

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Свердловский областной педагогический колледж»
(ГАПОУ СО «СОПК»)



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ СО «СОПК»

/Т.С.Симонова/

«17» ноября 2021 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Школа педагога по физической культуре по стандартам «WorldSkills Russia»

Екатеринбург
2021

Дополнительная общеобразовательная программа Школа педагога по физической культуре по стандартам «WorldSkills Russia» компетенция «Физическая культура, спорт и фитнес» разработана для обучающихся общеобразовательных учреждений (от 14 лет), профессиональных образовательных организаций для участия в чемпионате «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia) по компетенции D1 «Физическая культура, спорт и фитнес», в том числе категории юниоры (14-16 лет).

Разработчики: Бабич Ольга Валентиновна, заведующий кафедрой физического воспитания ГБПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж», Сибгатулина Светлана Аркадьевна, преподаватель кафедры физического воспитания ГБПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж»,

Утверждена
решением научно-методического совета
ГАПОУ СО «СОПК»
Протокол №4 от «17» ноября 2021 г.

Оглавление

| | |
|--|----|
| Пояснительная записка | 4 |
| 1.Общая характеристика программы | 5 |
| 1.1 Нормативно-правовые основания разработки программы | 5 |
| 1.2 Область применения программы | 5 |
| 1.3 Требования к слушателям (категории слушателей) | 5 |
| 1.4 Цель и планируемые результаты программы | 6 |
| 1.5 Форма документа | 6 |
| 2.Учебный план | 7 |
| 3.Календарный учебный график | 8 |
| 4.Содержание программы модулей | 9 |
| 5.Организационно-педагогические условия реализации программы | 11 |
| 5.1 Материально-техническое обеспечение | 11 |
| 5.2 Информационное обеспечение программы | 12 |
| 5.3 Организация образовательного процесса | 13 |
| 5.4 Кадровое обеспечение образовательного процесса | 14 |
| 6. Контроль и оценка результатов освоения программы | 14 |
| Приложения | |

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа **«Школа педагога по физической культуре по стандартам «WorldSkills Russia» компетенция «Физическая культура, спорт и фитнес»»** разработана для обучающихся общеобразовательных учреждений (от 14 лет), профессиональных образовательных организаций для участия в чемпионате «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia) по компетенции D1 «Физическая культура, спорт и фитнес», в том числе категории юниоры (14-16 лет).

Программа реализуется в объеме 36 часов в течение 4 недель.

Основными модулями программы являются: ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия, стандарт компетенции WSSS «Физическая культура, спорт и фитнес»; современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес».

Программа реализуется на базе **мастерской «Физическая культура, спорт и фитнес»** с использованием технических средств обучения (интерактивная доска с активным лотком, проектор на напольной мобильной стойке, автоматизированное рабочее место преподавателя, фотоаппарат зеркальный).

Итоговая аттестация обучающихся проводится в форме выполнения практического задания.

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Типовой регламент Чемпионата «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia);
- Стандарт спецификации Worldskills.

1.2 Область применения программы

Настоящая программа предназначена для формирования теоретических и практических навыков по организации индивидуальной тренировочной деятельности и проведению групповых фитнес программ при подготовке обучающихся к участию в чемпионате «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia) по компетенции D1 «Физическая культура, спорт и фитнес», в том числе категории юниоры (14-16 лет).

1.3 Требования к слушателям (категории слушателей)

Программа предусмотрена для обучающихся от 14 до 18 лет.

1.4 Цель и планируемые результаты освоения программы

Требования к результатам обучения:

- владение основами знаний об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности,
- владение основами знаниями о функциональных возможностях

организма,

– владение основами знаний по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности.

1.5 Форма документа – по результатам освоения программы выдается свидетельство об обучении установленного колледжем образца.

2. Учебный план

| Наименование компонентов программы | Объем программы (академические часы) | | | | | |
|---|--------------------------------------|------------------------|---|------------------------------------|-----------------------|---------------------------------|
| | Всего | Самостоятельная работа | Нагрузка во взаимодействии с преподавателем | | | |
| | | | Теоретическое обучение | Практические и лабораторные работы | Практика (стажировка) | Промежуточная аттестация, форма |
| Модуль 1. Ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия. Стандарт компетенции WSSS «Физическая культура, спорт и фитнес» | 10 | | 4 | 4 | | 2, тестирование |
| Модуль 2. Современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» | 22 | | 6 | 16 | | |
| Итого | 32 | | 10 | 20 | | 2 |
| Итоговая аттестация: выполнение комплексного практического задания | 4 | | | | | |
| Итого по программе | 36 | | 10 | 20 | | 2 |

3. Календарный учебный график

| Компоненты программы | Аудиторные занятия, час | | | | | | | | Практика (стажировка), час | Итоговая аттестация, час |
|---|-------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------------------------------|-----------------------------|
| | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | | |
| Модуль 1. Ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия. Стандарт компетенции WSSS «Физическая культура, спорт и фитнес» | 4 | 4 | | | | | | | | |
| Модуль 2. Современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» | | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | |
| Итоговая аттестация | | | | | | | | | | 4 |

4. Программы учебных модулей

| Наименование модулей и тем программы | Содержание учебного материала, практические занятия, внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа слушателей | | Объем часов |
|---|---|---|-------------|
| 1 | 2 | | 3 |
| Модуль 1. Ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия. Стандарт компетенции WSSS «Физическая культура, спорт и фитнес» | | | |
| Тема 1.1. История, современное состояние и перспективы развития движения WSI и Ворлдскиллс Россия («Молодые профессионалы») | <p>Дидактические единицы</p> <p>Роль субъектной позиции обучающегося в процессе освоения образовательных программ. История и перспективы конкурсного движения WorldSkills в России, его эффективность для формирования профессиональных компетенций, повышения престижа и популяризации рабочих профессий.</p> | <p>Уровень освоения</p> <p>3</p> | 4 |
| Тема 1.2. Понятие о компетенциях и стандарт компетенции Ворлдскиллс Россия «Физическая культура, спорт и фитнес» | <p>Основные термины. Кодекс этики. Регламент чемпионатов. Конкурсные задания. Инфраструктурный лист. Система оценки квалификаций участников. Структура конкурсного задания по компетенции, основные этапы работы, примеры конкурсных заданий по каждому из модулей. Знакомство с системой оценивания конкурсных заданий: субъективная и объективная оценка.</p> | 3 | 4 |
| | Лекция, практическое занятие | | |
| | Самостоятельная работа | | |
| | Промежуточная аттестация в форме зачета | | 2 |
| Итого по модулю: | | | 10 |
| Модуль 2. Современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» | | | |
| Тема 2.1. Базовая аэробика | <p>Содержание</p> <p>Методика составления и разучивания комбинаций по аэробике. Методика записи комбинаций по классической и степ-аэробике.</p> | <p>Уровень освоения</p> <p>3</p> | 6 |

| | | | |
|--|---|---|-----------|
| | Разработка аэробно-танцевального фрагмента как элемента спортивно-массового мероприятия. | | |
| Тема 2.2. Новые виды оборудования и особенности работы с ним | Перечень оборудования согласно инфраструктурному листу и особенности работы с ним. Методика составления комплексов упражнений на многофункциональной раме для развития физических качеств. Приемы дозирования и изменения физической нагрузки. Биомеханический анализ упражнений с новым видом оборудования. Разработка фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования. | 3 | 6 |
| Тема 2.3. Функциональные пробы | Процедура проведения функциональных проб и измерения показателей физического развития. Разработка фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке на основе проведенных функциональных проб. | 3 | 6 |
| Тема 2.4. Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению | Структура экспресс-консультации. Методы привлечения разных возрастных групп населения к здоровому образу жизни. Разработка рекомендаций по восстановлению здоровья и организации рационального режима дня с целью здоровьесбережения. | 3 | 4 |
| | Лекция, практическое занятие | | |
| | Самостоятельная работа | | 6 |
| | Промежуточная аттестация в форме зачета | | 2 |
| Итого по модулю: | | | 22 |
| Итоговая аттестация | выполнение комплексного практического задания | | 4 |
| ИТОГО | | | 36 |

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы предполагает наличие:

- учебного кабинета – компьютерного класса. Оборудование одного учебного места: ноутбук;
- спортивного зала.

Технические средства обучения:

- интерактивная доска с активным лотком, проектором на напольной мобильной стойке оборудованной площадкой для крепления проекторов;
- автоматизированное рабочее место преподавателя (ноутбук, мышь, МФУ – цветное, документ-камера);
- микшер + колонка (2 шт.)
- фотоаппарат зеркальный.

Спортивный инвентарь и оборудование:

1. TRX-петля
2. Амортизатор с ручками уровень сопротивления слабый
3. Амортизатор с ручками уровень сопротивления средний
4. Блоки для йоги
5. Бодибар 4 кг
6. Бодибар 6 кг
7. Болстеры
8. Весы напольные
9. Гантели
10. Гимнастическая палка
11. Гимнастическая скамейка
12. Гимнастический коврик
13. Гимнастический мяч (фитбол)
14. Гриф
15. Держатели для штанги
16. Канат
17. Кистевой-динамометр
18. Кольцевой амортизатор
19. Конусы
20. Координационная лестница

21. Малые мячи
22. Манишка оранжевая
23. Манишка синяя
24. Маты гимнастические
25. Медицинский мяч
26. Медицинский мяч
27. Мишень и крепление мишени
28. Многофункциональная рама
29. Мяч баскетбольный
30. Мяч волейбольный
31. Мяч футзальный
32. Обруч пластмассовый
33. Пипидастры
34. Плиометрическая тумба
35. Полусфера гимнастическая bosu
36. Ремни для йоги
37. Ринги (изотонические кольца)
38. Роллы (цилиндры)
39. Ростометр
40. Скакалка
41. Скамья для прессы навесная
42. Спортивный секундомер
43. Степ-платформа
44. Теннисные мячи
45. Фишки для футбола
46. Флажки
47. Браслеты С 320,
48. Умные весы cb-502bt от onetrak
49. Диагностическое оборудование InBody

5.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

1. Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2013. - 416 с.
2. Золотарева Н.М. Профессиональное образование и занятость молодежи / Профессиональное образование в России и за рубежом. 2013. - № 2(10).
3. Морева Н.А. Педагогика среднего профессионального образования: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2008. - 192 с.

4. Модернизация российского образования: проблемы и перспективы / Под ред. М.К. Горшкова и Ф.Э. Шереги. – М.: ЦСПиМ, 2010. - 352 с.
5. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». – М.: УЦ «Перспектива», 2013. - 224 с.
6. Постановление Правительства РФ от 05.08.2013 № 661 «Об утверждении Правил разработки, утверждения федеральных государственных образовательных стандартов и внесения в них изменений» (с изменениями и дополнениями).
7. Регламент Финала национального чемпионата «Молодые профессионалы» (WORLD SKILLS RUSSIA)
8. Веледенский В.Г. Спортивно-оздоровительный сервис: учебник/ В.Г. Веледенский. – М.: Кнорус, 2014. – 216 с.
9. Крючек Е.С., Терехина Р.Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. - М.: Академия.-288 с.
10. Шивринская С.Е. Теория и методика избранного вида спорта. Учебное пособие для СПО, Юрайт, 2017.-247 с.

Интернет-ресурсы

1. Егорова И. А. Повышение качества профессионального образования с использованием стандартов «WorldSkills» // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 25. – С. 29–30. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/770488.htm>.

5.3. Организация образовательного процесса

Предусмотрены следующие виды учебных занятий: лекция, практическое занятие.

В целях реализации компетентного подхода в образовательном процессе используются следующие активные и интерактивные формы проведения занятий: деловые и ролевые игры, анализ конкретных ситуаций, кейс метод, круглый стол (групповые дискуссии и дебаты), мозговой штурм или брейнсторминг, решение проблемной задачи и др.

5.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров: имеющие высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля). Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла.

6. Контроль и оценка результатов освоения программы

входной контроль – проверка теоретических знаний в области физической культуры (тестирование);

текущий контроль – практическое выполнение заданий;

промежуточный контроль – практическое выполнение заданий;

итоговый контроль – выполнение комплексного практического задания.