**Министерство образования и науки**

**Карачаево-черкесской республики**

**РГБУ ДПО «КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ»**

Кафедра информационных и здоровьесберегающих технологий

**УТВЕРЖДАЮ**

Ректор РГБУ ДПО «КЧРИПКРО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Гурин

«28 » декабря 2017г.

Решение Ученого совета

РГБУ ДПО «КЧРИПКРО»

от «28» декабря 2017 г.

Протокол № 30

**Дополнительная профессиональная программа**

**повышения квалификации**

по проблеме: «Теория и методика организации тренировочного процесса в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта тренер»

**Авторы - составители:**

Шаповалов М.В. – к.п.н., доцент, зав. кафедры ИиЗТ;

Аюбов В.Х. – доцент кафедры ИиЗТ;

Моренко С.И. – ст. преподаватель кафедры ИиЗТ.

**Категория слушателей:** тренеры, тренеры – преподаватели спортивных

организаций

**Количество часов:** 108 часов

Черкесск 2017

**Пояснительная записка**

Дополнительна образовательная профессиональная программа повышения квалификации « Теория и методика организации тренировочного процесса в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер» (далее – Программа) разработана с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер», новых требований к аттестации тренера.

Одним из основных механизмов развития физической культуры и спорта является совершенствование тренерского корпуса. Современный тренер должен постоянно совершенствовать свою профессиональную компетентность, не реже одного раза в три года проходить курсы повышения квалификации.

Для успешной реализации Программы предусмотрены лекционные и практические занятия, мастер-классы, вебинары, самостоятельная работа. Для обеспечения минимального отрыва слушателей от работы 70% Программы реализуется в очно-дистанционной форме.

Актуальность Программы определяется потребностью тренера спортивной организации в овладении учебным материалом для совершенствования профессионального мастерства, новых компетенций в рамках требований федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер».

**Преимущества дистанционного образования:**

- Более высокая адаптивность к уровню базовой подготовки и способностям слушателей, здоровью, месту жительства и т.д., и соответственно, лучшие возможности для ускорения процесса получения образования и повышения качества обучения;

- Повышение качества образовательного процесса за счет ориентации на использование автоматизированных обучающих и тестирующих систем, задания для самоконтроля и т.д.;

- Оперативное обновление методического обеспечения учебного процесса, т.к. содержание методических материалов на машинных носителях легче поддерживать в актуальном состоянии;

- Повышение творческого и интеллектуального потенциала слушателей за счет самоорганизации, стремления к знаниям, умения взаимодействовать с компьютерной техникой и самостоятельно принимать ответственные решения;

- Ярко выраженная практичность обучения (слушатели могут на прямую общаться с конкретным преподавателем и задавать вопросы о том, что интересует больше всего их самих).

**ОБщАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА программы**

**1. Цель ПРОГРАММЫ:** повышение профессиональной компетенции тренеров, способных осуществлять свою тренерскую деятельность в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер»

**ЗАДАЧИ пРОГРАММЫ:**

- способствовать развитию мотивации слушателей к осуществлению профессиональной деятельности в области преподавания физической культуры и спорта;

- повысить информированность слушателей в вопросах применения нормативно-правовых документов, определяющих их профессиональную деятельность;

- расширить представления слушателей о современных образовательных технологиях, формирующих здоровый образ жизни обучающихся и воспитанников;

- создать условия для обмена опытом успешного применения современных спортивных технологий;

- способствовать распространению современных моделей образовательных систем по формированию здорового образа жизни в условиях современной социально - экономической среды;

- расширить и углубить знания, умения по взаимоотношениям тренера и спортсмена и возрастным особенностям развития личности;

- расширить знания биологии, анатомии, физиологии, биохимиии;

- готовить тренеров к реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер».

**2. Планируемые результаты обучения**

2.1. В результате освоения программы у слушателей совершенствуются следующие общепрофессиональные компетенции (ОПК) и профессиональные компетенции (ПК):

**Общепрофессиональные компетенции**

-Способен осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей спортсменов (ОПК -2);

- Готовкпрофессиональнойдеятельностивсоответствииснормативно-правовыми  
актам в сфере физической культуры и спорта (ОПК -4);

-Готов к обеспечению охраны жизни здоровья обучающихся (ОПК -6).

**Профессиональные компетенции**

***-*** осознает истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта(ПК-8);

* способен формировать мотивации у детей и молодежи к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
* способен реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида (ПК-10);
* умеет разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов (ПК-11);
* самостоятельно проводит тренировочные занятия по избранному виду спорта в детско-юношеском спорте и со спортсменами массовых разрядов, осуществляет профилактику травматизма (ПК-12);
* владеет актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека (ПК-13);
* способен формировать личность занимающихся в процессе рекреативных форм занятий, приобщать занимающихся к общечеловеческим ценностям (ПК-14);
* способен заинтересовывать население, используя коммуникативные и организаторские способности, для участия в рекреационной деятельности (ПК-15);
* самостоятельно проводит рекреационную деятельность в учреждениях различного типа с учетом особенностей занимающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов (ПК-16);
* умеет выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния на основе данных контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся (ПК-17);
* способен формировать осознанное использование средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия (ПК-18);
* умеет реализовывать программы оздоровительной тренировки для различных контингентов занимающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, вопросы питания и регуляции психического состояния, учитывая морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся с установкой на восстановление (ПК-19);
* способен составлять планирующую и отчетную документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования (ПК-20);
* умеет практически использовать документы государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры (ПК-21);
* умеет разрабатывать оперативные планы работы и обеспечивать их реализацию в первичных структурных подразделениях (ПК-22);
* умеет составлять индивидуальные финансовые документы учета и отчетности в сфере физической культуры, работать с финансово-хозяйственной документацией (ПК-23).
* способен обеспечивать технику безопасности при проведении занятий (ПК-24);
* способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-25);
* умеет проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ПК-26);
* владеет методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, способен формулировать и представлять обобщения и выводы (ПК-27);
* способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-28);
* владеет методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной деятельностью (ПК-29);
* использует накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях (ПК-30);
* владеет приемами общения и умеет использовать их при работе с коллективом занимающихся и каждым индивидуумом (ПК-31);
* владеет приемами формирования через средства массовой информации, информационные и рекламные агентства общественного мнения о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья (ПК-32).

**2.2**.**В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций:**

слушатель должен:

**Знать:**

**-** возрастную и специальную педагогику и психологию;

- физиологию и гигиену;

- содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки;

- методику преподавания;

- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;

- санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам;

-основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи;

- правила проведения подвижных спортивных игр;

- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;

- комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий;

- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста;

- технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов и т.п.;

- правила внутреннего трудового распорядка образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;

- этические нормы в области спорта;

- правила охраны труда и пожарной безопасности;

- конвенцию о правах ребенка;

-трудовое законодательство.

**Уметь:**

- поддерживать учебную дисциплину во время занятия;

- разъяснять в простой и доступной форме правила проведения спортивной, подвижной игры, объяснять суть упражнения, правила техники безопасности при выполнении упражнений, использовании спортивного инвентаря, участии в спортивной (подвижной) игре;

-показывать образцово и наглядно выполнение упражнения;

- ставить двигательную задачу в конкретной форме с наглядным объяснением;

- пользоваться контрольно-измерительными приборами;

- пользоваться спортивным инвентарем;

- выявлять своевременно угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности;

- оказывать первую помощь, правильно использовать средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты;

- использовать информационные технологии, в том числе средства подготовки и демонстрации презентаций, видеофильмов, иных образовательных ресурсов;

- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся;

- вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде;

-выявлять проблемы в организации спортивной работы, разрабатывать мероприятия по совершенствованию подготовки спортсменов;

- использовать методы календарного планирования.

Программа отвечает следующим **требованиям,** предъявляемым к программам дополнительного профессионального образования:

* + программа совместима по видам и срокам и учитывает возможности обеспечения равноценности дополнительного профессионального образования.
  + программа состоит из модулей, которые являются относительно самостоятельной частью образовательной программы, комплексно охватывающей определенную тему и позволяющей осваивать ее автономно.
  + программа позволяет дополнить необходимые теоретические знания по изученным направлениям, получить необходимые умения и навыки в постановке и решении профессиональных задач, позволяет слушателю получить навыки практического использования полученных знаний.
  + предлагаемый набор образовательных модулей программы обеспечивает возможность различной их компоновки в зависимости от конкретных целей обучения.
  + соотношение различных модулей в образовательной программе, а также формы и режимы обучения устанавливаются с учетом целей и сроков обучения, интересов и личностных особенностей обучающегося.
  + программа ориентирована на современные эффективные формы, методы и средства обучения и контроля знаний, управления образовательным процессом. Программа предполагает работу слушателя с учебной информацией и выполнение контрольных заданий в очно-заочной форме с элементами дистанционного обучения.
  + программа обеспечивает обучение в соответствии с поставленными целями.
  + качество освоения программы подтверждается введением распределенного текущего контроля (практические работы) и итогового контроля. При выборе вида и средств контроля учтены цели и сроки освоения Программы.

**Количество часов :** 108 часов

**Режим обучения:** 6- 8 часов в день

**Форма итогового контроля:** зачет (итоговый тест)

**Форма обучения:** очно- дистанционная

**Содержание программы**

**3.Учебный план**

**курсов повышения квалификации тренеров, тренеров - преподавателей**

« Теория и методика организации тренировочного процесса в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер»

**Цель:** повышение профессиональной компетенции тренеров, способных осуществлять свою тренерскую деятельность в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер»

**Категория слушателей:** тренер, тренер – преподаватель спортивных организаций

**Количество часов:**108 часов

**Режим занятий:** 6-8 часов в день

**Форма обучения:** очно - дистанционная

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов** | **Всего часов** | **В том числе** | | | | | | **Форма контроля** |
| **очно** | | ***дистанционно*** | | | **ВВебинар** |
| **лекции** | **пр. зан.** | **лекции** | **пр. зан.** | |
| **Базовая часть** | | | | | | | |  |  |
| Р 1 | **Основы законодательства Российской**  **Федерации в области образования, физической культуры и спорта** | **20** | **2** | **2** | **4** | **4** | | **8** | Выполнение практических заданий |
| **Профильная часть** | | | | | | | | | |
| Р 2 | **Предметно-методическая деятельность** | **84** | **4** | **14** | **34** | | **26** | **6** | Выполнение практических заданий |
|  | **Итого** | **104** | **6** | **16** | **38** | | **30** | **14** |  |
|  | **Итоговая аттестация (защита проектов)** | 4 | - | 4 | - | | - | -- | Выполнение итогового теста |
|  | **Всего** | **108** | **6** | **20** | **38** | | **30** | **14** |  |

**4.Учебно-тематический план**

**курсов повышения квалификации тренеров, тренеров - преподавателей**

« Теория и методика организации тренировочного процесса в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов** | | **Всего часов** | **В том числе** | | | | | **Форма контроля** |
| **очно** | | ***дистанционно*** | | |
| **лекции** | **пр. зан.** | **лекции** | **пр. зан.** | **ВВебинар** |
| **Базовая часть** | | | | | | | | |  |
| Р 1 | **Основы законодательства Российской Федерации в области образования, физической культуры и спорта** | | | | | | | | |
|  | **Профильная часть** | | | | | | |  |  |
|  | **Модуль 1**  **Нормативно правовое обеспечение физической культуры и спорта** | | **20** | **2** | **2** | **4** | **4** | **8** |  |
| 1.1 | Изменение законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта | | 4 | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р. 1 |
| 1.2 | Профессиональный стандарт «Тренер». Новые компетенции. | | 8 | 2 | 2 | 2 | 2 | - | Пр.р. 2 |
|  | **Вариативная составляющая** | | | | | | |  |  |
| 1.3. | Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" | | 4 | - | - | - | - | 4 | - |
| 1.4. | Основы трудового законодательства. Правила внутреннего трудового законодательства физкультурно-спортивной организации | | 2 | - | - | - | - | 2 | - |
| 1.5. | Правовые основы противодействия коррупции. Антикоррупционная политика | | 2 | - | - | - | - | 2 | - |
| **Профильная часть** | | | | | | | |  |  |
| Р 2 | **Предметно -методическая деятельность** | | | | | | |  |  |
|  | **Модуль 2**  **Современные методики и технологии тренировочного процесса** | **38** | | **-** | **6** | **18** | **14** | **-** |  |
| 2.1. | Современные методы планирования тренировочного процесса в рамках реализации стандартов спортивной подготовки | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.3 |
| 2.2 | Нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.14 |
| 2.3. | Методика составления рабочих программ тренеровочных курсов. Структура тренировочного занятия | 4 | | - | - | 4 | - | - | Пр.р.14 |
| 2.4 | Педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода. Методы тренировочной работы. | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.4 |
| 2.5. | Организационно-методические подходы и практика применения адаптивной физической культуры | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.5 |
| 2.6. | Методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.6 |
| 2.7. | Правила соревнований по видам спорта и дисциплинам. Судейство соревнований. Порядок допинг-контроля и антидопинговые правила | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.7 |
| 2.8. | Актуальные вопросы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.8 |
| 2.9. | Мастер – класс «Современные методики и технологии тренировочного процесса по видам спорта» | 6 | | - | 6 | - | - | - | - |
|  | **Модуль 3 ИКТ - компетентность тренера и спортсмена** | **14** | | **2** | **6** | **2** | **2** | **2** |  |
| 3.1. | Принципы организации дистанционного обучения | 4 | | 2 | 2 | - | - | - | - |
| 3.2. | Цифровая школа. Электронная и информационная среда тренера | 6 | | - | 4 | - | - | 2 | - |
| 3.3. | Информационная безопасность | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.9 |
| **Вариативная составляющая** | | | | | | | | | |
|  | **Модуль 4**  **Основы комплексной безопасности** | **12** | | **-** | **-** | **4** | **6** | **2** |  |
| 4.1. | Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.10 |
| 4.2. | Безопасность в дорожно – транспортных ситуациях | 2 | | - | - | - | - | 2 | - |
| 4.3. | Здоровье и здоровый образ жизни как основа безопасности | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р.11 |
| 4.4 | Обеспечение безопасности при проведении занятий по общей физической подготовке обучающихся | 2 | | - | - | - | 2 | - | Пр.р.14 |
|  | **Модуль 5**  **Оказание первой доврачебной помощи** | **8** | | **2** | **2** | **2** | **2** | **-** |  |
| 5.1. | Основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи | 4 | | 2 | 2 | - | - | - | - |
| 5.2. | Возрастная анатомия, физиология и гигиена. | 4 | |  | - | 2 | 2 | - | Пр.р.12 |
|  | **Модуль 6**  **Психолого – педагогические основыдеятельности тренера** | **12** | | **-** | **-** | **8** | **2** | **2** | **-** |
| 6.1. | Психологические особенности обучающихся с учетом возраста и основы возрастной педагогики | 2 | | - | - | 2 | - | - | Пр.р. 13 |
| 6.2. | Психические закономерности развития современных детей. Повышение психолого – педагогической компетентности педагога при работе с детьми из неблагополучных семей | 4 | | - | - | 2 | 2 | - | Пр.р. 13 |
| 6.3. | Последствия немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ | 2 | | - | - | 2 | - | - | Пр.р. 12 |
| 6.4. | Психологические основы безопасности школьника | 2 | | - | - | 2 | - | - | Пр.р. 14 |
| 6.5. | Современные подходы к организации инклюзивного образования | 2 | | - | - | - | - | 2 | - |
|  | **Итоговая аттестация** (Итоговый тест) | | **4** | **-** | **4** | **-** | **-** | **-** | **Зачет** |
|  | **Итого** | | **108** | **6** | **20** | **38** | **30** | **14** |  |

По программе повышения квалификации календарный учебный график каждого курса представлен в форме расписания занятий при наборе группы на обучение.

**5. Рабочая программа повышения квалификации**

«Теория и методика организации тренировочного процесса в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер»»

**Базовая часть**

**Р1. Основы законодательства Российской Федерации в области общего образования, физической культуры и спорта**

**Модуль 1. Нормативно – правовое обеспечение физической культуры и спорта**

* 1. **Изменения законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта**

Государственная политика в области образования. Образовательная реформа. Закон «Об образовании» Принципы государственной политики в области образования. ФГОС как инструмент повышения качества образования. Концепция преподавания Физической культуры. Федеральные, стандарты спортивной подготовки по видам спорта. Санитарно-гигиенические требования. Инновационная программа «Самбо в школе». Законодательные акты в области физической культуры и спорта. Организационно –методические подходы и практика применения адаптивной физической культуры.

Практическая работа №1

* 1. **Профессиональный стандарт «Тренер». Новые компетенции учителя.**

Характеристика профессионального стандарта тренера, основные требования к квалификации тренера. Профессиональные компетенции тренера, отражающие специфику работы в спортивной школе. Новая форма аттестации. Решение профессиональных задач. Профессиональный стандарт тренера.

Профессиональная готовность тренера к реализации новых спортивных стандартов: знаниевый компонент (знания о требованиях и о психологии воспитанника как факторе успешности реализации тренировочного процесса), практически-деятельностный (чему следует научиться при диагностике психологических особенностей группы, при проектировании тренировки), творческий компонент Требования к профессиональной компетентности тренера в контексте федеральных стандартов по видам спорта, критериев и показателей.

Модель профессионального стандарта педагогической деятельности с позиций системно-деятельностного подхода, включающая совокупность компетенций, обеспечивающих решение основных функциональных задач педагогической деятельности.

Виды компетентностей и их конкретизация в компетентностных образовательных моделях. Компетенции как результат образования. Виды компетентностей. Образовтельные, ключевые компетенции. Существенные признаки компетенций. Ценностно- смысловые компетенции. Общекультурные компетенции. Учебно-познавательные компетенции. Информационные компетентности. Коммуникативные компетентности. Социально- трудовые компетентности. Оценки уровня достижения компетентностей. Демонстрация тренером компетентного поведения.

Практическая работа № 2

**Вариативная составляющая**

* 1. **Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"**

Нормативно- правовая база Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО), методические рекомендации по организации работы по введению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Цели, задачи, структура, содержание и организация работы по внедрению в дальнейшей реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Виды испытаний, требования к оценке уровня знаний, порядок организации и проведения тестирования.

* 1. **Основы трудового законодательства**

Трудовой кодекс в РФ, основные положения регулирования общественных отношений, возникающих в процессе осуществления трудовой деятельности.   
Квалификационные характеристики учителя физической культуры. Должностные обязанности учителя физической культуры. Эффективный контракт. Трудовой договор.

* 1. **Правовые основы противодействия коррупции. Антикоррупционная политика в области образования**

Понятие коррупции и антикоррупционной политики в России, и за рубежом. Исторические корни феномена коррупции в свете криминологических учений о ее возникновении. Нормативно- правовая база противодействия коррупции. Критерии типологии и видов коррупции в органах государственной власти. Коррупция в образовании. Борьба с коррупцией в образовании, эффективность антикоррупционных мероприятий.

**Профильная часть**

**Р2. Предметно -методическая деятельность**

**Модуль 2. Современные методики и технологии тренировочного процесса**

**2.1. Современные методы планирования тренировочного процесса в рамках реализации стандартов спортивной подготовки**

Организация спортивной подготовки и новые понятия. Порядок организации спортивной подготовки в Российской Федерации. Субъекты спортивной подготовки. Нормативная база по физической культуре и спорту. Нормативная база ФГОС по физической культуре. Знания о физической культуре. Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Спортивно- оздоровительная деятельность. Упражнения общеразвивающего направления. Меры безопасности во время тренировки. Адаптивная физическая культура

Практическая работа № 3

**2.2. Нормативные документы регламентирующие работу со служебной документацией**

Планирование и организация образовательного процесса в области «Физическая культура». Анализ тренировочного занятия. Конструирование технологической карты тренировки Планируемые результаты как новый подход к оценке успеваемости обучающихся Комплексность планируемых результатов.: личностных, метапредметных и предметных. Учебная документация тренера.

Нормативные акты спортивной организации. Требования к планированию работы тренера. Требования к документации тренера.

Практическая работа № 14

**2.3. Методика составления рабочих программ тренировочных курсов. Структура тренировочного занятия**

Основные подходы к организации обучения для достижения планируемых результатов: компетентностный, практико-ориентированный, развивающий, дифференцированный, исследовательский, личностно-ориентированный. Технология подготовки тренировочных занятий в современной информационной образовательной среде. Особенности конструирования тренировочного занятия, направленного на формирование универсальных учебных действий – личностных, показательных, регулятивных и коммуникативных.

Типы и структуры тренировочных занятий. Формы организации обучения. Виды обучения. Нестандартные тренировочные занятия. Дополнительные формы организации педагогического процесса.

Практическая работа № 14

**2.4. Педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода. Методы тренировочной работы.**

Технологии личностно - ориентированного образования, игровые технологии, активные методы обучения, проблемное обучение, информационно-компьютерные технологии, технология опережающего обучения с использованием опорных схем, технология развивающего обучения, метод проектов.

Физические качества. Специфические методы физического воспитания: Методы строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод.

Общепедагогические методы физического воспитания: словесные методы, методы наглядного воздействия.

Планирование как элемент управления тренировочным процессом. Управление в спорте как перевод системы из одного состояния в другое согласно тем задачам, которые ставят перед собой тренер и спортсмен. Перспективное планирование. Перспективный, командный, индивидуальный план. Разделы плана тренировочного процесса. Этапы тренировочного процесса. Контрольная проверка по тестам

Практическая работа № 4

**2.5. Организационно – методические подходы и практика применения адаптивной физической культуры.**

Основные понятия и термины АФК. Функции АФК. Принципы АФК. Задачи и средства АФК. Методы и формы организаций занятий в АФК. Компоненты АФК: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация. Креативные телесно-ориентированные виды АФК. Экстремальные виды двигательной активности. Нормативно-правовое обеспечение АФК. Организационная структура АФК в России.

Практическая работа № 5

* 1. **Методика контроля и оценки физической подготовленности обучающихся**

Уровень и структуру физической и технической подготовленности, определение методики оптимизации физической и технической подготовки на основе учета закономерностей развития физической и технической подготовленности, школьников 12-15 лет. Физиологическая характеристика детей среднего школьного возраста. Определение методов физической подготовленности на начальном этапе обучения. Методы технической подготовки. Необходимые методы контроля и тестирования физической и технической подготовленности на тренировочных занятиях.

Практическая работа № 6

**2.7. Правила соревнований по видам спорта и дисциплинам. Судейство соревнований. Порядок допинг- контроля и антидопинговые правила**

Общие требования к содержанию положений (регламентов) о межрегиональных и всероссийских официальных физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях, предусматривающих особенности отдельных видов спорта.

Соревнования. Характер и виды соревнований. Организационный комитет. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Заявки на участие. Замена участников. Протесты Судейская коллегия соревнований. Апелляционное жюри.

Практическая работа № 7

**2.8. Актуальные вопросы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки**

Средства физического воспитания. Физическая подготовка. Спортивная тренировка. Тренированность. Спортивная форма. Спортивные соревнования. Двигательное действие. Двигательные умения. Двигательные навыки. Динамический стереотип. Физические упражнения. Классификация физических упражнений. ОФП и СФП. Направленность спортивной тренировки

Практическая работа № 8

* 1. **Мастер – класс «Современные методики и технологии тренировочного процесса по видам спорта»**

Современные подходы к организации тренировки по видам спорта. Методика обучения двигательным действиям на основе современных технологий. Мастер – классы по применению современных технологий на тренировке на базе спортивных организаций

**Модуль 3 ИКТ - компетентность педагога и учащегося**

**3.1. Принципы организации дистанционного обучения**

Работа с браузерами и поисковыми системами. Инструментарий вебинаров. Инструментарий дистанционного обучения.

**3.2. Цифровая школа. Электронная и информационная среда тренера.**

Ресурсы проекта «Цифровая школа». Спортивное информационное пространство инструмент дистанционной поддержки и взаимодействия с обучающимися и их родителями. Технические особенности создания электронных образовательных ресурсов в соответствии с требованиями ФГОС. Интерактивная доска. Сайт школы и учителя физической культуры.

Технические особенности видеосъемки урока и размещения его в сети Интернет. Проведение он-лайн урока. Способы наполнения курса методико – дидактическим содержанием и размещением в сети Интернет.

Мультимедийные системы. Электронный дневник. Электронный журнал.

Информационная грамотность. Внедрение Информационных технологии в сферу образования по всему миру. Современные дети. Цифровые образовательные технологии. Использование открытых образовательных ресурсов. Проблемы и положительные стороны в использовании ЦОР и ЭОР.

**3.3. Информационная безопасность**

История информационной безопасности. Основные понятия и определения в области защиты информации. Государственная система защиты информации РФ. Нормативно-правовое регулирование деятельности в области защиты информации. Информационное воздействие на человека. Информационная безопасность в повседневной жизни и в быту. Информационная преступность. Методы и средства защиты информации. Информационная безопасность учащихся. Организация механизмов защиты детей от распространения информации причиняющий вред их здоровью и (или) развитию.

Практическая работа № 9

**Вариативная составляющая**

**Модуль 4 Основы комплексной безопасности**

**4.1. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

Общие понятия о терроризме и экстремизме. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельнсти.

Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации. Положение Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности». Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Знание нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности. Обеспечение личной безопасности при угроз террористического акта.

Практическая работа № 10

**4.2. Безопасность в дорожно – транспортных ситуациях**

Формы и методы работы с учащимися по ПДД. Язык правил дорожного движения. Формирование и развитие умений и навыков безопасности поведения на дороге. Организация образовательного процесса по правилам дорожного движения. Использование информационных материалов на уроках по ПДД. Структура урока по ПДД. Учебно- методические материалы по ПДД. Наглядно-методические пособия по ПДД.

Профилактика ПДД. Предупреждение детского дорожного травматизма. Оказание срочной помощи ребенку. Нерегулируемый пешеходный переход. Регулируемый пешеходный переход. Ходьба по тротуару. Переход к остановке автобуса на другой стороне дороги. Посадка в автобус. Переход улицы при отсутствии транспорта на близком расстоянии.

**4.3. Здоровье и здоровый образ жизни как основа безопасности**

Особенности организации учебно-воспитательного процесса по здоровьесбережению.

Цели, задачи и педагогические условия реализации системной модели здоровьесберегающей деятельности на уроках физической культуры. Моделирование здоровьесберегающей деятельности учащегося.

Системная модель организации деятельности школы по сохранению и укреплению здоровья школьников.

Организация коммуникативного пространства на основе современных здоровьесберегающих технологий эффективного взаимодействия участников педагогического процесса. Совершенствование коммуникативной культуры учителя, отношений в системе «учитель-ученик», «учитель-учитель», «учитель-родители».

Значение модернизации педагогических технологий на основе деятельностного подхода как важного средства сохранения здоровья учащихся: игровые технологии; проблемное обучение; технология развития критического мышления, метод «Портфолио».

Оптимизация и модернизация предметной области «Физическая культура».

Практическая работа №11

**Модуль 5 Оказание первой помощи**

**5.1. Основы спортивной медицины, медицинского контроля и способы оказания первой помощи.**

Понятие здоровья человека. Основные признаки нарушения здоровья. Общая характеристика и виды детского травматизма. Причины детского травматизма. Профилактика детского травматизма. Опасные для жизни (неотложные) состояния и первая доврачебная помощь. Соматические заболевания и нервно –психические расстройства. Инфекционные заболевания. Роль школы в формировании здоровья учащихся.

**5.2. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.**

Физиологические показатели здорового организма. Закономерности онтогенеза. Развитие опорно – двигательного аппарата. Развитие нервной системы в онтогенезе. Рефлекторная деятельность организма. Физиологические основы психической деятельности. Развитие эндокринной системы. Индивидуально - типологические особенности ребенка. Комплексная диагностика уровня развития ребенка. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса.

Практическая работа № 12

**Модуль 6 . Психолого – педагогические основы деятельности тренера**

**6.1. Психологические особенности обучающихся с учетом возраста и основы возрастной педагогики**

Характеристика особенностей развития детей 1-3 лет. Характеристика особенностей развития детей 3- 6 лет. Характеристика особенностей развития детей 6- 10 лет. Характеристика особенностей развития детей 10- 15 л. Характеристика особенностей развития детей 15- 18 л.

Практическая работа № 13

**6.2. Психические закономерности развития современных детей. Повышение психолого – педагогической компетентности педагога при работе с детьми из неблагополучных семей**

Психологическая дизадаптация детей и обучающихся в массовых школах. Изменение «нормы реакции» современной детской популяции. Воспитание как формирующее обучение.

Практическая работа № 13

**6.3. Последствия немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ**

Последствия пагубного потребления наркотических средств и психотропных веществ разными категориями населения, в частности несовершеннолетними. Разновидности наркотических средств и их воздействие на органы человека. Как уберечь ребенка от употребления НСии ПВ.

Практическая работа № 12

**6.4. Психологические основы безопасности школьника**

Психофизиологические основы безопасности. Психофизиологические причины , приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок. Психофизиологические основы памяти и внимания. Психофизиологические проблемы агрессивного поведения. Психофизиологические особенности детей в формировании их безопасности.

Практическая работа № 14

**6.5.Современные подходы к организации инклюзивного образования**

Образование инвалидов в России: история вопроса, статистика. Терминология и язык инклюзии. Инклюзивное образование в России. Грани и проблемы. Инклюзивный подход к образованию для всех. Перспективы развития инклюзивного образования в России.

Правовое регулирование доступа инвалидов к образованию: международные правовые акты, законодательные акты Российской Федерации, локальные акты, регламентирующие деятельность инклюзивных классов.

Теоретические основы современной психолого-педагогической диагностики. Цели и задачи диагностики. Требования к проведению диагностики. Основные принципы диагностирования.

Правила инклюзивной школы. Создание в школе комплексной безбарьерной образовательной среды (Вход в школу; Внутреннее пространство школы; Школьная раздевалка; Школьная столовая; Школьный туалет; Классные кабинеты; Территория школы).

Организация учебного пространства в классе. Участники инклюзии. Организация коррекционно-развивающей работы на уроке в инклюзивном классе. Требования к режиму организации занятий.

Взаимодействие специалистов ОУ при осуществлении комплексной поддержки детей-инвалидов.

**Итоговая аттестация –** зачет ( итоговый тест)

**6. Организационно-педагогические условия**

**6.1.Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

**Рекомендуемая литература**

**Международные нормативно - правовые акты и документы**

1. Декларация прав ребенка. Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 года.

2. Конвенция о правах ребенка. Утверждена Генеральной Ассамблеей ООН от 20 11. 1989г.

**Основная литература**

1. [Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"](http://study.garant.ru/auth/login?username=guest#/document/70291362).-М.,2012.
2. [Государственная программа Российской Федерации](http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie/dokumenty/izvlecheniya-iz-gosudarstvennoj-programmy-rossijskoj-federatsii-razvitie-obrazovaniya-na-2013-2020-gody-utv-rasporyazheniem-pravitelstva-rf.html) [«Развитие образования» на 2013–2020 годы(утв. распоряжением Правительства РФ от 15 мая 2013 г. № 792-р)](http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie/dokumenty/izvlecheniya-iz-gosudarstvennoj-programmy-rossijskoj-federatsii-razvitie-obrazovaniya-na-2013-2020-gody-utv-rasporyazheniem-pravitelstva-rf.html)

3. [Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».](http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie/dokumenty/sanpin-2-4-1-3049-13.html)

2. Кац А. М. Применение закона «Об образовании в Российской Федерации» - М: Академия АПК и ПРО, 2016.

4. Кац А. М. Права и обязанности учителя общеобразовательного учреждения в законе «Об образовании». - М: Академия АПК и ПРО, 2015.

5. Днепров Э.Д. образовательный стандарт – инструмент обновления содержания общего полного образования// Вопросы образования.- 2016. №3.

7. Акулова О.В., Писарева С.А., Пискунова Е.В. Конструирование ситуационных задач для оценки компетентности учащихся/ Учебно-методическое пособие для педагогов школ - СПб: КАРО, 2017

8.Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий/ Пособие для учителя. Под ред. А.Г. Асмолова. – М:Просвещение, 2016.

10. Лебедев О.Е. Компетентностный подход в образовании. /Школьные технологии. -20012, №5.

19.Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования. / Курнешова Л.Е. Сборник. - М., 2017.

20. Культура здоровья и двигательная активность. Сборник инф.мет.мат. №10/сост. Цукерман М.И., Левченко И.Н. - М.: МГПИ, 2015.

21. Баландин Г.А. Методические рекомендации учителю физкультуры. - М., 2014.

23. Кронников Н.Д. «Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании». //Физкультура в школе № 3, 2016 г.

**Дополнительная литература**

1. Назаркина Н.И. «Проблемы модернизации урока физической культуры». //Физическая культура в школе. № 5, 2012 г.
2. Сидоров А.И. «Важный раздел программы повышения квалификации учителей физической культуры» //Физическая культура в школе. № 6, 2012 г.
3. Шмелева Е.А. «Учитель физической культуры в инновационном образовательном пространстве новой школы». НМЖ. //Физическая культура в школе. № 3, 2013 г.

4. Волков В. Ю., Волкова Л. М. Компьютерный дистанционный курс подисциплине «Физическая культура» /Матер. всерос. науч.-практ. конф. СПб.,2000.  
5. Гаврилов Д. Н. и др. Особенности мониторинга физического состояниянаселения. Ж. «Теория и практика физической культуры», 2006, №3 с.60-63.  
6. Готовцев П. И., Дубровский В. И. Самоконтроль при занятияхфизической культурой. – М., 1984.  
7. Давыдов В. Ю. Что такое мониторинг состояния здоровья населения,физического развития и физической подготовленности детей, подростков иьмолодежи? // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2002, № 3, c. 46-47

**Основные Интернет-ресурсы**

1. [http://standart.edu.ru](http://standart.edu.ru/)
2. [http://www.ed.gov.ru](http://www.ed.gov.ru/)

3. http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=lib сеть творческих

учителей/сообщество учителей физической культуры

4. http://www.trainer.h1.ru/ - сайт учителя физической культуры

5.http://zdd.1september.ru/ - газета "Здоровье детей"

6.http://spo.1september.ru/ - газета "Спорт в школе"

7.http://festival.1september.ru/ - Фестиваль пед. идей «Открытый урок»

8.http://sportlaws.infosport.ruСпортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта.

9.http://kzg.narod.ru/- Журнал «Культура здоровой жизни» Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления

10.http://www.pfo.ru — Сайт Приволжского федерального округа

11.http://www.sportreferats.narod.ru/

12.http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=lib сеть …[Материалы для учителя физкультуры на сайте Zavuch.Info...](http://www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php?ID=15106) 05.01.2010

13.Интернет-ресурсы.www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php

**6.2. Требования к оценке качества освоения программы**

Для реализации программы повышения квалификации предусматриваются различные виды практико-ориентированных видов деятельности:

- деловые и ролевые игры (по содержанию различных управленческих и педагогических ситуаций);

- тренинги;

- разработка проектов;

- работа с литературой;

- работа с интернет-ресурсами (выполнение практических работ в дистанте, участие в вебинарах, через электронную почту, поиск информации по заданной тематике, работа с нормативно-правовой информацией и т.д.);

- работа в дистанционной форме;

- разработка и решение тестов;

- работа в вебинарах.

Условиями положительной результативности работы является деятельное участие слушателей при выполнении расписания курса, практических работ, посещения вебинаров и платформы дистанционного обучения , успешного выполнения практических работ и итогового теста.

Дистанционное обучение с частичным отрывом от работы предполагает - посещение занятий и вебинаров по расписанию, самостоятельная работа слушателя с лекционным материалом опубликованным на платформе дистанционного обучения, выполнение практических работ по теме.

**6.3. Кадровое, учебно - методическое и материально-техническое обеспечение программы**

Реализация программы курсов повышения квалификации должна обеспечиваться главным образом профессорско– преподавательским составом РГБУ ДПО «КЧРИПКРО»

с привлечением специалистов, владеющих необходимыми профессиональными знаниями.

Для проведения очной, практико-ориентированной части курсов повышения квалификации могут привлекаться опытные, лучшие педагоги и тренеры КЧР с показом мастер-классов, открытых уроков, занятий.

Для обучения на курсе слушатель должен:

* иметь первоначальные навыки работы на компьютере;
* уметь отправлять и получать электронную почту;
* уметь запускать и выполнять базовые операции в Интернет-браузере.

Для обучения необходимо наличие доступа к компьютеру, подключенному к интернету.

Обучение педагогов проходит в аудиторном и дистанционном режиме с лекциями и практическими работами, вебинарами в режиме реального и свободного от работы времени по согласованному и утвержденному расписанию. Обязательным условием проведения курсовой подготовки является фиксация процесса повышения квалификации в информационной среде.

При прохождении данного курса осуществляется практико-ориентированкый подход к обучению: в процессе обучения каждый слушатель, используя возможности информационной среды, включается в работупо изучению материалов программы, преподаватель- оценивает и рецензирует ученические работы, формирует отчеты о деятельности слушателя и т.п. Очные традиционные занятия проводятся в специально оборудованном помещении для проведения обучения, компьютерном классе, спортивном зале. Под руководством преподавателя слушатели знакомятся с информационной средой, с различными моделями обучения с использованием дистанционных технологий.

Аудиторные занятия проходят в форме лекций, дискуссий и практических работ.

На занятиях слушатели:

* знакомятся с теоретическим материалом;
* участвуют в дискуссии: высказываются, слушают, интерпретируют;
* работают как индивидуально, так и в группах;
* выступают друг перед другом с результатами исследований;
* задают вопросы;
* моделируют самостоятельную дистанционную работу и посещение вебинаров.

Во время занятий слушатели курсов, переходя от одного раздела информационной среды к другому, включаются в процесс обучения: выполняют задания, тесты, оставляют сообщения в форумах, используют электронную почту и внутреннюю почту информационной среды для учебного взаимодействия.

Дистанционная часть курса является продолжением очных занятий. Обучение педагогов проходит в дистанционном режиме в отложенном времени и с практическими занятиями в режиме реального времени по согласованному и утвержденному расписанию. Слушатели переходят к самостоятельной работе с учебными материалами: знакомятся с обязательной и дополнительной литературой, выполняют практические и проектные работы. Используя интернет, слушатели находятся в постоянном контакте друг с другом и с преподавателями :

* задают свои вопросы преподавателю и друг другу в форумах;
* сдают выполненные работы;

- делятся своим практическим опытом, в том числе знакомят остальных со своей  
методической или учебной деятельностью в Интернете, публикуя в форумах ссылки.  
Преподаватели курса обучения:

* рецензируют и оценивают работы;
* отвечают на вопросы, организуют консультационное общение по электронной почте, телефону, скайпу;

- поддерживают дискуссию в форумах - побуждают слушателей высказываться и  
реагировать на высказывания друг друга.

**6.4. Методические рекомендации по реализации учебной программы**

Электронные учебно-методические материалы очно-дистанционных курсов повышения квалификации предназначены для педагогических работников образовательных организаций. Данный курс включает: 82 - часовую программу по дистанционной форме обучения; 26 часов - очное обучение слушателей. Завершается обучение слушателей итоговой аттестацией в форме зачета (итоговый тест).

Электронные учебно-методические материалы включают обязательный и дополнительные комплекты, которые представлены для слушателя. В ходе работы слушателю необходимо:

- изучить электронные курсы лекций и материалы презентаций;

- выполнить практические задания к каждой лекции;

- выполнить тестовые задания;

- принять участие в вебинарах.

Обучение слушателей осуществляется в сети Интернет (посредством применения оболочки ISpring Online или электронной почты). Кроме того, слушателям будет обеспечена возможность общения с преподавателем-консультантом по телефону или Skype.

Все работы, выполняемые слушателями, оценки, комментарии, все сообщения в форуме собираются и хранятся системой ISpring Online. При прохождении данного курса осуществляется практико-ориентированный подход к обучению: в процессе обучения каждый преподаватель-консультант, используя возможности информационной среды, обеспечивает активное учебное взаимодействие со слушателями.

В данном курсе предполагается обсуждение учебных проблем в вебинарах и форуме. В форуме можно принять участие в обсуждении уже предложенной темы консультантом. Кроме того, можно добавить свою тему для обсуждения.

Обучение слушателей предполагает выполнение ими практических заданий. Задания можно выполнять с ответом в виде текста, с ответом в виде файла или задания с ответом вне сайта. Задание с ответом в виде текста выполняется в специальном поле для ответа, все работа производится прямо в системе ISpring Online. Преподаватель-консультант имеет возможность оценить и прокомментировать результаты работы слушателей. Задание с ответом в виде файла выполняется слушателем самостоятельно в программе **Microsoft Word**и загружается на сервер. В случае выполнения задания с ответом вне сайта можно использовать электронную почту.

Рекомендуется выполнение практических заданий слушателем ежедневно, в соответствии с расписанием учебных занятий или в свободное от работы время.

Работа по дистанционному курсу обучения должна быть завершена каждым слушателем в полном объеме не позднее последнего дня обучения (в соответствии с расписанием занятий).

**7. ФОРМЫ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**

**7.1. Методические рекомендации по подготовке к итоговой аттестации слушателей**

Программа курсов повышения квалификации каждого модуля предусматривает различные формы контроля:

- *текущий контроль* (анкетирование, ответы на проблемные вопросы в процессе лекций, семинаров и практических занятий; анализ нормативно-правовых документов различных уровней и др.);

- ответы на проблемные вопросы в процессе лекций, практических занятий, семинаров, мастер - классов;

- выполнение практико-ориентированных заданий по тематике курса;

- выполнение практической работы;

- анализ нормативно-правовых документов различных уровней;

- анализ типичных педагогических ситуаций;

- защита единичных и комплексных проектных разработок;

- защита учебных продуктов, разработанных на практических занятиях и самостоятельно (мультимедийных презентаций, программ, планов, моделей и др.);

- предъявление рефлексивных работ (самоанализа, эссе и др.).

- предъявление результатов практических заданий. (Приложение)

- *итоговый контроль* (по результатам освоения программы курсов повышения квалификации).

Итоговая аттестация слушателей курсов повышения квалификации проводится в форме зачета. Зачет включает итоговый тест (Приложение). К итоговой аттестации допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные программой и успешно прошедшие все промежуточные практические задания.

Главным назначением всех форм контроля за реализацией программы является оценка профессиональной готовности слушателей для решения различных профессиональных ситуаций в условиях реализации ФГОС и профессионального стандарта «Тренер», а также создание условий для их мотивации к адекватной самооценке.

Лица, освоившие программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ установленного образца о повышении квалификации - удостоверение.

**7.2.Оценочный материал к текущей аттестации**

**Описание практически заданий**

**Практическая работа № 1**

**Изменения законодательства РФ в области образования, физической культуры и спорта**

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Перечислите основные федеральные законы в области образования, физической культуры и спорта
2. Типы образовательных организаций, которые предусмотрены Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»:

3. Устав образовательной организации утверждается:

4. Общеобразовательные организации вправе реализовывать следующие программы:

5. Образовательная организация несет ответственность за:

6. За вред, причиненный несовершеннолетним, не достигшим возраста четырнадцати лет (малолетним), во время, когда он временно находился в образовательной или иной организации, обязанной осуществлять за ним надзор, отвечают:

7. Содержание образования определяют:

8. Образовательные программы разрабатываются:

9. Установление форм, периодичности и порядка проведения промежуточной аттестации обучающихся осуществляется:

10. Основанием для возникновения образовательных отношений обучающегося и образовательной организации является:

**Практическая работа №2**

**Профессиональный стандарт «Тренер». Новые компетенции.**

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Дайте определение понятию «Компетентность»
2. Дайте определение понятию «Компетентный» и «Компетенция»

3. Перечислите компетенции Тренера в направлении «Трудовые функции»

3.3.1. *«*Осуществление отбора обучающихся в группы и секции тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта, спортивным дисциплинам»

|  |  |
| --- | --- |
| Трудовые действия |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Необходимые умения |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Необходимые знания |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Другие характеристики |  |

**Практическая работа № 3**

**Современные методы планирования тренировочного процесса в рамках реализации стандартов спортивной подготовки**

1. Ознакомьтесь с документом *«*Справочная информация: "Федеральные стандарты спортивной подготовки и правила видов спорта"
2. В интернете найти приказ по своему виду спорта , скачать его, сохранить его на рабочем столе, ознакомиться с ним, прикрепить и отправить его как практическую работу.

**Практическая работа № 4**

**Педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения. Методы тренировочной работы.**

*Ответьте на нижеследующие вопросы.*

1. Перечислите педагогические технологии (знакомые Вам)
2. Дайте определение понятию «Педагогические технологии»
3. Перечислите физические качества

4. Перечислите методы физического воспитания

**Практическая работа №5**

**Организационно – методические подходы и практика применения адаптивной физической культуры**

*Ответьте на нижеследующие вопросы.*

1. Дайте определение «Адаптивная физическая культура»
2. Цель адаптивной физической культуры.
3. Виды адаптивной физической культуры

**Практическая работа №6**

**Методика контроля и оценки физической подготовленности обучающихся**

*Ответьте на поставленные вопросы*

1. Дайте определение понятию «Мониторинг»
2. Перечислите критерии, на основании которых вырабатывается суждение о качестве обследований спортсменов, понимаются признаки и свойства, присущие исследовательской проверке состояния спортсмена по ее природе, назначению и отражающие опыт ее осуществления, реализации.
3. Параметры подготовленности спортсменов в зависимости от характера решаемых педагогических задач классифицируются по следующим признакам:
4. Методы определения численных значений показателей подготовленности спортсменов подразделяются на две группы:
5. Методы адаптивной физической культуры

**Практическая работа № 7**

Правила соревнований по видам спорта и дисциплинам. Судейство соревнований. Порядок допинг – контроля и антидопинговые правила

*Ответьте на вопросы*

1. Дайте определение понятию «Соревнование».
2. Характеристики и виды соревнований.
3. Обязанности организации проводящей соревнования.
4. Общие обязанности судей.
5. Санкции за нарушение правил соревнований.

**Практическая работа №8**

**Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки**

*Ответьте на вопросы теста*

**1. К каким факторам, которые влияют на динамику спортивных достижений принадлежит прогрессивная методика тренировок?**  
- индивидуальные факторы  
- научно-технические факторы- социально-экономические факторы

**2. Спортивная тренировка — это подготовка спортсмена, системно построенная на основе методов упражнения.**  
- ошибочность  
-истина

**3. Метод обучения двигательным действиям это …**  
- способ действий учителя (тренера) и учеников, направленный на решение отдельных дидактических задач  
- выбор принципиального способа (пути) решения учителем (тренером) той или иной педагогической задачи в целом

**4. Что из представленного является методической особенностью игрового метода?  
- непрерывные нагрузки одинаковой интенсивности**  
**- вариативность ситуаций, что способствует комплексному проявлению физических качеств и двигательных умений**  
- выделение частей движения, что изучается, и отдельное их усвоения

**5**. **Какие «волны» (согласно принципу волнообразности динамики нагрузок) характеризуют динамику нагрузок в микроцикла?**  
- средние «волны»  
- большие «волны»  
- малые «волны»

**6.Что означает термин «стабильность» техники?**  
- рациональное использование энергии в процессе выполнения двигательных действий  
- независимость техники упражнений от условий и функционального состояния организма спортсмена

**7.Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в ходе специфической соревновательной деятельности это …**  
-физическая подготовка  
**-**тактическая подготовка  
- техническая подготовка

**8. К показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:**

- нормативы и требования государственных программ.

- показатели телосложения

**- показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств;**

- единая спортивная классификация;

e) показатели здоровья;

**9. В физическом воспитании и спорте основным методом при развитии быстроты**

**двигательной реакции является:**

- метод динамических усилий

- метод круговой тренировки

- метод поощрения

**- метод повторного выполнения упражнения**

- игровой метод

**10. Для развития общей выносливости наиболее широко применяются циклические упражнения продолжительностью не менее:**

- 7-12мин, выполняемые в аэробно-анаэробном режиме

- 3-5мин, выполняемые в анаэробном режиме

- 30-45мин

- 45-60мин

- **15-20мин, выполняемые в аэробном режиме**

**Практическая работа № 9**

**Информационная безопасность**

*Ответьте на нижеследующие вопросы.*

1. Дайте определение «Информационная безопасность»
2. Какие опасности ждут школьника в сети Интернет?
3. Как обезопасить детей в Интернете?

**Практическая работа №10**

**Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

*Выполнить тест. Выделите жирным правильный один или несколько ответов.*

1. В **какой стране впервые появилось понятие «терроризм»?**

**А**. Великобритания**. Б**. Франция. **В**. США. **Г**. Ирак.

**2.Что не является главной целью террористов?**

**А**. Психологическое воздействие. **Б**. Уничтожение противника.

**В**. Самореклама. **Г**. Способ достижения цели.

**3**. **Какие причины терроризма не являются политическими?**

**А**. Столкновение интересов двух государств.

**Б**. Разжигание национальной розни.

**В**. Недовольство деятельностью правительства.

**Г.** Возрастание социальной дифференциации.

**4**. **Что такое «диверсия»?**

**А.** убийство диктаторов. **Б.** партизанская война в городе.

**В.** операция по уничтожению коммуникаций и живой силы

противника в тылу врага.

**5. Главный способ финансирования террористической деятельности**

**А.** криминальная деятельность **Б.** банковские вложения

**В.** частные пожертвования **Г.** правительственные ассигнования.

**6**. **Термин «терроризм» и «террор» стал широко употребляться со**

**времён:**

**А**. Английской буржуазной революции XVII в.

**Б**. Французской буржуазной революции 1789 г.

**В**. Великой октябрьской социалистической революции в России в 1917 г.

**Г**. Нидерландской революции XVI в.

**7.Несмотря на отсутствие общепринятого определения понятия «терроризм», тем не менее, практически все его определения трактуют «терроризм» как способ решения:**

**А**. Политических проблем путем убеждения

**Б**. Экономических проблем путем реформирования

**В.** Политических проблем методом насилия

**Г**. Экономических проблем методом насилия.

**8. При освобождении заложников возникла перестрелка. Что нужно, чтобы пуля не попала в тебя**

**А.**  сразу лечь,

**Б.** оглядеться в поисках укрытия,

**В.** можно укрыться за ближайшим автомобилем или под ним,

**Г.** проскользнуть в подворотню, подъезд или окно первого этажа.

**9. Назовите орган управления или структурное подразделение министерств и ведомств Российской Федерации, задача которого - предупреждение, выявление и пресечение террористической деятельности с корыстными целями:**

**А.** Министерство внутренних дел РФ

**Б.** Служба внешней разведки РФ

**В.** Федеральная служба безопасности РФ

**Г.** Министерство обороны РФ.

**10. Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при освобождении заложников:**

**А.** расположитесь подальше от окон, дверей и самих террористов

**Б.** если во время операции используется газ, защитите органы дыхания (шарфом, платком или косынкой)

**В.** во время операции по освобождению, чтобы быстрее спастись, бегите навстречу сотрудникам спецслужб

**Г.** при освобождении выполняйте все требования сотрудников спецслужб.

**11**. **Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при обнаружении взрывного устройства:**

**А.** немедленно сообщите об обнаруженном подозрительном предмете в правоохранительные органы

**Б.** исключите использование мобильных телефонов, средств связи и т.п., т.к. они способны вызвать срабатывание радио-взрывателя

**В.**  не дожидаясь специалистов, унесите подозрительный предмет в безопасное место.

**12. Назовите методы террористов:**

**А.** обещание материальных благ и льгот населению

**Б.** взрывы и поджоги мест массового нахождения людей, захват больниц, роддомов и др.

**В.** правовое урегулирование проблемных ситуаций

**Г.** демонстрация катастрофических результатов террора

**Д. использование бактериальных, химических и радиоактивных средств поражения населения.**

**13. Меры противодействия террористическим актам:**

**А.**  подвальные и чердачные помещения оставить свободными для входа

**Б.** в вагоне поезда, метро, в салоне автобуса не прикасаться к пакетам, оставленным без присмотра

**В.** на чердаках можно хранить макулатуру и другие непригодные вещи

**Г.** постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщить о них сотрудникам правоохранительных органов

**Д.** на входные двери в подъезд в жилых домах необязательно устанавливать домофоны.

**14. При захвате самолета или автобуса следует ...**

**А.** не привлекать внимание террористов

**Б.** обращаться к террористам с просьбами

**В.** оказывать террористам содействие

**Г.** выдвигать требования и протестовать

**15. Порекомендуйте безопасные действия для группы людей при захвате их террористами**:

**А.** выражать свое неудовольствие, кричать, призывать на помощь

**Б.** проинформировать захватчиков о социальном статусе заложников

**В.** не задавать вопросы и не смотреть террористам в глаза.

**16**. **Согласно ст. 205 УК РФ за терроризм предусмотрено наказание:**

**А.** административный штраф и конфискация имущества

**Б.** лишение свободы на срок от 6 до 15 лет и более лет, а также пожизненное заключение

**В.** наложение ареста на недвижимость и заключение под стражу.

**Практическая работа №11**

**Здоровье и здоровый образ жизни как основа безопасности**

**Дополните:**

1) Здоровье — это «*…состояние полного физического, духовного и социального б\_\_\_\_\_\_\_\_\_ а не только отсутствие болезней или физических д\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*»;

2) Личный вклад — уже \_\_\_\_% здоровья. Это образ жизни человека. Генетическими факторами здоровье человека определяется на\_\_\_\_\_, от медицины наше здоровье зависит всего на \_\_\_\_ а остальные \_\_\_\_ определяются другими факторами (экологией, степенью благосостояния и т.д.);

3) *Здоровый образ жизни —*\_\_\_\_\_\_\_\_, стиль, способствующий сохранению, \_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ данной популяции. Здоровый образ жизни — это не только медицинская, но и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ категория, которая зависит от развития \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и производственных отношений. Здоровый образ жизни связан с выбором \_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ в отношении здоровья стиля жизни, что \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ отдельных социальных групп и общества в целом.

**Соотнесите:** (пример: *1а2б3в*)

|  |  |
| --- | --- |
| *Уровни сохранения здоровья* | *Признаки* |
| *1) Социальный* | а) Это — система ценностных ориентаций человека, бытовой уклад. |
| *2) Инфраструктурный* | б) Сохранение здоровья осуществляется с помощью пропаганды через СМИ и информационно-просветительскую работу. В России проблемами этого уровня занимается служба формирования здорового образа жизни (СФЗОЖ), которая в) включает краевые, областные, городские и районные центры здоровья, врачебно-физкультурные диспансеры, косметологические лечебницы, кабинеты пропаганды здорового образа жизни. Научно-методическое обеспечение осуществляет Всероссийский научно-исследовательский центр профилактической медицины. |
| *3) Личностный* | в) Это — конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности (наличие свободного времени и материальных средств), профилактические учреждения и экологический контроль. |

Ответ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Назовите:**

1)Основные факторы риска для здоровья:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

2) Перечислить основы здорового образа жизни

**Практическая работа №12**

**Возрастаная анатомия, физиология и гигиена**

*Ответьте на нижеследующие вопросы.*

1. Укажите фазы интенсивного роста организма.
2. Какие функции выполняет нервная система?
3. Понятие желез внутренней секреции, гормонов.
4. Значение опорно-двигательного аппарата
5. Что такое работоспособность и какие фазы работоспособности выделяют?

**Практическая работа №13**

**Психологические особенности спортсменов с учетом возраста и основ возрастной педагогики**

*Ответьте на вопросы и задания*

**1.**Проблемы в развитии современного ребенка:

2.Понятие семейного неблагополучия.

3.Типы семейного неблагополучия:

4. Модели помощи неблагополучной семье.

5 .Дать понятие возрастной психологии.

6.Возрастная периодизация развития.

7. Понятие психологической безопасности школьника.

8. Понятие комфортная внутришкольная среда.

**Практическая работа 14**

**Последствия немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ**

**Ответить на вопросы**

1. Что можно отнести к социальным последствиям немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ.

2. Что относится к группе психоактивных веществ.

3. Перечислить признаки употребления наркотиков подростками:

4. Каковы основные причины употребления ПАВ в подростковом возрасте.

**ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

**по итогам курса повышения квалификации тренеров, тренеров - преподавателей**

«Теория и методика организации тренировочного процесса в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки и профессионального стандарта «Тренер»

**Инструкция по выполнению заданий**

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 6 групп:

**I.Задания в закрытой форме, с выбором одного правильного ответа.** При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, неподходящие в качестве ответа. Правильным является только один - тот, который наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Выбранный вариант отмечается зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке работы: «а», «б», «в» или «г».

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропу­щенному заданию.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

**II.Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание.** При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать недоста­ющие слова, чтобы получилось верное утверждение. Подобранные слова вписывайте в соответствующую графу бланка работы.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.  
**III. Задание на соотнесение понятий и определений( в дальнейшем задания «на соответствие»)**

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 0,5 балла.

Контролируйте время выполнения задания.

Полноценное выполнение третьей группы заданий может потребовать больше времени.

IV. **Задания на установление правильной последовательности дейст­вий.**

Полноценно выполненные задания этой группы оцениваются в 3 балла.  
**V. Задания на перечисление.** Каждый правильный ответ этой группы

оценивается в 0,5 балла.

**VI. Задания на описание графических изображений двигательных действий (пиктограмм).** Каждое верно описанное графическое изображение оценивается в 0,5 балла.

Время выполнения всех заданий - 45 минут.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

***Желаем успеха!***

**ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

**по итогам курса повышения квалификации тренеров, тренеров-преподавателей**

***I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.***

**1. В каком городе находится Международная Олимпийская академия?**

а) Лозанна; б) Париж; в) Олимпия; г) Афины.

**2.** **Высшим органом Международного олимпийского комитета является**

а) президент; в) конгресс;

б) сессия; г) исполнительный комитет.

**3.** Эвери Брендедж был избран президентом МОК в

а) 1948 г. б) 1952 г. в) 1960 г. г) 1972 г.

**4.** **Какой вид соревнований не существовал до Игр I Олимпиады?**

а) марафонский бег; в) толкание ядра;

б) современное пятиборье; г) прыжки с шестом.

**5.** **Какой метод целесообразно применять для снижения массы тела?**

а) повторный; в) равномерный;

б) целостного упражнения; г) вариативного упражнения.

**6.** **На что направлена профессионально-прикладная физическая культура?**

а) на подготовку к жизни;

б) на подготовку к соревнованиям;

в) на подготовку к трудовой деятельности;

г) на подготовку к обучению в ВУЗе.

**7.** **Какие виды упражнений применяют при разучивании техники двигательного действия?**

а) общеразвивающие; в) подводящие;

б) общеподготовительные; г) соревновательные.

**8. Какой из видов спорта относится к единоборствам?**

а) хоккей; б) самбо; в) биатлон; г) регби.

**9.** **В каких единицах измеряется суточная двигательная активность человека?**

а) частота пульса; б) количество занятий; в) количество шагов;

г) количество выполненных физических упражнений за занятие.

**10.** **При проявлении какого физического качества в большей степени воспитывается сила воли?**

а) быстрота; в) сила;

б) выносливость; г) ловкость.

**11.** **В какой последовательности происходит формирование двигательногонавыка и умения?**

а) умение параллельно с навыком;

б) формируется либо умение либо навык;

в) навык переходит в умение;

г) умение переходит в навык.

**12.** **Какие методы различают в физическом воспитании?**

а) основные и дополнительные;

б) специфические и общепедагогические;

в) практические и теоретические;

г) общие и специальные.

**13.** **Как должны сочетаться потребляемые и расходуемые калории для снижения массы тела?**

а) количество потребляемых калорий меньше расходуемых;

б) количество потребляемых калорий больше расходуемых;

в) количество потребляемых калорий соответствует расходуемым калориям;

г) количество калорий не влияет на снижение массы тела.

**14.** **Какой вид прыжка не может выполняться с разбега и с места?**

а) прыжок в длину; в) тройной прыжок;

б) прыжок в высоту; г) прыжок с шестом.

**15.** **Из каких частей состоит словесная команда?**

а) подготовительная и основная;

б) основная и дополнительная;

в) предварительная и исполнительная;

г) общая и контрольная.

**16.** **Игроков с каким амплуа нет в хоккее?**

а) защитник; в) нападающий;

б) полузащитник; г) вратарь.

**17.** **Какой вид гибкости проявляется при маховых движениях с большой  
амплитудой?**

а) активная статическая; в) активная динамическая;

б) пассивная статическая; г) пассивная динамическая.

**18.** **Какие игровые виды спорта относятся к олимпийским?**

а) сквош, теннис; в) хоккей на траве, фехтование;

б) гольф, регби; г) бадминтон, поло;

**19.** **Как называется изгиб позвоночника вперёд в поясничном отделе?**

а) лордоз; в) хондроз;

б) кифоз; г) остеопороз.

**20.** **Какой из видов спорта не имеет пляжного варианта?**

а) футбол; в) волейбол;

б) регби; г) баскетбол.

**21.** **В какой момент движения происходит мах руками в прыжке в длину с места?**

а) перед отталкиванием; в) после отталкивания;

б) во время отталкивания; г) во время полёта.

***II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.***

**22. Первым президентом Международного олимпийского комитета был** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

1. **Олимпийская парусная регата на Играх XXII Олимпиады (1980 г.) проходила в городе**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. **Какой из современных видов спорта предполагает использование компьютерных игр?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

***III. Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).***

**25. Установите соответствие между президентом МОК и событием олимпийской истории, пришедшимся на годы его президентства.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Событие** | **Президент** |
| 1) Выбор Москвы в качестве столицы Игр XXII Олимпиады | А) Деметриус Викелас |
| 2) Введение в программу Олимпийских игр конкурсов искусств | Б) Пьер де Кубертен |
| 3) Проведение Игр I Олимпиады современ­ности | В) Майкл Моррис Килланин |
| 4) Принятие решения о проведении Олим­пийских зимних игр через два года после Игр Олимпиад | Г) Хуан Антонио Самаранч |

1. **Установите соответствие между видом спорта и названием места, где проходят соревнования.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид спорта** | **Место** |
| 1)стрельба | А)стадион |
| 2) тяжёлая атлетика | Б) ковер |
| 3) футбол | В) помост |
| 4)теннис | Г) трек |
| 5) лёгкая атлетика | Д) ринг |
| 6) вольная борьба | Е) трасса |
| 7) баскетбол | Ж) корт |
| 8) лыжные гонки | 3) поле |
| 9)велоспорт | И) тир |
| 10) бокс | К) площадка |

**27. Установите соответствие между классификацией физических упражнений и их признаками.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Признак** | **Классификация** |
| 1) по признаку спортивной специа­лизации | А) упражнения для мышц ног, рук, туловища |
| 2) по анатомическому признаку | Б) силовые упражнения, скоростно-силовые упражнения, скоростные упражнения |
| 3) по биомеханическому признаку | В) общеподготовительные упражне­ния, специально-подготовительные, соревновательные упражнения |
| 4) по преимущественному проявле­нию отдельных физических качеств | Г) циклические, ациклические, сме­шанные упражнения |

**IV. Задания процессуального или алгоритмического толка.**

**28. Установите последовательность действий в подготовительной части урока**.

а) общая разминка; в) вводный ритуал;

б) специальная разминка; г) установочные действия.

**29.** **Установите правильную последовательность упражнений в разминке.**

а) ходьба;

б) специальные беговые упражнения;

в) упражнения для мышц ног;

г) упражнения для мышц туловища;

д) упражнения для мышц рук;

е) упражнения для мышц шеи;

ж) бег трусцой.

***V. Задания, связанные с перечислениями.***

**30.Перечислите группы дисциплин в лёгкой атлетике**. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**31.Перечислите объективные показатели, которые вы используете для самоконтроля физического состояния .** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***VI. Задания с графическими изображениями двигательных действий(пиктограммы).***

**32. Изобразите с помощью пиктограмм следующие движения и положения тела.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Наклон назад, руки на пояс. |  |
| 1. Наклон вперёд, руки вверх. |  |
| 1. Упор стоя согнувшись. |  |
| 1. Упор лёжа на согнутых руках. |  |
| 1. Упор лёжа сзади. |  |
| 1. Упор стоя на коленях. |  |
| 1. Сед углом, руки в стороны. |  |

**Приложение 1**

**Ответы к тестам итоговой аттестации:**

**I.** Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ вопроса** | **Варианты ответов** | | | |
| **«а»** | **«б»** | **«в»** | **«г»** |
| **1** |  |  | **+** |  |
| **2** |  | **+** |  |  |
| **3** |  | **+** |  |  |
| **4** | **+** |  |  |  |
| **5** |  |  | **+** |  |
| **6** |  |  | **+** |  |
| **7** |  |  | **+** |  |
| **8** |  | **+** |  |  |
| **9** |  |  | **+** |  |
| **10** |  | **+** |  |  |
| **11** |  |  |  | **+** |
| **12** |  | **+** |  |  |
| **13** | **+** |  |  |  |
| **14** |  |  |  | **+** |
| **15** |  |  | **+** |  |
| **16** |  | **+** |  |  |
| **17** |  |  | **+** |  |
| **18** |  | **+** |  |  |
| **19** | **+** |  |  |  |
| **20** |  |  |  | **+** |
| **21** |  | **+** |  |  |

**II.** Задания в открытой форме, т. е, без предложенных вариантов ответов.

**22.** ДеметриусВикелас

**23.**Таллин

**24.** компьютерный спорт или киберспорт

**III.**Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).

|  |  |
| --- | --- |
| **25** | 1-в 2-б 3-а 4-г |
| **26** | а-5 б-6 в-2 г-9 д-10 е-8 ж-4 з-3 и-1 к-7 |
| **27** | 1-в 2-а 3-г 4-б |

**IV.**Задания на установление правильной последовательности действий.

**28**. в-г-а-б

**29.** а-ж-е-д-г-в-б

**V.**Задания на перечисление.

**30.** бег, ходьба, прыжки, метание

**31.** длина тела (рост), масса тела (вес), жизненная емкость легких, артериальное давление, частота сердечных сокращений (пульс), частота дыхания, динамометрия.

**VI**. Задания на описание графических изображений двигательных действий (пиктограмм).

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Наклон назад, руки на пояс. |  |
| 1. Наклон вперёд, руки вверх. |  |
| 1. Упор стоя согнувшись. |  |
| 1. Упор лёжа на согнутых руках. |  |
| 1. Упор лёжа сзади. |  |
| 1. Упор стоя на коленях. |  |
| 1. Сед углом, руки в стороны. |  |

**Составители программы:**

Шаповалов М.В. – к.п.н., доцент, зав. кафедры ИиЗТ;

Аюбов В.Х. – доцент кафедры ИиЗТ;

Моренко С.И. – ст. преподаватель кафедры ИиЗТ

**Рецензент:**

Проректор по УМР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А. Чанкаева

Заведующий кафедрой физического воспитания СКГИПКРО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р.С. Койбаев

Проректор по УМР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А. Чанкаева

Заведующий учебным отделом \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ф.А.-А. Байбанова

Заведующий кафедрой ИиЗТ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.В. Шаповалов