

УТВЕРЖДЕНО
Директором ГБПОУ Республики
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной
12 января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ.01. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА

МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- Проводить учебно-тренировочные занятия.
- Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

иметь практический опыт:

анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий;

применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;

проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;

наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

собственного спортивного совершенствования;

ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

уметь:

использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений,

Документ подписан электронной подписью.

соблюдать технику безопасности;

устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знать

историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;

основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;

теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;

сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;

теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;

методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;

организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;

теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;

систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;

мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;

способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;

методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;

виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	166
Внеаудиторная самостоятельная	118
Обязательная аудиторная:	48
в том числе: лекции, уроки	24
практические занятия	24
Форма промежуточной аттестации: экзамен	

Структура и содержание профессионального модуля

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Спортивная подготовка в избранном виде спорта	4	8
Соревнования и соревновательная подготовка	4	8

Планирование и контроль в спорте	4	8
Документационное обеспечение учебно-тренировочного и соревновательного процесса	4	8
Спортивный отбор и спортивная ориентация	4	8
Спортивные сооружения	4	8
Основы спортивного совершенствования	8	26
Спортивная тренировка в избранном виде спорта	8	26
Контроль и самоконтроль в системе подготовки спортсмена	8	18
ВСЕГО	48	118

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

1. Расскажите о методах и приемах обучения двигательным действиям в избранном виде спорта.
2. Охарактеризуйте структуру процесса обучения двигательным действиям.
3. Расскажите о способах и приемах страховки в процессе обучения двигательным действиям в избранном виде спорта.
4. Расскажите о силовых способностях, средствах и методах воспитания силы, контрольных упражнениях для определения уровня развития силовых способностей.
5. Дайте характеристику физическим качествам.
6. Расскажите о скоростных способностях, средствах и методах их воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития скоростных способностей.
7. Расскажите о выносливости, средствах и методах ее воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития выносливости.
8. Расскажите о гибкости, средствах и методах ее воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития гибкости.
9. Расскажите о двигательно-координационных способностях, средствах и методах их воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития двигательно-координационных способностей.
10. Охарактеризуйте средства спортивной тренировки (избранные, соревновательные, специально-подготовительные, обще-подготовительные упражнения, медико-биологические средства).
11. Охарактеризуйте словесный и наглядный методы спортивной подготовки.
12. Охарактеризуйте методы строго-регламентированного упражнения: непрерывные, интервальные.
13. Охарактеризуйте игровой и соревновательной методы спортивной тренировки.
14. Поясните принципы спортивной тренировки.
15. Дайте характеристику технической подготовке в спорте (виды, задачи, средства и методы, этапы, содержание технической подготовки).
16. Дайте характеристику технической подготовке в спорте (виды, задачи и средства, содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена).
17. Дайте характеристику физической подготовке в спорте (виды, задачи и средства физической подготовки).
18. Дайте характеристику психологической подготовке в спорте (задачи, средства и методы).
19. Дайте характеристику интеллектуальной и интегральной подготовке (виды, средства и задачи).
20. Расскажите об основных функциях и особенностях спортивных соревнований, их классификации, системе и структуре спортивных соревнований.
21. Расскажите о подготовке к проведению соревнований, о спортивном календаре, положении о соревнованиях.
22. Расскажите о содержании и особенностях соревновательной деятельности.
23. Расскажите о видах, характере и уровнях соревнований.
24. Расскажите об организациях, проводящих соревнования.
25. Расскажите о моделировании соревновательной деятельности.
26. Расскажите о тактике соревновательной деятельности.
27. Расскажите о структуре соревновательной деятельности.
28. Дайте характеристику соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
29. Расскажите об организационных основах руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
30. Расскажите о психологических основах руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
31. Расскажите о планировании спортивной подготовки в многолетних циклах.
32. Расскажите о планировании тренировочного процесса в годичном цикле.

Документ подписан электронной подписью.

33. Расскажите о текущем планировании подготовки спортсмена.
34. Расскажите об оперативном планировании подготовки спортсменов.
35. Расскажите о целях и задачах планирования учебно-тренировочных занятий.
36. Расскажите о формах, методах и приемах организации учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта.
37. Расскажите о значении и видах контроля в подготовке спортсменов.
38. Расскажите об основных формах и организации контроля в подготовке спортсмена.
39. Расскажите о контроле за состоянием подготовленности спортсмена.
40. Охарактеризуйте методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях.
41. Охарактеризуйте методы и методики проведения педагогического контроля на соревнованиях по избранному виду спорта.
42. Расскажите об учете и оценке результатов тренировочной деятельности спортсменов.
43. Расскажите об учете и оценке результатов соревновательной деятельности спортсмена.
44. Расскажите о целях анализа (самоанализа) учебно-тренировочного занятия, тренировочного процесса, результатов руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
45. Расскажите о видах документации, обеспечивающей тренировочно-соревновательную деятельность спортсменов.
46. Расскажите о системе спортивного отбора в избранном виде спорта.
47. Расскажите о методах и методиках диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности.
48. Расскажите о критериях отбора в избранном виде спорта.
49. Расскажите о спортивной ориентации на этапах спортивной многолетней подготовки.
50. Расскажите о мотивах занятий спортом, условиях и способах их формирования.
51. Расскажите о методах и средствах мотивации спортсменов разных возрастных групп.
52. Расскажите о роли мотивации в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
53. Расскажите о спортивных сооружениях, оборудовании и инвентаре для занятий избранным видом спорта, особенностях их эксплуатации.
54. Расскажите о требованиях техники безопасности к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю по избранному виду спорта.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

ПОДТВЕРЖДЕНА.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	4AA1D500B0ADC3A641DB39BA21C5866E
Владелец:	1021200771646, 00204832281, 1215078802, 121521689394, sport-uor@yandex.ru, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", ДИРЕКТОР, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", Беткузина, Наталья Валерьевна, RU, ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА, СЕЛО СЕМЕНОВКА, Республика Марий Эл, УЛИЦА МОЛОДЕЖНАЯ, 2
Издатель:	ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, ca_tensor@tensor.ru
Срок действия:	Действителен с: 27.09.2021 15:47:48 UTC+03 Действителен до: 27.12.2022 15:57:48 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	06.04.2022 10:39:45 UTC+03