.2. Техника и методика обучения элементам единоборств на основе борьбы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1. Техника элементов единоборств на основе борьбы		
	2. Методика обучения элементам единоборств на основе борьбы		3
	<b>Практические занятия</b>	12	
	1. Стойки, перемещения и захваты		
	2. Подножки, подсечки, броски		
	3. Борьба в партере		
	4. Учебные схватки и их судейство		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
	<b>Контрольные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Техника элементов борьбы. Судейство спортивных схваток	3		
<b>Тема 2.3. Техника и методика обучения элементам смешанных единоборств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	2
	1. Техника элементов единоборств на основе смешанных видов борьбы		
	2. Методика обучения элементам единоборств на основе смешанных видов борьбы		3
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	17	
	1. Стойки, перемещения		
	2. Удары руками		
	3. Удары ногами		
	4. Комбинации ударов руками и ногами		
	5. Защитные действия		
6. Учебные поединки и их судейство			
7. Прикладная техника			
<b>Контрольные работы.</b> Оценивание изученных технических действий. Учебные поединки	2		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4		

	Техника элементов борьбы Судейство спортивных поединков			
<b>Раздел 3. СПС на основе спортивного ориентирования</b>		<b>38</b>		
<b>Тема 3.1. Спортивное ориентирование в системе физического воспитания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	2	
	1. История возникновения и развития спортивного ориентирования			
	2. Топографическая и физическая подготовка спортсмена - ориентировщика			
	3. Техническая и тактическая подготовка ориентировщика			
	4. Соревнования по спортивному ориентированию			
	5. Спортивное ориентирование в системе физического воспитания школьников			
	<b>Контрольные работы.</b> Прохождение контрольной дистанции	2		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено	не предусмотрено		
	<b>Практические занятия</b>	26		
	1. Чтение карты			
	2. Работа с компасом. Ориентирование карты по компасу			
	3. Снятие азимута с карты. Передвижение по азимуту			
4. Прохождение дистанций на местности				
5. Учебные соревнования				
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление карты местности	6			
<b>Раздел 4. СПС на основе игровых видов спорта</b>		<b>309</b>		2
<b>Тема 4.1. Игровые виды спорта в системе физического воспитания и спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	40		2
	1. Исторический анализ зарождения и развития игровых видов спорта в России			
	2. Технические элементы игровых видов спорта			
	3. Тактика игровых видов спорта			
	4. Общая физическая подготовка спортсменов - игроков			
	5. Специальная физическая подготовка спортсменов - игроков			
	6. Проведение соревнований по игровым видам спорта			
	7. Материально – техническое обеспечение игровых видов спорта			
	8. Игровые виды спорта в системе физического воспитания школьников			
	<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> История развития игровых видов спорта Результаты выступления отечественных спортсменов в крупнейших соревнованиях	54			
<b>Тема 4.2. Совершенствование технико –</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	не предусмотрено		
	<b>Практические занятия</b>	138		
1. Совершенствование технических действий спортсменов - игроков				

<b>тактического мастерства и физической подготовленности в игровых видах спорта</b>	2.	Совершенствование тактических действий спортсменов - игроков		
	3.	Общая физическая подготовка в игровых видах спорта		
	4.	Специальная физическая подготовка в игровых видах спорта		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено			не предусмотрено
	<b>Контрольные работы.</b> Демонстрация изученных технических элементов. Учебные игры			5
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение тактических взаимодействий игроков в игровых видах спорта Изучение особенностей физической подготовки в игровых видах спорта			72
<b>Раздел 5. СПС на основе циклических видов спорта</b>			<b>177</b>	
<b>Тема 5.1. Циклические виды спорта в системе физического воспитания и спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1.	Особенности циклических видов спорта		2
	2.	Технические элементы циклических видов спорта		2
	3.	Тактика в циклических видах спорта		2
	4.	Физическая подготовка в циклических видах спорта		2
	5.	Циклические виды спорта в системе физического воспитания школьников		3
	<b>Практические занятия</b>			не предусмотрено
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено			не предусмотрено
	<b>Контрольные работы.</b> Основы тренировки в циклических видах спорта			5
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Зарождение и развитие циклических видов спорта в России Выступления отечественных спортсменов в крупнейших соревнованиях			15
<b>Тема 5.2. Совершенствование двигательных действий и физических качеств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			не предусмотрено
	<b>Практические занятия</b>			
	1.	Совершенствование технических действий циклических видов спорта		120
	2.	Совершенствование тактических действий циклических видов спорта		
	3.	Общая физическая подготовка в циклических видах спорта		
	4.	Специальная физическая подготовка в циклических видах спорта		
	<b>Лабораторные работы.</b> Не предусмотрено			не предусмотрено
	<b>Контрольные работы.</b> Демонстрация изученных технических элементов и контрольных нормативов			4
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение технических особенностей циклических видов спорта Изучение особенностей физической подготовки в циклических видах спорта			15
	<b>Примерная тематика курсовой работы (проекта) (если предусмотрены)</b>			не предусмотрено
<b>Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) (если предусмотрены)</b>			не предусмотрено	
<b>Консультации</b>			<b>36</b>	
<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, подготовка докладов и сообщений;</li><li>- письменный опрос, подготовка докладов и сообщений</li></ul>

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

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