



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 01 АНАТОМИЯ

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 01. «Анатомия» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Ефимова А.В. - преподаватель анатомии и биологии

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 01. «Анатомия», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 01. «Анатомия» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- определять возрастные особенности строения организма человека;
- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;
- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом;

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- основные положения и терминологию морфологии и анатомии человека;
- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему «ЦНС» с анализаторами;
- основные закономерности роста и развития организма человека;
- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;
- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;
- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;
- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков;

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;



ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.2.	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента - 122 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка - 116 часов;

Самостоятельная работа – 6 часов для подготовки к экзамену;

Промежуточная аттестация – 6 часов;

Вариативная часть - 82 часа добавлено на дисциплину ОП 01 Анатомия, для проведения промежуточной аттестации – 6 часов экзамен, а также 76 часов для углубления знаний и умений по анатомии системы обеспечения и регуляции движений спортсмена, а также по углублению знаний по спортивной морфологии, возрастную морфологию анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи.



2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	122
в т.ч. в форме практической подготовки	34
в том числе:	
Теоретическое обучение	76
Практические занятия	34
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	6
Промежуточная аттестация в форме экзамена (4 семестр) - 6 часов	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в предмет		16/0	
Тема 1.1. Введение в предмет. Уровни организации организма.	Содержание учебного материала Содержание анатомии. Принципы изучения анатомии, ее социальная значимость. Связь анатомии с другими дисциплинами. Классификация анатомических наук. Клетка – определение, строение, функции. Ткань – определение, классификация. Органы. Системы органов. Аппараты. Части тела. Полости тела, в которых расположены органы. Теория зародышевых листков. Основные анатомические термины	8/0 2 2 2 2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.2. Ткани организма человека	Содержание учебного материала Эпителиальная ткань – расположение, виды, специфические особенности строения, функции. Классификация покровного эпителия. Соединительная ткань – расположение, функции, строение, классификация. Мышечная ткань – строение, специфическое свойство, функции, виды. Гладкая и поперечнополосатая мышечная ткань. Сердечная мышечная ткань. Нервная ткань – расположение, строение (нейроны, нейроглия). Строение нейрона, виды нейронов. Нервные волокна, виды, строение. Нервные окончания.	8/0 2 2 2 2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9
Раздел 2. Анатомия опорно-двигательного аппарата		46/20	
Тема 2.1.	Содержание учебного материала	18/8	



Учение о костях	Понятие «Опорно-двигательный аппарат». Пассивная и активная части опорно-двигательного аппарата.	2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9		
	Химический состав и физические свойства костей. Развитие и рост костей. Форма костей. Строение кости.	2			
	Скелет, его функции. Изменение скелета под влиянием физической нагрузки.	2			
	Возрастные и половые особенности скелета.	2			
	Череп, его отделы, кости. Скелет туловища. Позвоночный столб, отделы, изгибы, строение позвонков.	2			
	Строение грудины, ребер. Грудная клетка в целом, формы грудной клетки.	2			
Практические занятия		8			
Тема 2.2. Учение о соединениях	ПР № 1. Форма костей. Строение кости. Знать основные виды костей. Демонстрировать на скелете. Демонстрировать на муляже основные части трубчатой кости.	2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9		
	ПР № 2. Изучение строения позвонков разных отделов позвоночника	2			
	ПР № 3. Грудная клетка. Знать строение грудины и ключицы. Анатомическая характеристика ребер. Формы грудной клетки.	2			
	ПР № 4. Изучение строения костей мозгового отдела черепа	2			
	Содержание учебного материала			14/6	
Учение о соединениях	Виды соединений костей. Основные и вспомогательные элементы суставов	2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9		
	Классификация суставов по форме и количеству осей движения.	2			
	Факторы, определяющие подвижность суставов. Плоскости, оси вращения.	2			
	Функциональная характеристика позвоночного столба. Функциональная характеристика грудной клетки. Функциональная характеристика поясов конечностей.	2			
	Соединение костей верхних конечностей. Соединение костей нижних конечностей.	2			
	Практические занятия			6	
	ПР № 5. Строение сустава. Знать классификацию суставов. Схема строения сустава с обозначением его элементов.	2			
ПР № 6. Соединение костей верхних конечностей. Давать характеристику плечевому суставу, локтевому суставу.	2				
ПР № 7. Соединение костей нижних конечностей. Давать характеристику тазобедренному суставу, коленному суставу.	2				



Тема 2.3. Учение о мышцах	Содержание учебного материала	14/6	
	Строение мышечного волокна. Классификация мышц. Части и формы мышц.	2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9
	Механизм мышечного сокращения. Вспомогательные аппараты мышц. Сила мышц. Характеристика работы мышц.	2	
	Виды рычагов. Мышцы-сгибатели и мышцы-разгибатели. Анатомо-топографическая классификация групп мышц.	2	
	Мышцы головы:жевательные, мимические. Мышцы шеи. Мышцы туловища: спины, груди, живота, диафрагмы. Мышцы верхней и нижней конечностей.	2	
Практические занятия	6		
	ПР № 8. Общая анатомия мышц. Мышцы и фасции тела. Классификация мышц. Уметь распознавать.	2	
	ПР № 9. Мышцы шеи. Называть мышцы шеи на муляжах. Топография: места прикрепления и проекция на теле.	2	
	ПР № 10. Мышцы туловища. Называть мышцы спины, груди, живота, диафрагмы на муляжах.	2	
Раздел 3. Анатомия систем обеспечения и регуляции движений спортсмена		42/12	
Тема 3.1. Учение о внутренних органах	Содержание учебного материала	20/8	



	<p>Функциональное строение внутренних органов. Общие принципы строения полых и паренхиматозных органов.</p> <p><i>Анатомия органов дыхания.</i> Верхние и нижние дыхательные пути. Строение носа, носовой полости, гортани. Трахея, бронхи, легкие, ацинус. Слизистые оболочки дыхательных путей. Плевра, ее виды. Средостение.</p> <p><i>Анатомия органов пищеварительного канала, больших пищеварительных желез.</i> Пищеварительный тракт - отделы, особенности строения, топография.</p> <p>Органы полости рта. Глотка. Пищевод. Желудок. Кишечник, отделы, расположение. Сфинктеры пищеварительной трубки.</p> <p>Брюшина, расположение относительно органов брюшной полости. Большие слюнные железы: околоушные, поднижнечелюстные, подъязычные. Поджелудочная железа, печень, желчный пузырь – строение и расположение.</p> <p><i>Анатомия органов мочевого выделения.</i> Органы выделения (почки, легкие, кожа, кишечник). Мочевыделительная система, органы ее образующие. Почки - морфологическое строение. Строение нефрона.</p> <p>Мочеточники, мочевого пузыря, женский и мужской мочеиспускательные каналы – расположение, строение.</p>	2 2 2 2 2 2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9
	Практические занятия	8	
	ПР № 11. Функциональное строение внутренних органов. Знать общие принципы строения полых и паренхиматозных органов. Схематического строения стенки полых органов. Оболочки, входящие в состав стенки внутренних органов.	2	
	ПР № 12. Анатомия органов дыхания. Уметь характеризовать органы дыхательной системы. Голосовой аппарат гортани. Бронхиальное и альвеолярное дерево. Схема строения ацинуса.	2	
	ПР № 13. Анатомия органов пищеварительного канала. Уметь характеризовать органы пищеварительного канала. Знать отделы кишечника, расположение.	2	
	ПР № 14. Проекция сердца на поверхность тела человека	2	
Тема 3.2 Учение о сердечно-сосудистой и иммунной системе.	Содержание учебного материала	6/2	
	Общий обзор сердечнососудистой системы. Большой и малый круги кровообращения. Строение стенок кровеносных сосудов.	2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9
	Микроциркуляторное русло. Строение сердца. Лимфатическая система. Органы иммуногенеза	2	ПК 2.1, 2.2



	Практические занятия	2	ПК 3.1, 3.2, 3.5
	ПР № 15. Проекция основных сосудов на поверхность тела человека	2	ЛР 9
Тема 3.3. Учение об органах внутренней секреции	Содержание учебного материала	6/0	
	Характеристика желез внутренней секреции. Гипофиз. Эпифиз. Щитовидная железа. Надпочечники. Характеристика желез смешанной секреции. Эндокринная часть поджелудочной железы, половых желез	2 2 2	ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5
	Содержание учебного материала	10/2	
Тема 3.4. Учение о нервной системе и органах чувств	Классификация нервной системы. Центральная нервная система. Периферическая нервная система. Анатомия спинного мозга и спинномозговых нервов. Анатомия головного мозга. Черепные нервы. Вегетативная нервная система. Органы чувств. Орган зрения. Преддверно-улитковый орган. Общий покров тела.	2 2 2 2	ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9
	Практические занятия	2	
	ПР № 16. Проекция периферических нервов на поверхность тела человека	2	
Раздел 4. Основы спортивной морфологии.		6/2	
Тема 4.1. Основы антропометрии	Содержание учебного материала	6/2	ОК 01–03,05,08
	Основы антропометрии: правила измерений, антропометрические точки, антропометрический инструментарий.	4	ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9
	Практические занятия	2	ПК 2.1, 2.2
	ПР № 17. Определение продольных и обхватных размеров тела методами антропометрии	2	ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	Работа с учебной литературой, сборником тестовых заданий, электронными образовательными ресурсами. Работа с атласом: зарисовка горизонтального среза спинного мозга, звеньев рефлекторной дуги; зарисовка отделов головного мозга, черепных нервов; зарисовка частей вегетативной нервной системы; зарисовка органов зрения, слуха, равновесия. Подготовка к экзамену		
	<i>Экзамен</i>	6	
	Итого	122/34	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Анатомии и физиологии человека

Оснащение кабинета Анатомии и физиологии человека оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты, модель скелета человека);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекторное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Замараев В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей: учебник и практикум для среднего профессионального образования/В.А. Замараев, Е.З. Година, Д. Б. Никитюк. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 416 с. — (Профессиональное образование).

2. Кабанов Н. А. Анатомия человека: учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 464 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-10759-3. — URL: <https://urait.ru/bcode/494793>

3. Киселев, С. Ю. Анатомия: центральная нервная система: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ю. Киселев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 67 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-05379-1. - URL : <https://urait.ru/bcode/493605>

Дополнительные источники:

1. Атлас анатомии человека. Р.П. Самусев, В.Я. Липченко. М. Изд-во Дом ОНИКС:Альянс-В. 2000г.- 320 с.
2. Атлас анатомии человека: учебн. пособие для студентов учреждений сред. профессионального образования/Р.П. Самусев, В.Я. Липченко. – 7-е изд., перераб. – М.: ООО «Издательство Оникс»; ООО «Издательство «Мир и образование», 2009.-544с.
3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва: Спорт- Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст: электронный
4. Ляко, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология: учебник для среднего профессионального образования /Е. Е. Ляко, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 396 с. —(Профессиональное образование). — ISBN978-5-534-02441-8. — Текст: электронный

Интернет – ресурсы:

- <http://anatomy-atlas.ru/> (Атлас анатомии человека, анатомия в картинках).
- <http://www.anatomyatlases.org/HumanAnatomy/CrossSectionAtlas.shtml> (Atlas of Human Anatomy in Cross Section).



- <http://www.nlm.nih.gov/exhibition/historicalanatomies/home.html> (HistoricalAnatomies on the Web).
- <https://anatomya.ru/> (Анатомия. Интерактивный атлас систем организма человека).
- <https://www.anatomcom.ru/> (Атлас анатомии человека).
- http://medikweb.ru/anatom_atlas/ (Анатомический атлас человека в картинках).



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;- определять возрастные особенности строения организма человека;- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом; <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;- строение и функции систем органов здорового человека:- опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;- основные закономерности роста и развития организма человека;- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков;	<p>ОК 01–03,05,08 ПК 1.1-1.4, 1.7-1.9 ПК 2.1, 2.2 ПК 3.1, 3.2, 3.5 ЛР 9</p>	<p>Самоконтроль и самооценка (выполнение индивидуальных заданий).</p> <p>Контроль преподавателя (индивидуальный, фронтальный).</p> <p>Текущий контроль.</p> <p>Обобщение по теме.</p> <p>Промежуточный контроль.</p> <p>Оценка диагностических заданий: устных и письменных опросов, выполнения лабораторных работ, тестирования.</p> <p>Оценка активности на занятиях (дополнения к ответам, анализ ответов ит.п.).</p> <p>Анализ внеаудиторной самостоятельной работы: оценка создания презентаций по различным темам, оценка сообщений, оценка работы по созданию терминологического словаря.</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 02 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ

Санкт-Петербург, 2024

49.02.03 Спорт, 3.10

Страница 15 из 206

Запрещается несанкционированное копирование документа



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 02. «Физиология с основами биохимии» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Дорофейков В.В. - преподаватель анатомии и биологии

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии

Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 02. «Физиология с основами биохимии», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 02. «Физиология с основами биохимии» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Цель дисциплины – сформировать у обучающихся представления о физиологии как специфической области знания, о биохимических понятиях в физиологии, роли физиологии в работе учителя физической культуры.

Задача – обучающийся должен осознанно ориентироваться в физиологии, физиологических тонкостях построения тренировочного процесса, биохимических закономерностях мышечной работы, восстановления, утомления и адаптации

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;
- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;
- использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;
- роль центральной нервной системы в регуляции движений
- биохимические основы развития физических качеств;
- биохимические основы питания;
- общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;
- механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;
- особенности физиологии детей, подростков и молодежи;
- возрастные особенности биохимического состояния организма;
- методы контроля;
- физиологические основы спортивного отбора и ориентации;
- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;
- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;
- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости.



Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 1.10.	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;



ПК 3.2.	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 100 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 94 часа;

Самостоятельная работа – 6 часов, для подготовки к экзамену.

Вариативная часть - 60 часов добавлено в ОП 02 Физиология, для проведения промежуточной аттестации – 6 часов экзамен, а также 54 часа с основами биохимии для углубления и приобретения дополнительных знаний и умений по использованию знаний биохимии по определению нагрузок при занятиях физической культурой, знать физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	100
в т.ч. в форме практической подготовки	34
в том числе:	
Теоретическое обучение	60
Практические занятия лабораторные занятия	11
практические занятия	23
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	6
Промежуточная аттестация в форме экзамена (6 семестр)	6



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение		1	
Тема 1.1. Общие закономерности физиологии	Содержание учебного материала Физиология как наука. Значение физиологии для физической культуры и спорта. История развития физиологии. Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека: раздражимость, возбудимость, проводимость; нервная и гуморальная регуляция, рефлекторный механизм деятельности. Понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
Раздел 2. Физиология и основы биохимии вегетативных систем организма		26/12	
Тема 2.1. Физиология и биохимия крови	Содержание учебного материала	4/2	
	Кровь как внутренняя среда организма. Понятие о системе крови. Характеристика крови, как внутренней среды организма. Состав (гематокрит), объем, депо крови, функции крови, группа крови. Морфологический состав крови.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Практические и лабораторные занятия ПР № 1. Группы крови. Решение задач	2	
Тема 2.2.	Содержание учебного материала	8/4	



Физиология сердечно-сосудистой системы	Сердечный цикл. Строение сердца, его значение. Цикл сердечной деятельности. Физиологическая роль клапанного аппарата. Фазы сердечного цикла в покое и при работе. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, анатомия, проводимость, сократимость	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Физиологические закономерности кровообращения. Кровообращение, его значение для жизнедеятельности организма. Малый круг кровообращения. Большой круг кровообращения. Особенности кровообращения различных органов. Особенности кровообращения при физической нагрузке. Показатели сердечной деятельности: частота сердечных сокращений. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. Движение крови по сосудам. Факторы, обеспечивающие непрерывность движения крови по кровеносной системе. Систолический, минутный и резервный объем крови. Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. Минутный объем крови, изменение систолического объема и минутного объема крови при мышечной работе. Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. Влияние факторов внешней среды на кровообращение. Кровяное давление. Факторы, определяющие уровень кровяного давления. Артериальное давление и его составляющие. Методы определения кровяного давления. Гипертонические и гипотонические состояния.	2	
	Практические и лабораторные занятия	4	
	ЛР № 2. Проводящая система сердца ЛР № 1. Выслушивание тонов сердца ЛР № 2. Измерение АД в покое и после нагрузки. Артериальное давление, факторы, его определяющие Артериальное давление в покое и при мышечной работе. ЛР № 3. Подсчет пульсовых биений в покое и после нагрузки.	1 1 1 1	
Тема 2.3. Физиология дыхания	Содержание учебного материала	4/2	
	Морфофизиологическая характеристика легких. Состав атмосферного воздуха. Парциальное давление газов. Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Обмен газов в легких и тканях. Перенос газов кровью. Показатели внешнего дыхания их изменение в процессе онтогенеза	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5.



	Практические и лабораторные занятия	2	ЛР 9
	ЛР № 4. Показатели внешнего дыхания. Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели	1	
	ЛР № 5. Экскурсия грудной клетки.	1	
Тема 2.4. Физиология пищеварения	Содержание учебного материала	2/0	
	Общая характеристика процессов пищеварения. Основные функции пищеварения. Методы исследования пищеварения, работы И.П. Павлова. Общая характеристика процессов пищеварения. Значение пищеварительных желез. Характеристика ферментов Пищеварение в ротовой полости. Пищеварение в ротовой полости. Обмен белков, жиров и углеводов. Продвижение пищи. Значение слюнных желез. Пищеварение в желудке. Пищеварение в желудке. Обмен белков, жиров и углеводов. Продвижение пищи. Значение желудочных желез.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
Тема 2.5. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала	6/4	
	Сущность и значение обмена веществ и энергии. Обмен веществ и энергии – основное свойство живой материи. Сущность обмена веществ. Понятие ассимиляции и диссимиляции. Понятие об ассимиляции и диссимиляции. Химические превращения в организме белков, жиров, углеводов. Их биологическое значение. Регуляция обмена веществ. Значение воды и минеральных солей. Регуляция обмена веществ. Роль витаминов в регуляции обмена веществ.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Практические и лабораторные занятия	4	
	ЛР № 3. Методы исследования обмена веществ. Расчет калорийности пищевого рациона. Образование и расход энергии в организме. Методы измерения затрат энергии: прямая и непрямая калориметрия. Основной обмен. Энергозатраты при разных видах мышечной деятельности. Возрастные и половые особенности обмена веществ. ЛР № 6. Исследование средней кожной температуры	2 2	
Тема 2.6.	Содержание учебного материала	2/0	



Физиология выделительных процессов	Характеристика выделительных процессов. Понятие о выделительных функциях. Общая характеристика выделительных процессов. Их значение в поддержании гомеостаза. Функции потовых желез. Изменение потовыделения при мышечной работе Мочеобразование, его механизмы. Функции почек. Мочеобразование, его механизмы. Химический состав мочи. Изменение мочеобразования при мышечной работе. Регуляция работы почек.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
Раздел 3. Физиология с основами биохимии управляющих систем организма		26/10	
Тема 3.1. Физиология нервно-мышечного аппарата.	Содержание учебного материала	4/2	
	Общие свойства возбудимых тканей. Понятие о возбудимых тканях. Свойства возбудимых тканей: раздражимость, возбудимость, лабильность, проводимость. Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Механизм проведения возбуждения по нервным волокнам. Сила и работа мышцы. Морфофункциональные проявления мышечной силы. Режимы работы мышцы. Факторы, влияющие на проявление максимальной силы. Энергетика мышечного сокращения. КПД мышечного сокращения. Свойства гладких мышц.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Практические и лабораторные занятия	2	
	ЛР № 7. Измерение величины мышечных усилий до и после физической нагрузки (динамометром).	2	
Тема 3.2. Физиология ЦНС.	Содержание учебного материала	6/2	
	Основные функции ЦНС. Основные функции и методы исследования ЦНС. Нейрон – структурно-функциональная единица нервной системы. Основные функции и типы нейронов. Рефлексы. Механизм деятельности центральной нервной системы. Рефлекс, рефлекторный путь. Принципы рефлекторной деятельности. Классификация рефлексов. Механизм возникновения нервного импульса	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9



	<p>Синапс. Особенности проведения возбуждения через нервно-мышечные синапсы. Особенности строения синапса. Химическая природа медиаторов. Возбуждающие и тормозящие синапсы. Возбуждающий и тормозной постсинаптический потенциал. Торможение в центральной нервной системе. Его виды и значение.</p> <p>Нервные центры и их свойства. Нервные центры и их свойства. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Свойства нервных центров. Иррадиация возбуждения Суммация возбуждения. Последствие (следовые явления). Доминанта.</p>	2	
	<p>Практические и лабораторные занятия</p>	2	
	ПР № 4. Свойства нервных центров	2	
Тема 3.3. Физиология сенсорных систем.	<p>Содержание учебного материала</p>	6/2	
	<p>Строение и свойства сенсорных систем. Общий план строения, физиологические свойства и значение сенсорных систем. Понятие сенсорная система, анализатор. Классификация рецепторов. Адекватные и неадекватные раздражители, явление адаптации рецептора. Роль сенсорных систем в спортивной деятельности.</p> <p>Зрительная сенсорная система. Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепция (функция палочек и колбочек). Острота и поле зрения. Роль зрительной сенсорной системы в управлении движениями.</p>	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9



	<p>Слуховая сенсорная система. Функции наружного, среднего и внутреннего уха. Барофункция уха. Бинауральный слух. Механизм передачи звуковых колебаний на Кортиев орган. Восприятие направления и высоты звука. Роль слуховой сенсорной системы в управлении движениями</p> <p>Вестибулярная сенсорная система. Функция вестибулярной сенсорной системы. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Роль вестибулярной сенсорной системы в управлении движениями</p> <p>Двигательная сенсорная система. Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. Разновидности и функции проприорецепторов. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Значение двигательной сенсорной системы в спорте.</p>	2	
	Практические и лабораторные занятия	2	
	ПР № 5. Исследование функций сенсорных систем	2	
Тема 3.4. Высшая нервная деятельность	Содержание учебного материала	4/2	
	Учение И.П. Павлова об условных рефлексах. Понятие ВНД. Учение И.П. Павлова об условных рефлексах. Условия образования и разновидности условных рефлексов.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5
	Практические и лабораторные занятия	2	ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	ПР № 6. Исследование типа высшей нервной деятельности. Типы высшей нервной деятельности	2	
Тема 3.5. Физиология желез внутренней секреции.	Содержание учебного материала	4/2	
	Функции желез внутренней секреции. Гормоны гипофиза. Общая характеристика желез внутренней секреции; их значение. Понятие о гормонах. Химический состав и физиологические свойства гормонов. Понятие железы внутренней, внешней и смешанной секреции. Многообразие желез внутренней секреции, их роль в двигательной деятельности. Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции работы других желез внутренней секреции.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Практические и лабораторные занятия	2	



	ПР № 7. Обобщение по теме «Физиология желез внутренней секреции»	2	
Тема 3.6. Значение физиологии для теории и практики физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	2/0	
	Значение физиологии для теории и практики физической культуры и спорта. Предмет физиологии и биохимии, их связь с другими науками и значение для теории и практики физической культуры и спорта. Основные этапы развития физиологии. Методы физиологических исследований Методы физиологических исследований. Основные понятия физиологии и биохимии: жизнь, обмен веществ, гомеостаз, организм, функции организма, нервная и гуморальная регуляция	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
Раздел 4. Физиология и биохимические основы физических упражнений и спорта		34/12	
Тема 4.1. Введение в физиологию спорта.	Содержание учебного материала	2/0	
	Введение в физиологию спорта. Функциональные резервы спортсмена. Предмет, методы и история физиологии спорта, место физиологии в системе наук о спорте. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация. Количественная оценка функциональных резервов и их мобилизация. Значение физических упражнений в условиях современной жизни. Общие физиологические закономерности влияния физических упражнений на организм. Влияние гипокинезии, гиподинамии и других факторов жизни на современного человека. Роль физических упражнений в повышении устойчивости организма к действию неблагоприятных факторов. Значение физических упражнений для повышения неспецифической устойчивости организма и оздоровление населения. Значение массовых форм физической культуры (туризма, утренней гимнастики и профессионально-прикладной физической подготовки и др.) для повышения работоспособности и повышения труда. Роль специалиста по физической культуре и спорту в условиях современной жизни.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
Тема 4.2. Физиологическая характеристика физических упражнений.	Содержание учебного материала	6/2	
	Физиологическая классификация физических упражнений. Принципы классификации. Различные критерии классификации. Физиологическая классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю. Физиологическая характеристика спортивных поз и статической работы. Натуживание. Физиологическая характеристика стандартных (стереотипных) циклических и ациклических упражнений. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9



	<p>Зона максимальной мощности. Особенности энергетического обеспечения и физиологическая характеристика зоны максимальной мощности.</p> <p>Зона большой мощности. Особенности энергетического обеспечения и физиологическая характеристика зоны большой мощности.</p> <p>Зона умеренной мощности. Особенности энергетического обеспечения и физиологическая характеристика зоны умеренной мощности.</p>	2	
	<p>Практические занятия</p>	2	
	<p>ПР № 8. Обобщение по теме «Физиологическая характеристика физических упражнений».</p> <p>Общая характеристика физиологических классификаций физических упражнений. Физиологическая сущность циклических упражнений. Основные функциональные особенности стереотипных ациклических упражнений. Физиологические особенности упражнений, оцениваемых по качеству выполнения в баллах. Основные физиологические черты ситуационных упражнений.</p>	2	
Тема 4.3. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.	<p>Содержание учебного материала</p>	6/2	
	<p>Физиологическая характеристика тренеров, судей состояний организма при физических нагрузках. Физиологические механизмы и разновидности предстартовых состояний. Регулирование предстартового состояния. Разминка: ее физиологическая роль. Физиологическая характеристика вработывания.</p> <p>Физиологическая характеристика рабочих состояний организма при физических нагрузках. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях. Устойчивое состояние: истинное и ложное. «Мертвая точка» и «второе дыхание».</p>	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	<p>Физиологические основы утомления в спорте. Определение и физиологические механизмы утомления. Биохимия утомления. Факторы утомления при различной работе. Стадии развития утомления при</p>	2	



	физической работе. Физиологические основы восстановления в спорте. Восстановление различных функций вовремя и после работы, основные закономерности восстановления. Фазы восстановления и их значение в спортивной тренировке. Особенности восстановления после различных физических нагрузок. Средства повышения эффективности восстановления		
	Практические и лабораторные занятия	2	
	ПР № 9. Обобщение по теме «Утомление и восстановление в спорте».	2	
Тема 4.4. Физиологические показатели тренированности	Содержание учебного материала	10/4	
	Физиологические основы развития тренированности. Тренировка как физиологический процесс. Понятие о тренированности. Физиологические основы развития тренированности.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Характеристика перетренированности. Общая физиологическая характеристика тренированности и перетренированности. Тестирование функциональной подготовленности в покое и при стандартных и предельных нагрузках, оценка аэробных и анаэробных возможностей. Исследование показателей общей физической работоспособности. RWC170. Индекс Гарвардского степ – теста.	2	
	Практические занятия	4	
	ПР № 10. Показатели тренированности. Физиологические показатели тренированности в покое, при стандартных и предельных нагрузках. Исследование показателей общей физической работоспособности RWC 170. ЛР № 8. Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ – тесту.	2	
Тема 4.5. Физиологическая характеристика физической деятельности в различных условиях.	Содержание учебного материала	8/2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Физиологическая характеристика адаптации организма к физическим нагрузкам. Понятие о физиологической адаптации. Динамика функций организма при адаптации и ее стадии. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация	2	
	Резервные возможности организма. Понятие о физиологических резервах организма. Виды физиологических резервов.	2	



	Влияние мышечной деятельности на резервы систем организма.		
	Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность. Факторы, действующие на организм в водной среде. Терморегуляция в водной среде. Функции дыхания и кровообращения в воде. Функции сенсорных систем в воде.	2	
	Практические и лабораторные занятия	2	
	ПР № 11. Физиологическая характеристика адаптации организма к физическим нагрузкам	2	
Тема 4.6. Физиологические закономерности и биохимические основы развития двигательных качеств.	Содержание учебного материала	4/2	
	Физиологические механизмы развития мышечной силы и быстроты. Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы. Формы проявления, физиологические механизмы и резервы развития быстроты. Биохимические основы развития силы и быстроты.	2	ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9
	Практические и лабораторные занятия	2	
	ПР № 12. Особенности возрастного развития физических качеств. Особенности возрастного развития силы и быстроты, выносливости.	2	
	Самостоятельная работа. Составление тестов для оценки уровня развития ведущих двигательных качеств в избранном виде спорта. Работа со справочной литературой.	6	
	Промежуточная аттестация	6	
	Экзамен	6	
	Итого	100/34	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Анатомии и физиологии человека

Лаборатория Физической и функциональной диагностики

Оснащение кабинета Анатомии и физиологии человека оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты, модель скелета человека);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекционное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Оборудование лаборатории Физической и функциональной диагностики и рабочих мест лаборатории:

- тонометр, пульсоксиметр, гигрометр, часы-пульсотактометр;
- комплекс лазерный диагностический "ЛАЗМА МЦ 1", "Лазма МЦ 2",
- велооргометр BRONZE GYM U901 PRO,
- кушетка,
- беговая дорожка,
- прибор для тензиографии,
- лактометр портативный,
- биоимпедансный анализатор состава тела.

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Дробинская А.О. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2022 — 414 с. — (Профессиональное образование).

<https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://urait.ru/book/anatomiya-i-fiziologiya-cheloveka-399113>

2. Капилевич Л.В. Физиология человека. Спорт: учеб. Пособие для СПО / Л.В. Капилевич. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 141 с. – Серия: Профессиональное образование.

3. Капилевич Л.В. Биохимия человека учеб. Пособие для СПО / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 151 с. – Серия: Профессиональное образование.



4. Ершов, Ю.А. Биохимия: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Ю. А. Ершов, Н. И. Зайцева; под редакцией С. И. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 323 с. — (Профессиональное образование).
<https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://urait.ru/book/biohimiya-429912>

Дополнительные источники:

1. Биологическая химия: учебное пособие для вузов / Ю. Б. Филиппович, Н. И. Ковалевская [и др.]; под ред. Н. И. Ковалевской. – М.: Академия, 2005. – 254 с.
2. Гайворонский И. В. Анатомия мышечной деятельности. Учеб. пособие. – СПб: ЭЛБИ –СПб, 2005. – 84 с.
3. Михайлов С. С. Спортивная биохимия: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. – М.: Советский спорт, 2004. – 219 с.
4. Сапин М. Р., Сивоглазов В. И. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма). – М.: Академия, 2008.– 384 с.
5. Федюкович Н. И. Анатомия и физиология человека. – Ростов н/Д, Феникс, 2008. – 480 с.

Интернет – ресурсы:

1. Биохимия человека – <http://humbio.ru/humbio/biochem/000b6185.htm>
2. Виртуальный атлас по анатомии и физиологии Человека – <http://e-anatomy.ru/>
3. Возрастная физиология.
<http://kineziolog.bodhy.ru/content/vozrastnaya-anatomiya-i-fiziologiya-posobie-dlya-ozo>
4. Материалы по анатомии и физиологии с иллюстрациями – <http://miranatomy.ru/>
5. Материалы по возрастной анатомии и физиологии – <http://www.anatomus.ru/>
6. Научно-популярный сайт Восточно-Сибирского центра медико-биологической информации. <http://www.fiziolog.isu.ru/>
7. Солодков А. С, Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. — М.: Олимпия Пресс, 2005.
<http://www.alleng.ru/d/bio/bio246.htm>
8. ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>
9. Электронный учебник по биохимии – <http://www.distedu.ru/edu11/>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;- использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой; <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;- роль центральной нервной системы в регуляции движений- биохимические основы развития физических качеств;- биохимические основы питания;- общие закономерности и особенности обмена веществ при занятии физической культурой;- механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;- особенности физиологии детей, подростков и молодежи;- возрастные особенности биохимического состояния организма;- методы контроля;- физиологические основы спортивного отбора и ориентации;- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;- физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости.	<p>ОК 01-05,08,09 ПК 1.1-1.10 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.5. ЛР 9</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Компетентностные тесты Профессионально-аналитические задания (дискуссии, дебаты) Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Контрольная работа Самостоятельная работа Экзамен</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 03. «Гигиенические основы физической культуры и спорта» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Ефимова А.В. - преподаватель анатомии и биологии

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии

Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 03. «Гигиенические основы физической культуры и спорта», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 03. «Гигиенические основы физической культуры и спорта» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Целью освоения дисциплины «Гигиенические основы физического воспитания» является овладение студентами современными научными знаниями в области общей гигиены и гигиены физического воспитания, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи дисциплины:

- получение знаний в области профилактической медицины – одного из мощных средств укрепления здоровья;
- получение знаний о санитарно-гигиенических основах деятельности в области физической культуры и спорта;
- овладение практическими навыками применения гигиенических факторов в процессе занятий физической культурой и спортом;
- овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни среди различного контингента населения.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- определять суточный расход энергии, составлять меню;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации тренировочного процесса;
- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения занимающихся, педагогов, родителей(лиц, их заменяющих);
- применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач в области гигиенических основ физической культуры и спорта; использовать современное программное обеспечение.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- понятие медицинской группы;
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;



- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся;
- основы гигиены различных возрастных групп занимающихся;
- особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся;
- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест тренировочных занятий;
- гигиенические основы закаливания;
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко-итоксикомании;
- понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения;
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;



ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 1.10.	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.2.	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде
ЛР 10.	Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них



1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 68 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 66 часов;

Самостоятельная работа – 2 часа для подготовки к дифференцированному зачету

Вариативная часть – - 36 часов добавлено в ОП 03 Гигиенические основы физической культуры и спорта для расширения знаний по особенностям гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями; гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	68
в т.ч. в форме практической подготовки	16
в том числе:	
Теоретическое обучение	48
Практические занятия	18
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета 5 семестр	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Гигиена окружающей среды		16/4	
Тема 1.1. Предмет гигиены	Содержание учебного материала Определение гигиены как науки. Цель и задачи гигиены, факторы окружающей среды и ее влияние на здоровье населения.Связь гигиены с другими науками. Санитария.	2	
Тема 1.2. Гигиена воздуха	Содержание учебного материала Атмосферный воздух как внешняя среда. Комплексное влияние метеорологических факторов на организм человека.	1	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
	Гигиеническая оценка воздуха. Загрязнение атмосферного воздуха как важная гигиеническая и экологическая проблема	1	
	Практические занятия	2	
	ПР № 1. Определение и оценка физических параметров воздушной среды. Гигиеническая оценка воздуха	2	
Тема 1.3. Гигиена водной среды	Содержание учебного материала Вода как фактор внешней среды, ее гигиеническое и эпидемиологическое значение. Нормирование качественного состава питьевой воды.	2	О ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5
	Методы улучшения качества питьевой воды. Гигиеническиенормы питьевой воды.	2	
	Виды водоснабжения, степени жесткости. Зачем нужна вода организму.	2	
	Практические занятия	2	



	ПР № 2 Гигиеническая оценка питьевой воды. Питьевой режим спортсменов	2	ЛР 9,10,23
Тема 4.1. Гигиена спортивных сооружений.	Содержание учебного материала	2	
	Гигиенические основы спортивных сооружений. Основные гигиенические требования к освещению спортивных сооружений, основные гигиенические требования к отоплению и вентиляции спортивных сооружений.	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
Раздел 2. Гигиена питания		24/8	
Тема 2.1. Питание как фактор здоровья	Содержание учебного материала	4	
	Физиологические нормы питания. Нутрициология, диетология. Рациональное питание. Не рациональное питание. Раздельное питание. Правила режима питания. Гигиенические требования к пище.	2 2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
Тема 2.2. Значение жиров, углеводов и минеральных веществ в питании человека. Нормы этих компонентов пищи и источники их поступления в организме человека	Содержание учебного материала	2	
	Физиологическая роль и гигиеническое значение жиров, углеводов и минеральных веществ в питании человека. Регулируемые энергозатраты.	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
Тема 2.3. Значение витаминов в питании человека. Пищевые продукты - источники витаминов	Содержание учебного материала	4/2	
	Физиологическая роль и гигиеническое значение витаминов в питании человека	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5



	Практические занятия	2	ПК 3.1 - 3.5
	ПР № 3. Составить сбалансированное меню на день	2	ЛР 9,10
Тема 2.4. Чужеродные химические вещества в продуктах питания	Содержание учебного материала	4/2	
	Гигиенические требования к пище. Канцерогенные химические вещества в пищевых продуктах.	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10
	Практические занятия	2	
	ПР № 4. Классификация чужеродных веществ, попадающих в пищу. Источники загрязнения продовольственного сырья и продуктов питания. Загрязнение пищи химическими элементами, тяжелыми металлами, пестицидами, веществами, применяемыми в животноводстве и растениеводстве.	2	ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
Тема 2.5. Питание занимающихся физической культурой и спортом	Содержание учебного материала	8/2	
	Гигиенические требования к питанию и пище для различных возрастных групп занимающихся: энергетическая ценность, энерготраты, Понятие об основном обмене, качественный состав питания, значение и нормы белков, жиров, углеводов в питании, витамины и минеральные вещества	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5
	Рационы и режим питания спортсмена: питание в зависимости от вида спорта и климатических условий, особенности питания спортсменов разной специализации на отдельных этапах тренировки.	2	ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
	Основные принципы и методика составления пищевого рациона: питание на тренировочных сборах, питания спортсменов во время тренировки, особенности питания юных спортсменов	2	
	Практические занятия	2	
	ПР № 5. Определение суточного расход энергии спортсмена; - дать гигиеническую оценку суточного рациона спортсмена; - дать рекомендации по рациональному питанию для различных групп населения; - собрать правильную тарелку продуктов.	2	
Тема 2.6. Особенности питания при занятиях физической культурой и спортом	Содержание учебного материала	4/2	
	Витамины и витаминоподобные соединения, минеральные вещества. Пищевые добавки, допинг.	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10
	Практические занятия	2	
	ПР № 6. Составление суточного меню для спортсмена Примерный суточный набор продуктов для юных спортсменов	2	ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5



			ЛР 9,10
Раздел 3. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза		14/4	
Тема 3.1. Гигиена занятий физической культурой и спортом у детей и подростков	Содержание учебного материала	8/2	
	Возрастная периодизация, особенности детей и подростков, акселерация	2	ОК 01–05,09
	Основные гигиенические положения подготовки юных спортсменов: характеристика основных форм занятий физической культурой и спортом для детей и подростков, социально-гигиенические факторы, оказывающие оздоровительное влияние на состояние здоровья детей	2	ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10
	Понятие медицинской группы, особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.	2	ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
	Практические занятия	2	
	ПР № 7. Заполнение таблиц гигиенических норм физических нагрузок у детей и подростков на занятиях по физической культуре и спорту	2	
Тема 3.2. Гигиена занятий физической культурой и спортом у различных возрастных групп населения.	Содержание учебного материала	6/2	
	Массовая физическая культура как мощный фактор оздоровления населения.	2	ОК 01–05,09
	Двигательная активность человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения		ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10
	Характеристика основных форм и особенности занятий физической культурой и спортом для людей среднего и пожилого возраста	2	ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5
	Практические занятия	2	ЛР 9,10
	ПР № 8. Составление режима суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок	2	
Раздел 4. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов		10/2	
Тема 4.1. Основные гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса	Содержание учебного материала	6/2	
	Основные гигиенические требования к планированию, организации и проведению тренировочного процесса	2	ОК 01–05,09
	Гигиеническое обеспечение и требования подготовки спортсменов в избранном виде спорта, спортсмена на учебно-тренировочных сборах, требования к подготовке спортсменов.	2	ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10
	Практические занятия	2	ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
	ПР № 9. Заполнение таблиц гигиенических норм физических нагрузок.	2	



Тема 4.2. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных климато-географических условиях	Содержание учебного материала	2	
	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в различных условиях Циклическое изменение работоспособности, временная адаптация, акклиматизация	2	
Тема 4.3. Гигиенические средства восстановления	Содержание учебного материала	2	
	Классификация средств восстановления работоспособности спортсменов Характеристика отдельных гигиенических средств и методов восстановления работоспособности спортсменов. Восстановление спортсменов в отдельных видах спорта	2	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10
	Самостоятельная работа	2	
	Подготовка к зачету		
	<i>Дифференцированный зачет</i>	2	
	Итого	68/18	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Анатомии и физиологии человека

Оснащение кабинета Анатомии и физиологии человека оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекционное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Маргазин, В. А. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / В. А. Маргазин; под редакцией В. А. Маргазина [и др.]. — 2-е изд. — Санкт-Петербург: СпецЛит, 2021. — 255 с. — <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://e.lanbook.com/book/59828>
2. Трифонова, Т.А. Гигиена и экология человека: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2022. — 206 с. — (Профессиональное образование).

Дополнительные источники:

6. Багнетова Е.А. Гигиена физического воспитания и спорта: курс лекций: учеб. пособие / Е.А. Багнетова. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. -251с.
7. Гигиена детей и подростков: учеб. пособ / И. В. Приходько. -Ростов н/Д:Феникс, 2010.312с.

Интернет – ресурсы:

- http://www.mntk-tambov.ru/vision_test/dist/ (Тесты для самостоятельной проверки зрения).
- <https://base.garant.ru/12183577/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/> (Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях).
- <https://base.garant.ru/71237620/> (Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта)
- <https://beregifiguru.ru/личный-дневник/дневник-питания>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>Освоенные умения:</p> <ul style="list-style-type: none">- выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;- определять суточный расход энергии, составлять меню;- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации тренировочного процесса;- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);- применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач в области гигиенических основ физической культуры и спорта; использовать современное программное обеспечение. <p>Освоения знаний:</p> <ul style="list-style-type: none">- понятие медицинской группы;- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;- основы профилактики инфекционных заболеваний;- основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся;- основы гигиены различных возрастных групп занимающихся;- особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями;- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	ОК 01–05,09 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.10 ПК 2.1 – 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 9,10	<p><i>Практическая проверка</i> знаний и умений обучающихся на практических занятиях/<i>семинарах</i>).</p> <p><i>Устный опрос</i> (фронтальный, индивидуальный, комбинированный), доклады, сообщения, ответы на контрольные вопросы.</p> <p><i>Письменная проверка</i> знаний обучающихся в виде контрольной, проверочных и самостоятельных работ, тестов, рефератов и др.</p> <p><i>Стандартизированный контроль</i> знаний – (тест с последующей проверкой по эталону).</p> <p>Комплексный дифференцированный зачет</p>



<ul style="list-style-type: none">- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся;- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест тренировочных занятий;- гигиенические основы закаливания;- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко-итоксикомании;- понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения;- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;- гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов.		
--	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП 04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ**

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 04. «Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Ефимова А.В. - преподаватель профессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 04. «Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 04. «Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- виды оборудования и инвентаря для занятий лечебной физической культурой;
- технику безопасности и приемы предупреждения травматизма, требования к оборудованию и инвентарю при проведении комплексов лечебной физической культуры;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при различных заболеваниях и травмах;
- особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, влияние массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.



Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.2.	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде



1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 128 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 118 часов;

Самостоятельная работа – 10 часов;

Вариативная часть - 90 часов добавлено на дисциплину ОП 04 Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж, для углубления знаний по технике безопасности и приемам предупреждения травматизма, требованиям к оборудованию и инвентарю при проведении комплексов лечебной физической культуры, средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; основные виды и приемы массажа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	128
в т.ч. в форме практической подготовки	52
в том числе:	
Теоретического обучения	66
Практические занятия	52
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	10
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет (8 семестр)	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы врачебного контроля		48/10	
Тема 1.1. Понятие о врачебном контроле	Содержание учебного материала Цели, задачи, формы и методы врачебного контроля. Особенности службы врачебного контроля в спорте. Показания и противопоказания к назначению физических нагрузок. Методы врачебного контроля. Организация врачебного контроля. Формы работы по врачебному контролю. Методы самотоскопии и самотометрии (антропометрия).	4 2 2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.2. Функциональные методы обследования	Содержание учебного материала Функциональные методы обследования. Оценка состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Оценка функционального состояния внешнего дыхания	4/2 2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Практические и лабораторные занятия ПР № 1. Общий осмотр и антропометрические показания: - схема обследования: осмотр, пальпация, перкуссия; измерение длины и окружности конечности; определение объема движений в суставах; определение мышечной силы; -данные внести в карту врачебного контроля.	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.3. Функциональные пробы кардиореспираторной	Содержание учебного материала Нагрузочные тесты и критерии контроля. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: ходьба (произвольная и степ-тест). Типы реакции на пробы: астенический, гипертонический, дистонический, «ступенчатый».	4/2 2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Практические и лабораторные занятия	2	ПК 2.1–2.2



системы	<p>ПР № 2. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: -провести ортостатические пробы Игнатовского («лечь-сесть») и Превеля (переход в вертикальное положение стоя) - измерить ЧСС и АД в покое и после пробы. -записать в карту врачебного контроля заключение по функциональному состоянию испытуемого.</p>	2	ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.4. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам контроля	Содержание учебного материала	4	
	<p>Потребность спортсменов в индивидуальной коррекции с использованием медико-биологических средств в коррекции тренировочного процесса. Определение оптимальной частоты занятий физической культурой и спортом. Интервалы отдыха между занятиями в зависимости от величины тренировочной нагрузки. Симптомы перетренированности.</p>	2 2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.5. Понятие о спортивной медицине.	Содержание учебного материала	4	
	<p>Понятие о спортивной медицине. Цели, задачи и формы спортивной медицины. Показания к назначению физических нагрузок. Ограничения и противопоказания к назначению нагрузок. Критерии отбора для занятия физической культурой и спортом. Причины заболеваний. Патогенез. Общие, местные расстройства кровообращения. Нарушение тканевого питания и обмена веществ. Воспаление, нарушение терморегуляции.</p>	2 2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.6. Оценка уровня физического развития	Содержание учебного материала	4/2	
	<p>Оценка физического развития и состояния здоровья взрослых и детей. Медицинские группы здоровья для детей, лиц среднего и пожилых возрастов. Формы и методы занятий физической культуры для лиц среднего и пожилого возраста</p>	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	<p>Практические и лабораторные занятия ПР № 3. Распределение лиц среднего и пожилого возраста на группы. Применение функциональных проб с 20 приседаниями, разминочные степ-тесты. Особенности методов определения АД и ЧСС.</p>	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.7. Определение	Содержание учебного материала	6/2	
	<p>Спортивная форма. Характеристики состояния тренированности. Общая и</p>	2	ОК 01–05,08



состояния тренированности	специальная тренированность. Основные понятия самоконтроля: определение, задачи, принципы. Приемы самоконтроля. Дневник самоконтроля: содержание, правила заполнения.	2	ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2
	Практические и занятия	2	ПК 3.2, 3.5
	ПР № 4. Исследование функций нервно-мышечной системы. Собрать анамнез и выяснить жалобы при нарушении нервно-мышечной системы: боли в мышцах, судороги и др. Исследование быстроты мышечных движений. ПР № 5. Заполнить дневник самоконтроля спортсмена.	1 1	ЛР 9
Тема 1.8. Профилактика спортивного травматизма	Содержание учебного материала	2	
	Понятие спортивной травмы. Причины спортивных травм Классификация спортивных травм	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.9. Повреждения и заболевания наружных покровов опорно-двигательного аппарата	Содержание учебного материала	6	
	Открытые повреждения. Виды и признаки открытых повреждений. Первая медицинская помощь при открытых повреждениях. Профилактика открытых повреждений.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Закрытые повреждения. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях. Заболевания наружных покровов и опорно-двигательного аппарата спортсменов. Причины, признаки и профилактика заболеваний.	2 2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.10. Режим и методика тренировки после травм и при некоторых заболеваниях	Содержание учебного материала	2	
	Режим и методика тренировки после травм опорно-двигательного аппарата. Режим и методика тренировки при нарушениях сердечно-сосудистой системы. Режим и методика тренировки при хронических заболеваниях органов дыхания.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 1.11.	Содержание учебного материала	6/2	ОК 01–05,08



Состояния, обусловленные нарушением правильного развития тренированности	Перенапряжение. Причины и признаки перенапряжения. Патологические состояния после перенапряжения.	2	ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Перетренированность. Причины и признаки перетренированности. Методика восстановления после перенапряжения и перетренированности.	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5
	Практические и лабораторные занятия	2	ЛР 9
	ПР № 6. Заключение по результатам медицинского обследования. - оценка состояния здоровья; - оценка функционального состояния; - распределение по медицинским группам; - оценка воздействия занятий физической культурой и спортом на организм.	2	
	Самостоятельная работа Подготовка к практическим работам, написание отчетов по практическим работам	2	
Раздел 2. Лечебная физическая культура и массаж		68/42	
Тема 2.1. Общие основы лечебной физической культуры	Содержание учебного материала	6	
	Особенности ЛФК как лечебного метода. Значение ЛФК в комплексном лечении заболеваний и травм. Средства и формы ЛФК.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Гимнастические упражнения, спортивно-прикладные упражнения, подвижные игры, упражнения в воде, упражнения на тренажерах. Классификация физических упражнений в лечебной физкультуре.	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5
	Показания и противопоказания для назначения ЛФК. Дозировка и критерии величины нагрузки в ЛФК.	2	ЛР 9
Тема 2.2. Массаж. Физиологические механизмы воздействия на организм	Содержание учебного материала	4/2	
	Средства, приемы и техника массажа. Приемы классического массажа: поглаживание, растирание, разминание, вибрация, ударные приемы. Виды массажа: спортивный, лечебный, аппаратный, точечный массаж.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Массаж отдельных частей тела. Контроль за переносимостью процедур массажа: самочувствие, пульсометрия, измерение АД, визуальные признаки утомления, контроль за эффективностью массажа.	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 2.3. Техника безопасности на занятиях по ЛФК и	Содержание учебного материала	2	
	Гигиенические требования инвентарю: одежде, обуви, температурный режим на занятиях ЛФК и массажу, освещение. Выполнение рекомендаций о допуске врача к выполнению физической нагрузке и массаж. Страховка, поддержка при выполнении	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9



массажу	физических упражнений		ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
Тема 2.4. ЛФК и массаж при заболевании сердечно-сосудистой системы.	Содержание учебного материала	8/6	
	Краткая характеристика заболеваний сердца и сосудов. Особенности ЛФК и массажа при заболевании сердечно-сосудистой системы.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Практические занятия	6	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
	ПР № 7. Методика ЛФК при гипертонической болезни ПР № 8. Техника выполнения приема поглаживание	2 4	
Тема 2.5 ЛФК и массаж при заболевании органов дыхания.	Содержание учебного материала	8/6	
	Краткая характеристика заболеваний органов дыхания. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболевании органов дыхания и общие принципы методики ЛФК и массажа	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Практические занятия	6	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
	ПР № 9. Методика ЛФК при бронхите ПР № 10. Техника выполнения приема растирание	2 4	
Тема 2.6.	Содержание учебного материала	10/6	
ЛФК и массаж при заболевании опорно-двигательного аппарата.	Заболевания опорно-двигательного аппарата у занимающихся спортом. Механизм лечебного действия и задачи физических упражнений при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Виды физических упражнений при заболевании опорно-двигательного аппарата, сочетание упражнений, массажа, физиотерапевтических процедур.	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
	Практические занятия	6	
	ПР № 11. Методика ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата ПР № 12. Техника выполнения приема выжимание-выдавливание	2 4	
Тема 2.7. ЛФК и массаж при нервных болезнях.	Содержание учебного материала	8/6	
	Характеристика заболеваний центральной нервной системы. Виды физических упражнений при нервных болезнях	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Практические занятия	6	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5
	ПР № 13. Методика ЛФК при шейном остеохондрозе ПР № 14. Техника выполнения приема разминание	2 4	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

			ЛР 9
Тема 2.8. Особенности ЛФК и массажа у различных возрастных групп.	Содержание учебного материала	22/18	
	ЛФК при нарушениях осанки у детей и подростков. Характеристика нарушений осанки: сколиозы, этиология, формы, степени, диагностика сколиозов; компенсированные и некомпенсированные сколиозы, изменения во внутренних органах и нервно-мышечной системе при сколиозах.	2	ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9
	Содержание и организация двигательного режима детей со сколиозом. Методика разгрузки позвоночника; методика коррекции позвоночника.	2	ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9
	Плоскостопие, косолапость. Особенности ЛФК у людей пожилого возраста.		
	Практические занятия	18	
	ПР № 15. Методика ЛФК при нарушениях осанки в сагиттальной плоскости	2	
	ПР № 16. Методика ЛФК при плоскостопии	2	
	ПР № 17. Методика ЛФК при поясничном остеохондрозе	2	
	ПР № 18. Методика ЛФК при нейроциркуляторной дистонии	2	
	ПР № 19. Методика ЛФК при артрозах суставов нижних конечностей	2	
ПР № 20. Методика ЛФК при ожирении	2		
ПР № 21. Техника выполнения приема вибрация	2		
ПР № 22. Техника выполнения приема движение	4		
	Самостоятельная работа	10	
	Подготовка к практическим работам и дифференцированному зачету		
		2	
	Итого	128/52	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа, спортивный зал.

1. Оснащение кабинета Врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа оборудованием и техническими средствами обучения:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- АРМ преподавателя;
- массажные кушетки, валики;
- ростомер, весы, толстотный циркуль, динамометры, спирометры, тонометры, сантиметровые ленты, секундомер, велоэргометр;
- учебные фильмы и мультимедийные лекции по некоторым разделам дисциплины.
- тонометр, пульсоксиметр, гигрометр, часы-пульсотактометр.

2. Спортивный зал, зал ритмики и фитнеса.

- скамейки гимнастические маты, степ-платформы, гимнастические маты, спортивный инвентарь (босу (полусфера), анга 5,9 кг, блины: вес 1,25 кг; 2,5 кг; 5,0 кг, роллер пенный для пилатес, мяч большой (fitball), одеяло для йоги, резина с длинными ручками, резина 8-ка короткая; эластичная лента, гантели: 1,0 кг, 2,0 кг, 3,0 кг, гантели 4,0 кг, 5,0 кг, 7,0 кг, 2, 8,0 кг, 10 кг, медицинский мяч жесткий тяжелый: 1 кг; 2 кг, 3 кг; 4 кг; 5 кг, 7 кг; 10 кг, медицинский мяч мягкий прошитый: вес 1 кг; 2 кг; 3 кг, 4 кг; 5 кг, гимнастическая палка, боди бар 3 кг, лестница для функционального тренинга, роллер для МФР: длинный; короткий, слайд–доска (slide), тапки для слайд–доски, Gymstick (облегченный гриф с трубчатой резиной), фитнес–резина, мячики маленькие с шипами цветные для МФР, мяч маленький (Soft Ball) для пилатес: 26 см; 22 см, изотоническое кольцо, блоки для йоги, ремни для йоги, коврики для аэробики, коврики для йоги);
- зеркала;
- акустическая система.

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

5. Рубанович В.Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2022. — 253 с. — (Профессиональное образование).

6. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2022. — 253 с.



7. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник / Епифанов В. А. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 528 с. - <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970426456.html>

8. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры: учебное пособие для среднего профессионального образования/М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. - 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 158 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07858-9. — <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://urait.ru/book/metody-lechebnoy-i-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-453965>

Дополнительные источники:

1. Д.Ф. Дешин В.И. Коваленко. Врачебный контроль: Учебник для вузов.-М.: из-во «Физкультура и спорт», 1965.
2. Дубровский В.И. ЛФК и врачебный контроль: Учебник для вузов. -М.: Медицинское информационное агентство, 2006
3. Лечебная физкультура и врачебный контроль. (Под ред. проф. В.А. Епифанова ипроф. Г.Л. Апанасенко), Москва, "Медицина", 1990 Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.: Советский спорт 2008.
4. Спортивная медицина. /Под ред. В. А. Епифанова. -М.: ГЭОТАР Медицина, 2006-

Интернет – ресурсы:

- <http://www.anatomyatlases.org/HumanAnatomy/CrossSectionAtlas.shtml> (Atlas of Human Anatomy in Cross Section).
10. https://aupam.ru/pages/fizkult/lechebnuyu_fizkuljтуру_i_massazh/page_15.htm (Основы врачебного контроля. Учебник).
11. <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71327708/> (Приказ Министерства здравоохранения РФ от 1 марта 2016 г. № 134н)
12. ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;- проводить простейшие функциональные пробы;- разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;- использовать основные приемы массажа и самомассажа. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности;- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;- виды оборудования и инвентаря для занятий лечебной физической культурой;	<p>ОК 01–05,08 ПК 1.1–1.4, 1.6-1.9 ПК 2.1–2.2 ПК 3.2, 3.5 ЛР 9</p>	<p>Фронтальный и индивидуальный опрос; тестирование, письменная контрольная работа.</p> <p>Оценка выполнения самостоятельных работ, практических заданий.</p> <p>Тестирование. Наблюдение за работой с наглядными пособиями. Практический контроль: демонстрация проекции антропометрических точек. Решение ситуационных задач. Дифференцированный зачет</p>



- технику безопасности и приемы предупреждения травматизма, требования к оборудованию и инвентарю при проведении комплексов лечебной физической культуры;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при различных заболеваниях и травмах;
- особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, влияние массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 05 ПЕДАГОГИКА

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 05. «Педагогика» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Гомзякова И.П. - преподаватель гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 05. «Педагогика», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 05. «Педагогика» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Вооружение будущих специалистов знаниями основ педагогической науки, опыта их применения и путей использования в практике работы по физической культуре и спорту; формирование на этой основе педагогической компетентности, развитие творческого педагогического мышления.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- определять цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;
- определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;
- определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса;
- анализировать основные документы современного образования и документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;
- анализировать педагогические ситуации, опираясь на теоретические основы педагогического процесса;
- анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- особенности системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, виды документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;
- психолого-педагогические условия, методы и приемы развития мотивации в процессе обучения и воспитания;
- формы, методы, виды контроля и способы оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности
- понятие о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации;
- формы, методы и средства, технологии обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;
- особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;
- основные аспекты современного образования;
- принципы образования, обучения и воспитания;



- формы воспитательной работы и управления детским коллективом;
- содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 6	Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации
ЛР 8	Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной



	принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей
ЛР 12	Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания
ЛР 16	Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента - 122 часа, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 116 часов;

Самостоятельная работа – 6 часов для подготовки к экзамену

Вариативная часть - 78 часов добавлено в ОП 05 Педагогика для проведения промежуточной аттестации – 6 часов экзамен, а также 72 часа, в углублении умений ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования, углубления знаний по формам, методам и средствам обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	122
в т.ч. в форме практической подготовки	38
в том числе:	
Лекционные занятия	72
Практические занятия	38
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	6
Промежуточная аттестация в форме Экзамена (4 семестр)	6



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития		18/8	
Тема 1.1 Педагогика как наука	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
	Объект, предмет, цели и задачи педагогики. Функции педагогической науки. Категориальный аппарат педагогики	2	
	Практические занятия	2	
	ПР № 1. Подготовить эссе на тему: "Педагог в моей жизни".		
Тема 1.2 История образования, социальный характер образования.	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
	Понятие и сущность образования Роль образования в современной России. Цели образования. Система образования РФ.	2	
	Практические занятия	2	
	ПР № 2. Структура образования РФ.		
Тема 1.3 Методология педагогики и методы педагогического исследования.	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
	Организация педагогического исследования. Логика педагогического исследования. Методы педагогического исследования.	2	
	Практические занятия	2	
	ПР № 3. Разработать анкету и план беседы, с целью изучения у спортсменов выбора занятий избранным видом спорта.	2	
Тема 1.4 Взаимосвязь педагогической науки	Содержание учебного материала	6/2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3
	Педагогика – теоретико-практическая наука. Педагогическая наука и практика как единая система.	2	



и практики	История воспитания на ранних этапах развития человечества. Развитие педагогической науки и практики с древнего мира по XXI век.	2	ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 4. Составить хронологическую таблицу «История образования и педагогической мысли в России и за рубежом».		
Раздел 2. Особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных учреждений.		70/26	
Тема 2.1 Значение и логика целеполагания в обучении и педагогической деятельности.	Содержание учебного материала	8/2	
	Роль и значение целеполагания в процессе обучения. Субъекты образовательного целеполагания.	2	ОК 01 – 06
	Технология определения целей и ценностей образования. Технология образовательного целеполагания.	2	ПК 1.1 – 1.3
	Развитие образовательного целеполагания. Обучение учеников целеполагания.	2	ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
	Практические занятия	2	
	ПР № 5. Решение педагогических задач (заполнить таблицу соответствия цели воспитания той или иной педагогической концепции).		
Тема 2.2 Принципы обучения	Содержание учебного материала	8/2	
	Общее понятие о дидактике. Задачи и функции дидактики.	2	ОК 01 – 06
	Понятие и сущность обучения. Двусторонний характер обучения.	2	ПК 1.1 – 1.3
	Функции обучения. Закономерности и принципы обучения.	2	ПК 2.1 – 2.2
	Практические занятия	2	ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
	ПР № 6. «Принципы обучения». На основании наблюдения за учебно-тренировочным занятием перечислить основные действия тренера, способствующие реализации принципов обучения.	2	
Тема 2.3. Характеристика преподавания как вид деятельности.	Содержание учебного материала	4/2	
	Структура педагогической деятельности. Преподавание как деятельность Деятельность учителя и ученика в процессе обучения	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2
	Практические занятия	2	ПК 3.1, 3.3-3.5
	ПР № 7. Деятельность учителя ученика в процессе обучения». Решение педагогических задач.		ЛР 6,8,12,16
Тема 2.4.	Содержание учебного материала	6/4	



Формы и методы обучения	Понятия «форма» и «метод». Классификации форм и методов обучения. Средства обучения.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2
	Практические занятия	4	ПК 3.1, 3.3-3.5
	ПР № 8. «Методы обучения». Решение педагогических задач	4	ЛР 6,8,12,16
Тема 2.5. Урок как основная форма организации обучения.	Содержание учебного материала	8/2	
	Урок как основная форма организации обучения. Типология и структура занятий. Другие формы организации обучения. Подготовка и планирование занятия. Анализ и самооценка занятия.	2 2 2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 9. Урок как основная форма организации обучения. Разработайте план-конспект урока физической культуры, опираясь на изученный материал учебного занятия.		
Тема 2.6. Основы развивающего обучения, индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания.	Содержание учебного материала	6/2	
	Сущность развивающего обучения. Соотношение обучения и развития. Уровни развития ребенка. Основные концепции развивающего обучения	2 2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3
	Практические занятия	2	ПК 2.1 – 2.2
	ПР № 10. Современные технологии обучения и воспитания. Подготовить таблицу «Сравнительный анализ классификаций технологий обучения и воспитания».		ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
Тема 2.7. Содержание образования как фундамент базовой культуры личности	Содержание учебного материала	2	
	Понятие и сущность содержания образования. Компоненты содержания образования	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
Тема 2.8. Типология и многообразие образовательных учреждений.	Содержание учебного материала	6/2	
	Нормативные документы в сфере образования. Типы и виды современных ОУ. Особенности содержания и организации педагогического процесса на разных ступенях образования.	2 2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2
	Практические занятия	2	ПК 3.1, 3.3-3.5



	ПР № 11. Типы и виды образовательных учреждений Приведите пример различных типов и видов ОУ на примере ОУ на примере нашего города и области.		ЛР 6,8,12,16,
Тема 2.9. Психолого-педагогические условия развития мотивации учащихся в процессе обучения.	Содержание учебного материала	4/2	
	Процесс развития учебной мотивации современного школьника. Условия развития учебной мотивации. Интерес в мотивационной сфере и влияние эмоций на мотивацию учения.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 12. Педагогические основы развития мотивации	2	
Тема 2.10. Психолого-педагогические условия развития способностей учащихся в процессе обучения	Содержание учебного материала	4/2	
	Общая характеристика способностей. Уровни развития способностей. Развитие способностей.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 13. Развитие способностей у учащихся в процессе обучения Роль социальных факторов в развитии личности. Возрастная периодизация развития личности.		
Тема 2.11. Понятие норма и отклонение от нормы.	Содержание учебного материала	4/2	
	Норма и отклонение: понятия и характеристики. Типы отклонений. Теории отклонений.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 14. Понятие норма и отклонение от нормы		
Тема 2.12. Особенности работы с детьми с девиантным поведением.	Содержание учебного материала	4/2	
	Определение понятия девиантные (трудные) дети. Классификация поведенческих отклонений.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 15. Особенности работы с детьми с девиантным поведением		
Тема 2.13. Одаренные дети,	Содержание учебного материала	6/2	ОК 01 – 06
	Общее понятие одаренности. Виды одаренности.	2	ПК 1.1 – 1.3



особенности учебно-воспитательного взаимодействия с ними.	Способы выявления одаренных детей. Обучение одаренных детей и подготовка педагога к нему.	2	ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16
	ПР № 16. Особенности педагогического взаимодействия с одаренными детьми		
Раздел 3. Приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения.		10/2	
Тема 3.1. Психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.	Содержание учебного материала	10/2	
	Место и функция проверки и оценки знаний в учебном процессе.	2	ОК 01 – 06
	Факторы, влияющие на объективность проверки и оценки знаний.	2	ПК 1.1 – 1.3
	Процесс проверки и оценки результатов обучения.	2	ПК 2.1 – 2.2
	Формы и методы проверки и оценки результатов обучения.	2	ПК 3.1, 3.3-3.5
Практические занятия	2	ЛР 6,8,12,16	
	ПР № 17. Средства контроля и оценки качества образования. Средства стимулирования обучения и воспитания детей. Педагогическая оценка как средство стимулирования. Условия эффективности педагогической оценки.		
Раздел 4. Теоретические основы процесса воспитания		18/0	
Тема 4.1 Воспитание как часть педагогического процесса	Содержание учебного материала	4	ОК 01 – 06
	Сущность воспитания, его особенности, признаки. Структура процесса воспитания, характеристика	2	ПК 1.1 – 1.3
	Закономерности процесса воспитания. Принципы и правила процесса воспитания	2	ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
Тема 4.2 Воспитание базовой культуры личности обучающегося в педагогическом процессе	Содержание учебного материала	4	
	Базовая культура личности, ее компоненты	2	ОК 01 – 06
	Формирование основ культуры личности через содержания воспитания Нравственные и этические нормы в процессе воспитания Профессиональная этика	2	ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
Тема 4.3 Методы воспитания и условия оптимального выбора	Содержание учебного материала	4	
	Понятие и сущность методов воспитания	2	ОК 01 – 06
	Классификации методов воспитания, их характеристика Условия оптимального выбора методов воспитания Применения методов воспитания в педагогической деятельности	2	ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5



			ЛР 6,8,12,16
Тема 4.4 Формы и средства воспитания	Содержание учебного материала	6	
	Формы воспитания и формы воспитательной работы. Классификация форм воспитательной работы	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3
	Средства воспитания, их характеристика	2	ПК 2.1 – 2.2
	Этапы и уровни развития коллектива, педагогические возможности управления коллективом. Формы и методы взаимодействия педагога с социальными институтами	2	ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка к экзамену	6	
		<i>Промежуточная аттестация</i>	6
		<i>Экзамен</i>	6
	Итого	122/38	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Педагогики и психологии.

Оснащение кабинета Педагогики и психологии оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекционное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

- Коджаспирова, Г.М. Педагогика: учебник для среднего профессионального образования / Г. М. Коджаспирова. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2022. — 719 с. — (Профессиональное образование).
- Крившенко, Л. П. Педагогика: учебник и практикум для СПО / Л. П. Крившенко, Л. В. Юркина; рец: С. А. Ермолаева, М. Г. Резниченко, и др. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2022. - 400 с. - (Профессиональное образование).
- Рослякова, С. В. Педагогика: учебник и практикум для СПО. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2021. - 397 с. - (Профессиональное образование)

Дополнительные источники:

1. Бермус, А. Г. Практическая педагогика: учебное пособие для вузов М.: Издательство Юрайт, 2021. — 127 с.
2. Галагузова А.Н. Социально-педагогические задачи: учеб. Пособие для студентов вузов. –М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2020. – 191с.
3. Гуслова М.Н. Иновационные педагогические технологии М.:Издательскийцентр"Академия",2021.-288с.
4. Карпушина Б.А. Педагогика физической культуры. - М.: Советский спорт, 2021.
5. Общая педагогика физич. культуры Кайнова Э.Б. М.: Издательский дом"ФОРУМ",2021. 275с.
6. Психология детской одаренности Савенков, А. И.: учебник для СПО. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 334 с.
7. Савенков А. И. Психология детской одаренности: учебник для СПО. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 334 с.
8. Якушева С.Д. Основы педагогического мастерства. М.: Издательский центр «Академия»,



2022. -256с.

Интернет – ресурсы:

1. Сайт Научной библиотеки им. М. Горького СПбГУ:

<http://www.library.spbu.ru/>

2. Электронный каталог Научной библиотеки им. М. Горького СПбГУ:

<http://www.library.spbu.ru/cgi->

[bin/irbis64r/cgiirbis_64.exe?C21COM=F&I21DBN=IBIS&P21DBN=IBIS](http://www.library.spbu.ru/cgi-bin/irbis64r/cgiirbis_64.exe?C21COM=F&I21DBN=IBIS&P21DBN=IBIS)

3. Перечень электронных ресурсов, находящихся в доступе СПбГУ:

<http://cufts.library.spbu.ru/CRDB/SPBGU/>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;- определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;- определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса;- анализировать основные документы современного образования и документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;- анализировать педагогические ситуации, опираясь на теоретические основы педагогического процесса;- анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- особенности системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, виды документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта;- психолого-педагогические условия, методы и приемы развития мотивации в процессе обучения и воспитания;- формы, методы, виды контроля и способы оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности- понятие о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации;- формы, методы и средства, технологии обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;- особенности содержания образования в организациях,	ОК 01 – 06 ПК 1.1 – 1.3 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 6,8,12,16	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Компетентностные тесты Решение педагогических задач Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Экзамен</p>



<p>реализующих программы в области физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none">- основные аспекты современного образования;- принципы образования, обучения и воспитания;- формы воспитательной работы и управления детским коллективом;- содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология.		
---	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 06 ПСИХОЛОГИЯ

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 06. «Психология» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Коршунова О.В. - преподаватель гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 06. «Психология», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 06. «Психология» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Вооружение будущих специалистов знаниями психического, личностного и социального развития человека, опыта их применения и путей использования в практике работы по физической культуре и спорту; формирование на этой основе педагогической компетентности, развитие творческого педагогического мышления.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные и типологические особенности учащихся;
- использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся;
- составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
- основы психологии личности;
- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;
- групповую динамику;
- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
- основы психологии творчества;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:



Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 1.10.	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат



ЛР 7.	Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей
ЛР 12.	Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания
ЛР 16	Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента – 100 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 96 часов;

Самостоятельная работа – 4 часа для подготовки к экзамену.

Вариативная часть - 68 часов добавлено на дисциплину ОП 06 Психология, для проведения промежуточной аттестации – 6 часов экзамен, а также 62 часа для углубления знаний и умений по психологическим основам развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; механизма развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности, психологии спортсмена.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	100
в т.ч. в форме практической подготовки	32
в том числе:	
Лекционные занятия	58
Практические занятия	240
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	4
Промежуточная аттестация в форме Экзамен (4 семестр)	6



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Общие вопросы психологии		6/2	
Тема 1.1. Особенности психологии как науки	Содержание учебного материала	4/2	
	Объект, предмет, задачи психологии как науки, её связь с педагогической наукой и практикой. Исторические этапы развития психологической науки. Связь психологии с педагогической наукой и практикой. Связь психологии с другими науками	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2
	Практические занятия ПР № 1. Психология как наука.	2	ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Тема 1.2 Сознание как высшая ступень развития психики	Содержание учебного материала	2	
	Мозг и психика. Психические явления: психические свойства, психические процессы, психические состояния. Структура сознания: сознание как высшая ступень развития психики. Взаимодействие сознания и подсознания. Самосознание.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Раздел 2. Личность и деятельность		28/12	
Тема 2.1. Психология личности	Содержание учебного материала	2	
	Общие свойства возбудимых тканей. Личность, индивид, индивидуальность. Личность и социальные роли. Самосознание личности. Я-концепция. Психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5



			ЛР 7,12,16
Тема 2.2 Ощущение и восприятие	Содержание учебного материала	4	
	Ощущение: понятие, виды, основные свойства и характеристики, сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений. Развитие ощущений. Восприятие: понятие, физиологические основы восприятия, свойства и виды. Восприятие пространства, движения и времени. Индивидуальные различия в восприятии и его развитие у детей. Роль ощущений и восприятия в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.	2 2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Тема 2.3. Индивидуально-типологические свойства человека	Содержание учебного материала	8/6	
	Способности и задатки человека. Развитие специальных спортивных способностей Темперамент и характер. Воля, эмоции и мотивация личности человека	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10
	Практические занятия	6	ПК 2.1 – 2.2
	ПР № 2. Определение типа темперамента (тест Г. Айзенка «ЕРІ»). Диагностика акцентуаций характера (тест К. Леонгарда). ПР № 3. Психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивных занятий. ПР № 4. Диагностика эмоциональных состояний личности (тест А. Уэссмана, Д. Рикса). Диагностика волевого потенциала личности (тест Н. Обозова).	2 2	ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Тема 2.4. Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса	Содержание учебного материала	10/4	
	Психология познавательных процессов. Основные характеристики ощущения и восприятия	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10
	Особенности памяти и мышления. Характеристика воображения	2	ПК 2.1 – 2.2
	Внимание. Характеристика внимания. Способы активизации внимания в учебно-тренировочном процессе.	2	ПК 3.1, 3.3-3.5
	Практические занятия	4	ЛР 7,12,16
	ПР № 5. Диагностика развития словесно-логического мышления (тест Р. Кеттела). ПР № 6 Диагностика умственной работоспособности (тест Э. Крепелина). ПР № 7 Разработка практических рекомендаций по развитию интеллектуальной сферы личности.	1 1 2	
Тема 2.5.	Содержание учебного материала	4/2	



Основы психологии творчества	Понятие и сущность творчества. Психологические основы творчества. Творчество и воображение. Творческое вдохновение в спорте.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
	Практические занятия	2	
	ПР № 8. Творчество в деятельности тренера	2	
Раздел 3. Возрастная психология		10/4	
Тема 3.1. Закономерности возрастного развития	Содержание учебного материала	8/6	
	Возрастная периодизация психического развития. Движущие силы и условия психического развития.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
	Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности детей школьного возраста Учет возрастных и индивидуальных особенностей развития детей школьного возраста в обучении и в воспитании	2	
	Практические занятия	4	
	ПР № 9. Психологические особенности младшего школьного возраста	2	
ПР № 10. Новообразования подросткового возраста	2		
Тема 3.2. Психологическое значение возрастнополовых факторов в ФК и спорте	Содержание учебного материала	2	
	Психология гендерных различий учащихся Учет гендерных различий в процессе организации и проведения физкультурно-спортивной деятельности	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Раздел 4. Межличностные отношения		12/4	
Тема 4.1. Роль общения в психическом развитии человека	Содержание учебного материала	4/2	
	Общее понятие об общении Виды общения. Техника и приемы общения	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
	Практические занятия	2	
	ПР № 11. Виды общения в физкультурно-спортивной деятельности и учебно-тренировочном процессе.	2	
Тема 4.2.	Содержание учебного материала	4/2	



Особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте.	Малая группа и коллектив. Межличностное общение в группах и коллективах Эффективность групповой деятельности. Особенности групповой динамики	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10
	Практические занятия	2	
	ПР № 12. Возрастные аспекты развития межличностных отношений и группового поведения. Межличностные отношения в младшем школьном и дошкольном возрасте. Отношения подростков. Отношения с людьми в ранней юности.	2	ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Тема 4.3. Психологические основы предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации	Содержание учебного материала	4	
	Понятие о социальной и школьной дезадаптации Девиантное поведение. Классификация форм девиантного поведения Причины девиантного поведения. Причины социальной и школьной дезадаптации.	2 2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Раздел 5. Психология спортивной деятельности		34/10	
Тема 5.1. Механизм развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.	Содержание учебного материала	8/4	
	Мотивы личности в спорте. Основные понятия психологической подготовки. Направления психологической подготовки в спорте	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2
	Виды психологической подготовки спортсменов и команд. Средства психологической подготовки	2	
	Практические занятия	4	ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
	ПР № 13. Стресс-факторы предсоревновательной и соревновательной деятельности ПР № 14. Психические состояния на тренировке	2 2	
Тема 5.2. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды)	Содержание учебного материала	4/2	
	Особенности личности спортсмена Групповое взаимодействие в спортивной команде. Лидерство в спорте.	2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10
	Практические занятия	2	
	ПР № 15. Психологическая характеристика успешного и неуспешного спортсмена	2	ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
Тема 5.3.	Содержание учебного материала	4	



Психология тренера	Психологические основы тренерской деятельности Профессионально важные качества тренера. Стили общения и руководства спортивным коллективом	2 2	
Тема 5.4. Психологические особенности спортивных коллективов	Содержание учебного материала	6	
	Общение и эффективность взаимодействия в спортивных коллективах Конфликт в спорте. Спортивная команда: характеристика и стадии развития Роли в спортивной команде. Лидеры спортивных коллективов	2 2 2	
	Содержание учебного материала	10/4	
Тема 5.5. Основы психологии тренировочного процесса	Психологические основы технической подготовки. Формирование и совершенствование спортивных навыков Эмоциональные факторы соревновательной деятельности. Предстартовые психические состояния Психологическая помощь в детско-юношеском спорте. Психологическое сопровождение спортсменов	2 2 2	ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16
	Практические занятия	4	
	ПР № 16. Взаимоотношения в системе «тренер-спортмен» ПР № 17. Командная сплоченность в спорте	2 2	
	Содержание учебного материала	2	
	Теоретические вопросы спортивной психодиагностики Особенности применения различных методик спортивной психодиагностики Психодиагностика эмоционального выгорания в спорте	2	
Тема 5.6. Основы психодиагностики в ФКиС	Самостоятельная работа обучающихся Составьте перечень методических рекомендаций по психологической подготовке спортсмена	4	
	Промежуточная аттестация Экзамен	6	
	Итого	100/32	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Педагогики и психологии.

Оснащение кабинета Педагогики и психологии оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекторное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.]; под редакцией А. Е. Ловягиной. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 338 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-00690-2. - Текст: электронный
2. Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. М. Рамендик. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 274 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-08539-6. — Текст: электронный
3. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. К. Серова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 124 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11155-2. - Текст: электронный

Дополнительные источники:

- Ильин Е.П. Психология спорта. – Спб: Питер, 2017. – 352 с.
- Немов Р.С. Психология: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС. – 2001. – Кн.1: Общие основы психологии. – 688 с.
- Немов Р.С. Психология: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС. – 2002. – Кн.2: Психология образования. – 608 с.
- Немов Р.С. Психология: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС. – 2002. – Кн.3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование элементами математической статистики. – 640 с.
- Психология физической культуры: учебник / под редакцией Б. П. Яковлева, Г. Д.



Бабушкина. - Москва: Спорт-Человек, 2016. - 624 с. - ISBN 978-5-906839-11-4. -
Текст: электронный

- Тунис, М. Психология вратаря / М. Тунис. — Москва: Спорт-Человек, 2010. — 128 с. — ISBN 978-5-903508-82-2. — Текст: электронный

Интернет – ресурсы:

- <http://azps.ru> (А. Я. Психология: тесты, тренинги, словарь, статьи.)
- <http://flogiston.ru> (Флогистон: психология из первых рук.)
- <http://follow.ru> (@FOLLOW.RU: Познай себя и окружающих – сайт по психологии.)
- <http://psy.rin.ru> (Психология: информация, статьи, новости психологии, тесты, известные психологи.)
- <http://psychology.net.ru> (Мир Психологии.)
- <http://psyfactor.org/partners.htm> (Пси-фактор.)
- <http://u-psihologa.com.ua> (У психолога: сайт по психологии.)
- www.childpsy.ru (Детская психология.)



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- применять знания по психологии при решении педагогических задач;- выявлять индивидуальные и типологические особенности учащихся;- использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся;- составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;- основы психологии личности;- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;- групповую динамику;- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;- основы психологии творчества;- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;	<p>ОК 01 – 06 ПК 1.1–1.5, 1.7-1.10 ПК 2.1 – 2.2 ПК 3.1, 3.3-3.5 ЛР 7,12,16</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Контрольные работы Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Экзамен</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП 07 ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 07. «Правовое обеспечение профессиональной деятельности» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Хижая Д.М. – преподаватель общепрофессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 07. «Правовое обеспечение профессиональной деятельности», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 07. «Правовое обеспечение профессиональной деятельности» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения дисциплины студент **должен уметь:**

- использовать нормативные правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в области образования;
- защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданско-процессуальным и трудовым законодательством;
- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- основные положения Конституции Российской Федерации;
- права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации;
- понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта;
- нормы права, регулирующие правоотношения в области образования, образования, физической культуры и спорта;
- социально-правовой статус специалиста в области физической культуры и спорта;
- порядок заключения трудового договора и основания для его прекращения;
- правила оплаты труда специалиста в области физической культуры и спорта;
- понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника;
- виды административных правонарушений и административной ответственности;
- нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;



ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.10	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
Код	Личностный результат
ЛР 1	Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознательный свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве
ЛР 3	Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента - 72 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка – 70 часов;

Вариативная часть – 48 часов добавлено на дисциплину ОП 07 Правовое обеспечение профессиональной деятельности, на углубления знаний и умений по понятиям и основам правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта; нормам права, регулирующие правоотношения в области образования, образования, физической культуры и спорта; социально-правовым статусом специалиста в области физической культуры и спорта; порядок заключения трудового договора и основания для его прекращения; правила оплаты труда специалиста в области физической культуры и спорта; понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника.



2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т.ч. в форме практической подготовки	20
в том числе:	
Теоретическое обучение	50
Практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет (8 семестр),	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1. Общее положение о праве	Содержание учебного материала Понятие права. Основные функции и принципы права. Нормы права. Источники права. Система права. Правоотношения. Правонарушение и юридическая ответственность Законность и правопорядок	2 2	 ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
Тема 2. Конституция РФ -основной закон государства. Права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации	Содержание учебного материала Понятие формы (источника) права. Основные виды источников российского права. Конституция Российской Федерации как главный источник права. Понятие основ конституционного строя. Форма российского государства по Конституции РФ. Россия - демократическое федеративное правовое государство с республиканской формой правления. Основные положения Конституции Российской Федерации Конституция – как гарант прав и свобод человека Государство и личность. Понятие гражданства. Права человека и права гражданина. Всеобщая декларация прав человека. Основные права и свободы человека. Юридические механизмы защиты прав и свобод человека и гражданина Права, свободы и обязанности человека и гражданина в Российской Федерации	8/2 2 2 2	 ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
	Практические занятия	2	
	Практическая работа № 1. Конституционное право (кейсы)	2	
Тема 3.	Содержание учебного материала	4/2	



Физическая культура и спорт как объект государственного регулирования	Государственная политика в области физической культуры и спорта. Понятие, методы, принципы спортивного права. Спортивные правоотношения.	2	ОК 01–03, 05-06,10
	Практические занятия	2	ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10
	<i>Практическая работа № 2.</i> Анализ основных направлений государственной политики в области физической культуры и спорта	2	ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
Тема 4. Правовое регулирование социальных, трудовых и управленческих отношений в сфере спорта	Содержание учебного материала	6/2	
	Профессиональный спорт: понятие и положения правового регулирования. Регулирование труда в профессиональном спорте. Социальные гарантии, социальная защита спортсменов и работников физкультурно-спортивных организаций. Правовой статус физкультурно-спортивных объединений и организаций. Правовое регулирование государственной регистрации физкультурно-спортивных организаций.	2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10
	Понятие, общая характеристика и правовой статус физкультурно-образовательных, спортивных и спортивно-технических сооружений	2	ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
	Практические занятия	2	
	<i>Практическая работа № 3.</i> Анализ нормативно-правовых документов. Правовое положение образовательной организации. Правовой статус училища олимпийского резерва.	2	
Тема 5. Правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	4	
	Нормативно-правовые основы лицензирования, аккредитации и аттестации в сфере физической культуры и спорта. Сертификация спортивных товаров. Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта.	2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10
	Нормативно-правовые основы регулирования организации и проведения спортивных соревнований. Защита прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.	2	ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
Тема 6. Правовой статус основных субъектов	Содержание учебного материала	8/4	
	Правовой статус: государственных органов управления физической культурой и спортом разного уровня (федерального, регионального, местного); Олимпийского	2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8,



физкультурно-спортивного движения в Российской Федерации. Социально-правовой статус специалистов отрасли.	комитета России; спортивных федераций и иных общественных объединений физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности. Социально-правовой статус индивидуальных субъектов: спортсменов, инструкторов по физической культуре и спорту, тренеров и др. специалистов физической культуры и спорта.	2	1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
	Практические занятия	4	
	<i>Практическая работа №4.</i> Правовой статус образовательных организаций в системе спорта	2	
	<i>Практическая работа № 5.</i> Правовой статус работников спортивных организаций	2	
Тема 7. Трудовое право	Содержание учебного материала	10/4	
	Понятие и значение трудового договора как главной формы реализации гражданами своего права на труд. Стороны трудового договора. Существенные и факультативные условия трудового договора. Порядок заключения трудового договора. Гарантии при приеме на работу. Изменение условий трудового договора. Общие основания прекращения трудового договора. Расторжение трудового договора по инициативе работника, работодателя.	2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
	Понятие оплаты труда и заработной платы. Правовое регулирование заработной платы, ее составные элементы. Системы заработной платы. Оплата труда при отклонении от нормальных условий труда. Правовая охрана заработной платы.	2	
	Практические занятия	4	
	<i>Практическая работа № 6.</i> Анализ нормативно-правовых документов Решение практических казусов <i>Практическая работа № 7.</i> Анализ содержания трудового договора и оплаты (тренера-преподавателя, спортсмена)	2 2	
Тема 8. Дисциплинарная и материальная ответственность работников.	Содержание учебного материала	6/2	
	Понятие и значение трудовой дисциплины. Общая и специальная трудовая дисциплина. Нормативные акты, регулирующие трудовую дисциплину, в том числе и локального значения. Дисциплинарная ответственность работников: понятие, состав, виды дисциплинарных взысканий. Порядок привлечения работников к дисциплинарной ответственности. Понятие материальной ответственности, основания привлечения. Ограниченная и	2 2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1



	полная материальная ответственность. Порядок определения размера ущерба и порядок возмещения ущерба, причиненного работодателю		ЛР 1,3,19,21
	Практические занятия	2	
	<i>Практическая работа №8</i> «Юридическая ответственность работника»	2	
Тема 9. Административные правонарушения и административная ответственность.	Содержание учебного материала	10/2	
	Понятие и состав административного правонарушения. Элементы состава административного правонарушения: объект, субъект, объективная сторона, субъективная сторона административного правонарушения. Административная ответственность как вид юридической ответственности: понятие, признаки. Административные взыскания: понятие, виды. Характеристика видов административных взысканий. Кодекс РФ об административных правонарушениях. Основания и порядок привлечения к административной ответственности. Правовое регулирование управленческих отношений в системе образования Понятие управления образованием. Структура органов управления образованием Российской Федерации. Компетенция субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в области образования. Лицензирование, аттестация и государственная аккредитация в сфере образования	2 2 2 2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
	Практические занятия	2	
	<i>Практическая работа № 9.</i> Решение практических задач по теме «Правонарушение и юридическая ответственность»	2	
Тема 10. Основы гражданского право	Содержание учебного материала	4	
	Понятие гражданских прав. Формы и способы защиты гражданских прав. Самозащита гражданских прав. Преддоговорные, договорные и внедоговорные споры и порядок их урегулирования. Защита гражданских прав в административном порядке. Понятие правоохранительных органов. Деятельность правоохранительных органов в области защиты нарушенных прав. Формы защиты прав работников образовательных учреждений Понятие трудовых споров, причины их возникновения. Классификации трудовых споров. Порядок разрешения коллективных трудовых споров: примирительная комиссия, посредник, трудовой арбитраж. Понятие индивидуальных трудовых	2 2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21



	споров. Органы и порядок рассмотрения индивидуальных трудовых споров. Исполнение решения по трудовым спорам.		
Тема 11. Защита нарушенных прав и судебный порядок разрешения.	Содержание учебного материала	6/2	
	Юридические механизмы защиты прав и свобод человека и гражданина. Обращение в Международный Суд. Административный порядок обжалования актов или действий (бездействия) органов государственного управления и должностных лиц. Суд как гарант прав личности. Право на судебную защиту. Судебная система РФ, её структура. Судебная защита гражданских прав. Понятие, значение и содержание иска. Порядок рассмотрения судебных споров. Понятие и сроки исковой давности.	2 2	ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3,19,21
	Практические занятия	2	
	Практическая работа № 10. Решение практических казусов по теме: «Судебная система РФ. Правоохранительные органы РФ»	2	
	Самостоятельная работа: Подготовка к комплексному дифференцированному зачету	2	
	Дифференцированный зачет	2	
	Всего часов	72/20	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Оснащение кабинета Гуманитарных и социально-экономических дисциплин оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекторное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Капустин, А. Я. Правовое обеспечение профессиональной деятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Я. Капустин, К. М. Беликова; под редакцией А. Я. Капустина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. 382 с.
2. Конвенция о борьбе с дискриминацией в области образования от 14.12.1960 // Международные нормативные акты ЮНЕСКО.— М.: Логос, 1993.— 639 с.
3. Соглашение о сотрудничестве в области образования от 15.05.1992 // [Электронный ресурс].— URL: [http://www. docs.cntd.ru/document/1900123](http://www.docs.cntd.ru/document/1900123).
4. Гражданский кодекс РФ.
5. Трудовой кодекс РФ от 30.12.2021
6. ФЗ РФ «Об образовании» от 29.12.2012.
7. ФЗ РФ «О физической культуре и спорте РФ» от 4.12.2007.

Дополнительные источники:

1. Анисимов Л.Н. Трудовой договор в свете нового законодательства. М., 2008
2. Анисимов Л.Н. Взаимная материальная ответственность сторон трудового договора. «Право и экономика». 2008., №5.
3. Вавилов А.И. Трудовое законодательство в сфере образования: учебно-методический комплект материалов для подготовки тьюторов. М., 2007.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <http://www.eLIBRARY.RU>
2. Ресурс Цифровые учебные материалы <http://abc.vvsu.ru/>
3. ЭБС «Руконт»: <http://www.rucont.ru/>
4. ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>По окончанию курса обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- использовать нормативные правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в области образования;- защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданско-процессуальным и трудовым законодательством;- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- основные положения Конституции Российской Федерации;- права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации;- понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта;- нормы права, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта;- социально-правовой статус специалиста в области физической культуры и спорта;- порядок заключения трудового договора и основания для его прекращения;- правила оплаты труда специалиста в области физической культуры и спорта;- понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника;- виды административных правонарушений и административной ответственности;- нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.	<p>ОК 01–03, 05-06,10 ПК 1.1, 1.2, 1.8, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1 ЛР 1,3</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Контрольные работы Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 08 МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 08. «Менеджмент физической культуры и спорта» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Соколовская Т.Ю. – преподаватель общепрофессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии

Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 08. «Менеджмент физической культуры и спорта», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 08. «Менеджмент физической культуры и спорта» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

- принимать управленческие решения;
- разрабатывать и обосновывать варианты эффективных хозяйственных решений;
- анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, владеть методами убеждения;
- критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров.
- анализировать и обобщать деятельность государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта, а также первичных организаций физкультурно-спортивной направленности;
- выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи, определять ее инвестиционную привлекательность, источники финансирования, рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования;
- оформлять бизнес-план;
- презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- общие основы теории управления коллективом;
- особенности финансового менеджмента в спортивных организациях;
- основы предпринимательства и бизнеса в спорте;
- основные положения по теории и практическому мастерству «спортивного менеджмента»;
- основные аспекты управления в сфере спорта;
- правила разработки и презентации бизнес-планов;
- кредитные банковские продукты.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;



ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 11.	Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность
ПК 1.10	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
Код	Личностный результат
ЛР 12	Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания



1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента - 84 часа, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка – 80 часов;

Вариативная часть – 52 часа добавлено для углубления знаний и умений по основным положениям по теории и практическому мастерству «спортивного менеджмента»; основным аспектам управления в сфере спорта

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	84
в т.ч. в форме практической подготовки	36
в том числе:	
Теоретическое обучение	44
Практические занятия	36
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	4
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет (7семестр),	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1. Методологические основы менеджмента в сфере физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	14/6	
	1. Понятия «менеджмент» и «спортивный менеджмент». Цели и задачи управления спортивными организациями. Цели и функции спортивного менеджмента. Понятие и виды социальных целей в физкультурно-спортивной организации.	2	ОК 01–06, 09,11 ПК 1.1-1.6, 1.10, ПК 2.2, 2.4, 2.5
	2. Внешняя и внутренняя среда организации. Системный подход в менеджменте. Взаимосвязь внешней и внутренней среды организации.	2	ПК 3.3, 3.4 ЛР 12
	3. Государственные и негосударственные органы управления физической культурой и спортом. Общая характеристика современной системы государственных и негосударственных органов управления физической культурой и спортом в России.	2	
	4. Первичные организации физкультурно-спортивной направленности. Спортивные интересы населения как социальная основа формирования общественных объединений физкультурно-спортивной направленности	2	
	Практические занятия	6	
	ПР № 1. Типология физкультурно-спортивных организаций.	2	
	ПР № 2. Сущность и принципы спортивного менеджмента.	2	
	ПР № 3. Тестирование по теме	2	
Тема 2. Теоретические основы принятия управленческих решений	Содержание учебного материала	22/6	
	1. Основы теории принятия управленческих решений. Сущность управленческих решений. Классификация управленческих решений.	2	ОК 01–06, 09,11 ПК 1.1-1.6, 1.10, ПК 2.2, 2.4, 2.5
	2. Стратегический менеджмент. Виды деятельности в стратегическом менеджменте: маркетинг, исследования и разработки, производство, снабжение, сбыт, управление персоналом.	2	ПК 3.3, 3.4 ЛР 12
	3. Информационное обеспечение спортивного менеджмента. Понятие и виды	2	



	<p>информации, используемой в управлении отраслью физической культуры и спорта. Содержание информационного обеспечения менеджмента физической культуры и спорта.</p> <p>4. Технология принятия управленческого решения. Понятие и признаки управленческого решения. Классификация управленческих решений по физической культуре и спорту.</p> <p>5. Методы управления физкультурно-спортивными организациями. Понятие и классификация методов управления физкультурно-спортивными организациями. Экономические методы управления. Организационно-административные методы управления.</p> <p>6. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций. Особенности содержания, организация и нормирование труда работников физкультурно-спортивных организаций. Мотивация и стимулирование труда в физкультурно-спортивных организациях. Управленческое тестирование персонала физкультурно-спортивных организаций.</p>	2 4 4	
	Практические занятия	6	
	ПР № 4. Менеджмент в профессиональном и коммерческом спорте	2	
	ПР № 5. Технология принятия управленческого решения	2	
	ПР № 6. Тестирование по теме	2	
Тема 3. Менеджмент в зарубежном спорте	Содержание учебного материала	8/4	ОК 01–06, 09,11 ПК 1.1-1.6, 1.10, ПК 2.2, 2.4, 2.5 ПК 3.3, 3.4 ЛР 12
	5. Зарубежные модели спортивного менеджмента. Система спортивных организаций в различных зарубежных странах.	2	
	6. Особенности менеджмента в зарубежном профессиональном спорте. Маркетинг зарубежных спортивных клубов.	2	
	Практические занятия	4	
	ПР № 7. Менеджмент в зарубежном спорте.	2	
	ПР № 8. Тестирование по теме	2	
Тема 4. Формы исредства менеджмента в физической культуре	Содержание учебного материала	34/20	
	1. Бизнес-план физкультурно-спортивной организации. Структура и содержание бизнес-плана физкультурно-спортивной организации.	4	ОК 01–06, 09,11 ПК 1.1-1.6, 1.10, ПК 2.2, 2.4, 2.5 ПК 3.3, 3.4
	2. Менеджмент спортивного мероприятия. Значение и задачи планирования работы по физической культуре и спорту. Законодательные акты планирования физической	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

и спорте	культуры и спорта. 3. Материально-техническое обеспечение труда менеджера по физической культуре. Материально-техническая база. Фонды спортивных сооружений, их структура и оборот. Спортивное оборудование и снаряжение.	2	ЛР 12
	4. Формы морального стимулирования труда работников физкультурно-спортивных организаций. Государственные награды и ведомственные знаки отличия. Квалификационные категории работников физкультурно-спортивных организаций.	2	
	5. Основы финансового планирования коммерческой идеи в области физической культуры и спорта.	2	
	6. Организация рекламы в спортивном клубе. Формирование имиджа спортивно-оздоровительного клуба.	2	
	Практические занятия	20	
	ПР № 9. Составление бизнес-плана физкультурно-спортивной организации.	16	
	ПР № 10. Разработка документов планирования спортивного мероприятия	2	
	ПР № 11. Составление плана материально-технического обеспечения спортивных сооружений	2	
	Самостоятельная работа. Подготовка к зачету	4	
		Дифференцированный зачет	2
	Всего часов	84/36	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Оснащение кабинета Гуманитарных и социально-экономических дисциплин оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекторное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

- Мелёхин, А. В. Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. В. Мелёхин. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 479 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11156-9- Текст: электронный
- Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие / А. В. Починкин. - Москва: Спорт-Человек, 2021. - 384 с. - ISBN 978-5-906839-55-8. - Текст: электронный
- Шарапова, Т. В. Основы менеджмента: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. В. Шарапова. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 208 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534- 01621-5. - Текст: электронный

Дополнительные источники:

- Одинцов, А. А. Основы менеджмента: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Одинцов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 212 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04815-5. - Текст: электронный
- Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. С. Филиппов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 234 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-13233-5. - Текст: электронный



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>По окончанию курса обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- принимать управленческие решения;- разрабатывать и обосновывать варианты эффективных хозяйственных решений;- анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, владеть методами убеждения;- критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров.- анализировать и обобщать деятельность государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта, а также первичных организаций физкультурно-спортивной направленности;- выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи, определять ее инвестиционную привлекательность, источники финансирования, рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования;- оформлять бизнес-план;- презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- общие основы теории управления коллективом;- особенности финансового менеджмента в спортивных организациях;- основы предпринимательства и бизнеса в спорте;- основные положения по теории и практическому мастерству «спортивного менеджмента»;- основные аспекты управления в сфере спорта;- правила разработки и презентации бизнес-планов;- кредитные банковские продукты.	<p>ОК 01–06, 09,11 ПК 1.1-1.6, 1.10, ПК 2.2, 2.4, 2.5 ПК 3.3, 3.4 ЛР 12</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Контрольные работы Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 09 ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 09. «Основы антидопингового обеспечения» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Дорофейков В.В. – преподаватель общепрофессиональных и профессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 09. «Основы антидопингового обеспечения», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

Программа рекомендована Министерством спорта (методические рекомендации от 23.08.2017года)

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

Учебная дисциплина ОП 09. «Основы антидопингового обеспечения» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Целью изучения дисциплины является освоением обучающимися системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области антидопингового обеспечения, сформировать у обучающегося современные представления об организации, значимости, роли и задачах по борьбе с допингом в спорте и реализации их в своей профессиональной деятельности.

Задача – обучающийся должен быть способен применять полученные знания, умения в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь**:

- свободно ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена,
- применять международные акты и российское законодательство, иные нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области антидопингового обеспечения,
- защищать свои права в соответствии с действующим законодательством;
- анализировать и оценивать результаты и последствия действий(бездействий) с правовой точки зрения;
- анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, владение методами убеждения,
- донести в своей будущей профессиональной деятельности до учеников, воспитанников, обучающихся общие принципы и правила борьбы с допингом,
- критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала,
- анализировать «запрещенный список»,
- самостоятельно ориентироваться в списке запрещенных к использованию веществ и методов, уметь самостоятельно отслеживать изменения «запрещенного списка».

В результате освоения дисциплины **обучающийся должен знать**:

- понятие допинга, историю борьбы с допингом в спорте, общие принципы борьбы с допингом, ущерб, наносимый допингом идее спорта;
- спортивные ценности, честность, спортивную этику, правильное спортивное поведение, важность антидопингового образования;



- правовое регулирование борьбы с допингом: содержание и принципы антидопинговой Конвенции Совета Европы, Международную конвенцию ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового кодекса, антидопинговых международных стандартов; положения Федерального закона от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Общероссийских антидопинговых правил;
- международные и национальные антидопинговые организации, роль ВАДА в борьбе с допингом, полномочия и обязанности международных и национальных антидопинговых организаций;
- «Запрещенный список»: его структуру и порядок создания; химическую структуру классов веществ, включенных в список; разрешение на терапевтическое использование, и порядок его получения; эффекты производительности классов веществ, включенных в список; последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов;
- риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности;
- права и обязанности спортсменов, принцип строгой ответственности, роль и обязанности обслуживающего персонала, управление результатами, биологический паспорт спортсмена;
- роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории в борьбе с допингом;
- процедуру допинг-контроля для крови и мочи; выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения; роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата;
- понятие и виды нарушений антидопинговых правил; систему мер ответственности за применение допинга.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное или личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;



ПК 1.2	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта
ПК 1.10.	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде
ЛР 14	Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 51 час, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 51 час;

Самостоятельная работа – не предусмотрена

Вариативная часть – не предусмотрена

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	51
в т.ч. в форме практической подготовки	10
в том числе:	
Теоретическое обучение	41
Практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (5 семестр),	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Решение допинговых проблем в спорте		22	
Тема 1.1. История антидопингового контроля в России и за рубежом	Содержание учебного материала Введение. Актуализация дисциплины. Понятие «допинг». Понятие о борьбе с допингом. История употребления допингов спортсменами. Причины употребления допингов спортсменами. Определение допинга и основные аргументы против его применения в спорте. Список запрещенных веществ и методов. Проверка лекарственных средств. Разрешение на терапевтическое использование: понятие, значение, порядок получения	4 2 2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 1.2 Причины и последствия применения допинга	Содержание учебного материала Этически-нравственный аспект проблемы допинга в спорте. Система спортивных ценностей, нравственный мир человека, этические нормы в спорте, этическое обоснование антидопинговой политики. Олимпийская хартия, Международная хартия физического воспитания и спорта ЮНЕСКО: идеалы и ценности олимпизма в спортивной и соревновательной деятельности. Нравственные правила Олимпийской клятвы. Значение ущерба, наносимого допингом, идее спорта. Допинг в элитных видах спорта, массовом спорте, детско-юношеском спорте и обществе. Психологические последствия применения допинга. Медицинские последствия	4 2 2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 1.3 Цели и задачи борьбы с допингом. Международно-	Содержание учебного материала Международно-правовые основы антидопингового регулирования. Общие принципы борьбы с допингом Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые стандарты. Международные организации в сфере антидопингового	4 2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

правовая и национальная система противодействия допингу в спорте	контроля: ВАДА, Международный олимпийский комитет (МОК). Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации. Национальная система противодействия допингу в спорте. Система нормативно-правовых актов в области антидопингового регулирования в Российской Федерации. Национальная система противодействия допингу в спорте.	2	ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 1.4 Процедура допинг-контроля	Содержание учебного материала	4	
	Программы допинг-контроля, соревновательное и вне соревновательное тестирование, информация о местонахождении спортсменов. Использование аккредитованных и отобранных лабораторий. Цель отбора и анализа проб. Процедуры допинг-контроля: отбор спортсменов для его прохождения, уведомление, сбор проб мочи, документация, взятие пробы крови, изменения процедуры для несовершеннолетних и спортсменов с ограниченными возможностями, хранение и транспортировка проб, анализ проб и обработка результатов, санкции, апелляции. Стандарты анализа проб и отчетности. Дополнительный анализ проб. Генный допинг.	2 2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 1.5 Виды нарушений антидопинговых правил	Содержание учебного материала	2	
	Понятие и виды нарушений антидопинговых правил. Субъекты допинговых нарушений. Роль спортсменов, персонала спортсмена, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории.	2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 1.6 Последствия нарушения антидопинговых правил.	Содержание учебного материала	2	
	Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между национальными антидопинговыми организациями (NADO) и органами уголовного преследования. Лучшая практика антидопингового образования. Важность антидопингового образования.	2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 1.7 Политический, экономический, правовой аспекты	Содержание учебного материала	2	
	Антидопинговые организации в России и за рубежом. Меры борьбы спортивных федераций с применением допинга в спорте. Права и обязанности спортсменов. Принцип "строгой ответственности". Роль и обязанности персонала спортсмена. Осуществление	2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10



проблемы допинга в спорте	управления результатами. Биологический паспорт спортсмена Формирования государственной политики Российской Федерации и стран мира в области допинга. Проблема международного сотрудничества. Финансирование антидопинговых организаций и антидопинговых исследований.		ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Раздел 2. Организация профилактической работы		27/10	
Тема 2.1 Альтернативные способы осуществления легальной эргогенической помощи спортсменам	Содержание учебного материала Системные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) недостаточное функционирование (дисбаланс) эндокринной системы; 2) нарушение кислотно-основного состояния и ионного равновесия в организме; 3) блокирование клеточного дыхания в работающих мышцах; 4) снижение энергообеспечения в мышцах; 5) запуск свободно-радикальных процессов в результате запредельных нагрузок; 6) нарушение микроциркуляции; 7) снижение иммунологической реактивности; 8) угнетение центральной нервной системы и периферической нервной системы. Органные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) снижение сократительной способности миокарда; 2) ослабление функции дыхания; 3) снижение функции печени, почек и других органов в результате запредельных физических нагрузок. Дополнительные факторы риска, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена: 1) режим и его нарушение; 2) соблюдение режима питания; 3) гиповитаминоз; 4) интоксикации различного происхождения; 5) соответствие требованиям спортивной одежды и обуви, спортивного инвентаря и оборудования; 6) факторы окружающей среды; 7) ограниченное и несистемное использование профилактических, лечебных, восстановительных средств в годичном цикле тренировки.	6 2 2	 ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
Тема 2.2 Альтернативные способы осуществления легальной фармакологической помощи спортсменам	Содержание учебного материала Характеристика фармакологических препаратов и средств, применяемых в спортивной практике. Сбалансированное питание и прием не запрещенных фармакологических веществ естественного и искусственного происхождения, способствующих обеспечению высокой работоспособности спортсменов. Витамины: водорастворимые витамины, жирорастворимые витамины, поливитаминные комплексы, коферменты (производные витаминов). Минералы. Микроэлементы. Энзимы. Адаптогены. Антиоксиданты и свободные радикалы (оксиданты).	6 2 2	 ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

	Антигипоксанты. Анаболизующие препараты: гормоны; антигормоны; синтетические гормонально-активные препараты; коферменты, витаминоподобные вещества; ноотропы и психоэнергизаторы; антигипоксанты; растительные препараты, обладающие анаболическим действием: кристаллические аминокислоты (Б-формы); актопротекторы. Фосфагены. Иммуномодуляторы. Гепатопротекторы. Регуляторы нервно-психического качества. Аминокислоты.	2	
Тема 2.3 Принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы	Содержание учебного материала	15/10	
	Общие принципы построения программ антидопинговой профилактики. Исходные рекомендации Совета Европы и ВАДА по компоновке профилактических программ. Основные элементы информационных и образовательных антидопинговых программ. Основные задачи, решаемые в процессе разработки технологий антидопинговой профилактики.	2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
	Особенности реализации олимпийского образования в контексте проведения антидопинговой профилактической работы с юными спортсменами.	2	
Повышение спортивной работоспособности без допинга. Пути предотвращения распространения допинга в спорте	1		
	<i>Практические занятия</i>	10	
	Запрещенный список веществ и методов ВАДА.	2	ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14
	Запрещенные вещества класса S1.	2	
	Запрещенные вещества классов S3-S5	2	
	Запрос на терапевтическое использование.	2	
	Работа с системой ADAMS	2	
	Дифференцированный зачет	2	
	Всего часов	51/10	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Анатомии и физиологии человека»;

Оснащение кабинета Анатомии и физиологии человека оборудованием и техническими средствами обучения:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- ноутбук
- доска аудиторная комбинированная меловая;
- демонстрационные стенды;
- комплект учебно-методической документации;
- комплекты учебно-наглядных пособий по разделам дисциплины.

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Нормативные документы:

1. Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ (последняя редакция). Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/

2. Всемирный антидопинговый КОДЕКС. Режим доступа: <https://minsport.gov.ru/2018/Vsemir-Antidoping-kodekc-2015.pdf>

3. Антидопинговые правила Режим доступа: <https://fhtr.ru/docs/Антидопинговые%20правила%20ФИИ%202019.pdf>

4. Международный стандарт по терапевтическому использованию. -Режим доступа: <https://minsport.gov.ru/2018/Mejdynarodnii-standart-terapevt-ispolzovanie2016-info-vrashi.pdf>

5. Международный стандарт по тестированию и расследованию. - Режим доступа: <https://minsport.gov.ru/2017/doc/tr.pdf>

Все нормативные правовые документы есть в информационной системе Континент <http://proxy.library.spbu.ru:2133>

Основные источники:

9. Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте: учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2021. - 134 с. - (Высшее образование). - Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://urait.ru/viewer/profilaktika-dopinga-v-sporte-476691#page/1>



10. Биохимия спорта с основами спортивной фармакологии: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — М.: Юрайт, 2022; Томск: Томский политехнический университет. — 151 с. — (Профессиональное образование).

<https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://urait.ru/book/sportivnaya-biohimiya-s-osnovami-sportivnoy-farmakologii-446369>

11. Справочное руководство для спортсменов по Всемирному антидопинговому кодексу 2015 г. Текст электронный в открытом доступе: <https://minsport.gov.ru/2017/doc/Spravoshnik-po-kokeysy.pdf>

12. Куртев, С. Г. Основы антидопингового обеспечения: учебное пособие / Куртев С. Г., Поддубный С. К. - Омск: СибГУФК, 2018. - 116 с. - https://proxy.library.spbu.ru/login?url=http://www.studmedlib.ru/book/sibgufk_058.html

13. Основы антидопингового обеспечения спорта: учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова; художник Ф. Е. Барбышев. — Москва: Спорт- Человек, 2019. — 288 с. — ISBN 978-5-906132-29-1. — Текст: электронный

14. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст: электронный

15. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации: справочник / составитель А. В. Царик. — 5-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4. — Текст: электронный

Дополнительные источники:

1. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения [Текст]: учебно-методическое пособие / А. В. Смоленский, А. В. Тарасов. - М.: ИКЦ "Колос-с", 2018. - 88 с. **20 экз.** в отраслевом отделе НБ по направлению обслуживание программ среднего и среднего профессионального образования

Электронные ресурсы

4. Сайт Научной библиотеки им. М. Горького СПбГУ:

<http://www.library.spbu.ru/>

5. Профессиональные базы данных по тематике Физическая культура и спорт

<http://cufts.library.spbu.ru/CRDB/SPBGU/browse?subject=79>

Информационные Интернет-ресурсы открытого доступа

- <https://www.wada-ama.org> - Всемирное антидопинговое агентство

- <https://rusada.ru> - Российское антидопинговое агентство РУСАДА

- <https://www.minsport.gov.ru/sport/antidoping/> (Антидопинговое обеспечение. Министерство спорта Российской Федерации).

- <http://www.olympic.ru> (Олимпийский Комитет России. Официальный сайт.)



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- свободно ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедуру допинг-контроля, правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена,- применять международные акты и российское законодательство, иные нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области антидопингового обеспечения,- защищать свои права в соответствии с действующим законодательством;- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействий) с правовой точки зрения;- анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, владение методами убеждения,- донести в своей будущей профессиональной деятельности до учеников, воспитанников, обучающихся общие принципы и правила борьбы с допингом,- критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала,- анализировать «запрещенный список», уметь самостоятельно ориентироваться в списке запрещенных к использованию веществ и методов, уметь самостоятельно отслеживать изменения «запрещенного списка». <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- понятие допинга, историю борьбы с допингом в спорте, общие принципы борьбы с допингом, ущерб, наносимый допингом идее спорта;- спортивные ценности, честность, спортивную этику, правильное спортивное поведение, важность антидопингового	<p>ОК 01–0.6, 08, 10 ПК 1.1, 1.2, 1.5, 1.8, 1.9, 1.10 ПК 2.1 ПК 3.1, 3.5 ЛР 9,14</p>	<p>Практические задания Проверка индивидуальных и групповых домашних заданий, экспертная оценка выполнения практической деятельности, демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты, умения применять первичные средства пожаротушения и оценка правильности их применения Самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>



<p>образования;</p> <ul style="list-style-type: none">- правовое регулирование борьбы с допингом: содержание и принципы антидопинговой Конвенции Совета Европы, Международную конвенцию ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте, Всемирного антидопингового кодекса, антидопинговых международных стандартов; положения Федерального закона от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Общероссийских антидопинговых правил;- международные и национальные антидопинговые организации, роль WADA в борьбе с допингом, полномочия и обязанности международных и национальных антидопинговых организаций;- «Запрещенный список»: его структуру и порядок создания; химическую структуру классов веществ, включенных в список; разрешение на терапевтическое использование, и порядок его получения; эффекты производительности классов веществ, включенных в список; последствия для здоровья при использовании запрещенных веществ или методов;- риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности;- права и обязанности спортсменов, принцип строгой ответственности, роль и обязанности обслуживающего персонала, управление результатами, биологический паспорт спортсмена;- роль спортсменов, обслуживающего персонала, родителей, клубов, спонсоров, политики, средств массовой информации и аудитории в борьбе с допингом;- процедуру допинг-контроля для крови и мочи; выборы спортсменов, создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения; роль и ответственность антидопинговой лаборатории от получения образца до доставки результата;- понятие и виды нарушений антидопинговых правил; систему мер ответственности за применение допинга.		
--	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 10 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 10. «Основы биомеханики» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Дорофейков В.В. – преподаватель общепрофессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии

Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 10. «Основы биомеханики», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 10. «Основы биомеханики» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- применять знания по биомеханике для составления программы тренировок;
- проводить биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- биомеханику физических качеств человека;
- половозрастные особенности моторики человека;
- биомеханические основы физических упражнений.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;



ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
Код	Личностный результат
ЛР 16	Демонстрирующий готовность к профессиональной коммуникации, толерантному общению; способность вести диалог с обучающимися (занимающимися), родителями (законными представителями) обучающихся (занимающихся), другими педагогическими работниками, специалистами, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 66 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 64 часа;

Самостоятельная работа -2 часа

Вариативная часть – нет

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	66
в т.ч. в форме практической подготовки	10
в том числе:	
Теоретическое обучение	54
Практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (6 семестр),	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Двигательный аппарат человека с точки зрения биомеханики, основы кинематики и динамики движения человека		28/6	
Тема 1.1. Двигательный аппарат человека с точки зрения биомеханики	Содержание учебного материала	12/2	
	Введение в биомеханику. Предмет, цели и задачи биомеханики. Биомеханические методы изучения движения.	2	ОК 01– 05, 08 ПК 1.1–1.5, 1.7, 1.9 ПК 2.2 ПК 3.1 ЛР 16
	История развития биомеханики. Отечественная биомеханика. Связь биомеханики с другими науками	2	
	Структура опорно-двигательного аппарата человека. Строение, функции и механические свойства элементов опорно-двигательного аппарата человека	2	
	Биозвенья. Связи биозвеньев. Степени свободы, биокинематические пары и биокинематические цепи.	2	
Степень подвижности в суставе, "азбука" движений. Количество степеней свободы в суставах тела человека. Звенья тела, как рычаги. Костные рычаги первого и второго рода. Условия равновесия костных рычагов.	2		
	Практические занятия	2	
	ПР № 1. Условия сохранения равновесия и движения звеньев как рычагов	2	
Тема 1.2. Основы кинематики и динамики движения человека	Содержание учебного материала	16/4	
	Основы кинематики движений человека. Кинематика материальной точки; кинематические характеристики движений человека	2	ОК 01– 05, 08 ПК 1.1–1.5, 1.7, 1.9 ПК 2.2 ПК 3.1 ЛР 16
	Составное движение. Составные движения в биокинематических цепях. Простые и сложные случаи.	2	
	Основы динамики движений человека. Динамические характеристики; две задачи динамики в анализе техники движений	2	



	Применение законов динамики и сохранения к анализу спортивных движений. Теорема о движении центра масс. Закон сохранения движения центра масс. Движение по горизонтальной плоскости. Теорема об изменении количества движения. Закон сохранения количества движения	2 2 2	
	Практические занятия	4	
	<i>ПР № 2</i> Практическое занятие по кинематике	2	
	<i>ПР № 3</i> Практическое занятие по динамике	2	
РАЗДЕЛ 2. Половозрастные особенности моторики человека. Биомеханика двигательных качеств человека. Биомеханические основы физических упражнений.		34/4	
Тема 2.1. Половозрастные особенности моторики человека	Содержание учебного материала Возрастная биомеханика. Особенности моторики человека. Онтогенез моторики. Возрастная периодизация. Этапы развития моторики. Подходы к возрастной периодизации. Созревание и научение. Ювенильные и дефинитивные признаки. Акселеранты и ретарданты. Последовательность овладения основными движениями у детей. Развитие двигательной активности и координации движения у детей и подростков. Сенситивные периоды развития двигательных способностей у детей. Влияние возраста и половых различий на структуру движений. Особенности и различия моторики мужчин и женщин. Двигательные предпочтения, асимметрия. Возрастные особенности в различных видах спорта. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата в разных видах спорта. Возрастные нормы для начала занятий спортом	12 2 2 2 2 2 2	ОК 01– 05, 08 ПК 1.1–1.5, 1.7, 1.9 ПК 2.2 ПК 3.1 ЛР 16
Тема 2.2. Биомеханика двигательных качеств человека	Содержание учебного материала Двигательные качества. Общая характеристика двигательных качеств человека. Двигательные качества как различные стороны моторики. Сила. Развитие силы. Силовые качества. Механика мышечного сокращения; регуляция мышечной силы в организме человека; соотношение между скоростью сокращения мышцы и силой; мощность мышцы. Методика развития силы мышц; факторы, влияющие на проявление силы мышц; сила мышц и ее масса; энергетика мышцы; измерение силы. Скорость, выносливость, гибкость, ловкость. Биомеханические основы быстроты,	10/2 2 2 2 2	ОК 01– 05, 08 ПК 1.1–1.5, 1.7, 1.9 ПК 2.2 ПК 3.1 ЛР 16



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

	выносливости, ловкости, гибкости. Развитие скорости, выносливости, ловкости, гибкости		
	Практические занятия	2	
	<i>ПР № 4</i> Физическая работоспособность, развитие быстроты; развитие ловкости; развитие выносливости; развитие гибкости.	2	
Тема 2.3. Биомеханические основы физических упражнений	Содержание учебного материала	12/2	
	Упражнения с сохранением положения тела. Общая характеристика статических положений; определение координат ОЦТ тела спортсмена; определение условий равновесия звеньев тела в статическом положении; анализ устойчивости равновесия статического положения; анализ условий дыхания в статическом положении	2	ОК 01– 05, 08 ПК 1.1–1.5, 1.7, 1.9 ПК 2.2 ПК 3.1 ЛР 16
	Вращательные упражнения Вращение в суставе; вращательные движения тела при опоре, основные способы управления движениями вокруг осей	2	
	Локомоторные движения. Биомеханика ходьбы и бега, механизм отталкивания от опоры; маховые движения; биодинамика передвижения на лыжах; биодинамика плавания	2	
	Перемещающие движения. Движения с разгоном перемещаемых тел.; взаимодействие соспортивными снарядами	2	
	Опорные взаимодействия. Упражнения с отталкиванием неударного и ударного характера. Прыжки. Спортивные игры	2	
	Практические занятия	2	
<i>ПР № 5</i> Определение ОЦТ тел графическим и аналитическим методами			
	Самостоятельная работа	2	
	Подготовка к дифференцированному зачету		
	Дифференцированный зачет	2	
	Всего часов	66/10	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Анатомии и физиологии человека.

Обнащение кабинета Анатомии и физиологии человека оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты, модель скелета человека);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекторное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Г.Н. Германов. Основы биомеханики. – М.: Юрайт, 2022. – 224 с.
2. В.И. Дубровский, В.Н. Федорова. Биомеханика. – М.: Владос Пресс, 2021. – 550 с.
3. И.М. Туревский. Биомеханика двигательной деятельности. Формирование психомоторных способностей. – М.: Юрайт, 2022. – 353 с.

Дополнительные источники:

1. Ф. Бочаров, Г.П. Иванова, В.П. Муравьев. Биомеханика: Учебное пособие. – СПб: ГАФК, 2021. – 345 с.
2. Н.Б. Кичайкина, И.М. Козлов, Я.К. Коблев, А.В. Самсонова. Биомеханика физических упражнений: Учебно-методическое пособие. – М.: Майкоп: Адыгейский Гос. Университет, 2020. – 80 с.

Интернет-ресурсы:

1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - <http://school-collection.edu.ru>
2. Каталог образовательных ресурсов сети Интернет - <http://katalog.iot.ru/>
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам - (<http://window.edu.ru>)
4. Российское образование - <http://www.edu.ru>
5. Российский журнал биомеханики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.biomech.ru>
6. Биомеханика. Обучающий ресурсы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://theormech.univer.kharkov.ua/biomech/resources.htm>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>По окончании курса обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- применять знания по биомеханике для составления программы тренировок;- проводить биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;- биомеханику физических качеств человека;- половозрастные особенности моторики человека;- биомеханические основы физических упражнений.	<p>ОК 01– 05, 08 ПК 1.1–1.5, 1.7, 1.9 ПК 2.2 ПК 3.1 ЛР 16</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Контрольные работы Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Комплексный дифференцированный зачет</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП 11 ОСНОВЫ ТЕОРИИ И ИСТОРИИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 11 «Теория и история физической культуры и спорта» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Пилюшин Д.В. – общепрофессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии

Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 11 «Теория и история физической культуры и спорта», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 11 «Теория и история физической культуры и спорта» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Целью дисциплины является формирование у студентов системы научно-практических знаний в области теории и истории ФК и спорта.

Задачи:

- обеспечить усвоение студентами фундаментальных знаний в области теории и истории ФК и спорта, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов, форм организации ФК и спорта;
- сформировать у студентов широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам физической культуры и спорта, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала, педагогическое мышление, потребность в научно-исследовательской и практической деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- воспитать у будущих специалистов познавательную активность, самостоятельность, ответственность за качество учебного труда и подготовки к профессиональной деятельности, дисциплинированность.

В результате освоения учебной дисциплины **обучающийся должен уметь:**

- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;
- методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки;



- средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития двигательных способностей;
- особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);
- сущность и функции спорта;
- средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки;
- основные разделы спортивной подготовки;
- тренировочные и соревновательные нагрузки;
- основы теории соревновательной деятельности.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;



ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 1.10	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.2.	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
Код	Личностный результат
ЛР 2	Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде
ЛР 13	Осознающий социальную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, применяющий опыт физкультурно-спортивной деятельности при решении задач профессиональной деятельности.
ЛР 14	Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения.



ЛР 15	Проявляющий активную позицию в развитии физической культуры и спорта, участвующий в деятельности Студенческого спортивного клуба, волонтерском движении в области физической культуры и спорта и других объединениях, а также мероприятиях, деятельность которых ориентирована на развитие и популяризацию физической культуры и спорта.
-------	--

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 100 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 94 часа;

Самостоятельная работа – 6 часов на подготовку к экзамену.

Вариативная часть - 54 часа добавлено в ОП 11 Теория и история физической культуры и спорта, для проведения промежуточной аттестации – 6 часов экзамен, а также 48 часов на углубления знаний и умений: сущность и функции спорта; средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки; основные разделы спортивной подготовки; тренировочные и соревновательные нагрузки; основы теории соревновательной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	100
в т.ч. в форма практической подготовки	32
в том числе:	
Теоретическое обучение	62
Практические занятия	32
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	6
Промежуточная аттестация в форме Экзамен (4 семестр)	6



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. История физической культуры и спорта		26/6	
Тема 1.1. История физической культуры и спорта зарубежных стран	Содержание учебного материала	8/2	ПК 1.2. – 1.5.; 1.10; ПК 2.1.; 2.5.; ПК 3.5.; ОК 01. - 08
	Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.	2	
	Физическая культура в Средние века.	2	
	Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени	2	
	Практические занятия	2	
	ПР № 1. Анализ зарубежных систем физической культуры и спорта в различные эпохи	2	
Тема 1.2. История физической культуры и спорта в России	Содержание учебного материала	8/2	ПК 1.2. –1.5.; 1.10; ПК 2.1.; 2.5.; ПК 3.3.; 3.5. ОК 01. - 08
	Физическая культура в России с древнейших времён до второй половины 19 в.	2	
	Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования) и современных видов спорта, П.С. Лесгафт.	2	
	Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Физическая культура и спорт в Российской Федерации.	2	
	Практические занятия	2	
	ПР № 2. Анализ развитие физической культуры в России	2	
Тема 1.3. История международного олимпийского движения	Содержание учебного материала	10/2	ПК 1.2. –1.5.; 1.10; ПК 2.1.; 2.5.; ПК 3.3.; 3.5. ОК 01. - ОК 08.
	Олимпийские игры в древнегреческий период. Олимпийские игры современности	2	
	Зимние олимпийские игры. Летние олимпийские игры с участием России	2	
	Олимпийский мир в 21 веке. Парлимийские игры	2	
	Итоговое тестирование по теме	2	
	Практические занятия	2	



	ПР № 3. Семинарское занятие «Развитие физической культуры и спорта в зарубежных странах»	2	
Раздел 2. Общие основы теории физической культуры		48/18	
Тема 2.1. Введение в теорию физической культуры	Содержание учебного материала Основные понятия теории физической культуры: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация, физическая подготовка, физическое развитие, физические упражнения. Система физической культуры, её основы и принципы функционирования: понятие о системе физической культуры; цель, задачи и общие принципы системы физической культуры	4/0 2 2	ПК 1.1. – 1.10.; ПК 2.1. – 2.3., 2.5.; ПК 3.1.; 3.3.; 3.5. ОК 01.; 03.; 05.; 06.; 08.
Тема 2.2. Средства формирования физической культуры личности	Содержание учебного материала Физические упражнения как основное средство формирования физической культуры личности. Техника физических упражнений Естественные силы природы и гигиенические факторы как средства физической культуры Дидактические и воспитательные возможности средств физической культуры	6/2 2 2	ПК 1.1. –1.10.; ПК 2.1. –2.5.; ПК 3.1.; 3.3.; 3.5. ОК 01. - 08
	Практические занятия	2	
	ПР № 4. Подбор физических упражнений направленных на воспитание отдельных физических качеств в избранном виде спорта.	2	
Тема 2.3. Методы формирования физической культуры личности	Содержание учебного материала Методы, направленные на приобретение знаний. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей.	6/2 2 2	ПК 1.1. –1.10.; ПК 2.1. –2.5.; ПК 3.1.; 3.3.; 3.5. ОК 01. - 08.
	Практические занятия	2	
	ПР № 5. Составление комплекса круговой тренировки для избранного вида спорта.	2	
Тема 2.4. Нагрузка и отдых в физическом воспитании	Содержание учебного материала Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий.	2/0 2	ПК 1.1. –1.10.; ПК 2.1. –2.5.; ПК 3.1.; 3.3.; 3.5. ОК 01. - 08.
Тема 2.5. Основы теории	Содержание учебного материала Двигательное умение и двигательный навык как результат обучения	4/2 2	



обучения двигательным действиям	Структура обучения отдельному двигательному действию		ПК 1.1. –1.10.;
	Практические занятия	2	ПК 2.1. –2.5.;
	ПР № 6. Овладение одним из базовых двигательных действий избранного вида спорта с учетом методической последовательности.	2	ПК 3.1.; 3.3.; 3.5.
Тема 2.6. Теоретико- практические основы развития физических качеств	Содержание учебного материала	20/10	
	Понятие о физических способностях. Силовые способности и основы методика их развития	2	ПК 1.1. –1.10.;
	Скоростные способности и основы методика их развития.	2	ПК 2.1. –2.5.;
	Координационные способности и основы методика их развития.	2	ПК 3.1.; 3.5.
	Выносливость и основы и методики её развития.	2	ОК 01. - 08.
	Гибкость и основы методика её развития	2	
	Практические занятия	10	
	ПР № 6. Разработка комплекса упражнений для воспитания силы в тренировках по ИВС	2	
	ПР № 7. Разработка комплекса упражнений для воспитания выносливости в тренировках по ИВС	2	
	ПР № 8. Разработка комплекса упражнений для воспитания гибкости в тренировках по ИВС	2	
	ПР № 9. Освоение и демонстрация упражнений для определения уровня координационных способностей в избранном виде спорта.	2	
	ПР № 10. Разработка комплекса упражнений для воспитания координации в тренировках по ИВС.	2	
Тема 2.7. Формы организации построения занятий физическими упражнениями	Содержание учебного материала	2/0	
	Классификация форм занятий физическими упражнениями. Характеристика форм занятий физическими упражнениями. Урок физической культуры. Урочные формы занятий. Неурочные формы занятий.	2	ПК 1.1. –1.10.;
Тема 2.8. Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями	Содержание учебного материала	4/2	
	Значение, задачи и особенности физического воспитания различных категорий занимающихся.	2	ПК 1.1. –1.10.;
	Практические занятия	2	ПК 2.1. –2.5.;
	ПР № 12. Разработка комплекса ОФП для различной категории занимающихся.	2	ПК 3.1.; 3.3.; 3.5. ОК 01. - 08.



занимающихся			
Раздел 3. Основы теории и методики спорта		14/8	
Тема 3.1. Спорт в системе физической культуры	Содержание учебного материала Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения	2/0 2	ПК 1.1 – 1.10 ПК 2.1 – 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.3, 3.5
Тема 3.2. Основы теории соревновательной деятельности	Содержание учебного материала Основные виды и функции спортивных соревнований. Спортивный результат, критерии измерения и оценки. Спортивные достижения и тенденции их развития	2/0 2	ПК 1.1. –1.10.; ПК 2.1. – 2.3.; 2.5.; ПК 3.1.; 3.3.; 3.5. ОК 01.; 03.; 05.; 06.; 08.
Тема 3.3. Основы спортивной тренировки	Содержание учебного материала Спортивная тренировка как многолетний процесс и ее структура. Построение тренировки в малых, средних и больших циклах.	10/8 2	ПК 1.1. –1.10.; ПК 3.1.; 3.2., 3.3.; 3.5. ОК 01.; 03.; 05.; 06.; 08.
	Практические занятия	8	
	ПР № 13. Построение спортивной подготовки в подготовительный период в избранном виде спорта.	2	
	ПР № 14. Построение спортивной подготовки в соревновательный период в избранном виде спорта.	2	
	ПР № 15. Построение спортивной подготовки в переходный период в избранном виде спорта.	2	
	ПР № 16. Составление графика многолетнего процесса подготовки юных спортсменов в ИВС.	2	
	Самостоятельная работа: Подготовка к экзамену	6	
	Промежуточная аттестация: экзамен	6	
	Всего часов	100/22	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет Методики преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта:

Оснащение кабинета Методики преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта оборудованием и техническими средствами обучения:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекторное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

7. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для СПО / Д. С. Алхасов. — М.: Издательство Юрайт, 2022. — 191 с
8. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт- Человек, 2017. — 432 с. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст: электронный

Дополнительные источники:

1. Мельникова Н.Ю., Трескин А.В. - История физической культуры и спорта: Учебник, изд. «Спорт-Человек» ISBN 978-5-906839-97-8, - 2017 г., 432 с.
9. Столяров В. И. Теория и методология современного физического воспитания (состояние разработки и авторская концепция): монография: - К.: НУФВСУ, изд-во «Олимп. лит.», 2015 - 704 с.
- 3Штейнбах В.Л. Краткая олимпийская энциклопедия: энциклопедия / В.Л. Штейнбах. — Москва: Спорт-Человек, 2016. — 512 с.

Интернет – ресурсы:

- <https://www.minsport.gov.ru/> (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).
- www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).
- www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;- правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;- методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки;- средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности;- основы теории обучения двигательным действиям;- теоретические основы развития двигательных способностей;- особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);- сущность и функции спорта;- средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки;- основные разделы спортивной подготовки;- тренировочные и соревновательные нагрузки;- основы теории соревновательной деятельности.	<p>ОК 01–09 ПК 1.1 – 1.10 ПК 2.1 – 2.3, 2.5 ПК 3.1 - 3.5 ЛР 2,9,13,14,15</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Контрольные работы Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Дифференцированный зачет Экзамен</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП 12 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Щедров С.С. – общепрофессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии

Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	25
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	30



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Целью дисциплины является формирование у студентов системы знаний в области базовых и новых физкультурно-спортивных видов деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины **обучающийся должен уметь:**

- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;
- проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки;
- методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

49.02.03 Спорт, 3.10	Страница 159 из 206
<i>Запрещается несанкционированное копирование документа</i>	



Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде



ЛР 13	Осознающий социальную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, применяющий опыт физкультурно-спортивной деятельности при решении задач профессиональной деятельности.
ЛР 14	Принимающий и транслирующий ценности физической культуры и спорта, этические нормы в области физической культуры и спорта, соблюдающий и пропагандирующий культуру спортивной безопасности и антидопингового поведения.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента - 368 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 338 часов;

Самостоятельная работа – 30 часов

Вариативная часть - 278 часов добавлено для углубления знаний и умений по проведению тренировочных занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; основам организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно- спортивной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	368
в т.ч. в форма практической подготовки	290
в том числе:	
Теоретическое обучение	48
Практические занятия	290
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	30
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет (4, 6 и 8 семестр)	6



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины часы

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА		26/16	
Тема 1. Гимнастическая терминология	Содержание учебного материала Значение гимнастической терминологии, требования к ней Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения терминов) Запись гимнастических упражнений (формы и типы записи упражнений, текстовая запись конкретных упражнений) Правила записи общеразвивающих упражнений (запись общеразвивающих упражнений без предмета, положения и движения звеньями тела, запись общеразвивающих упражнений с предметами)	2/0 2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 2. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений	Содержание учебного материала	6/4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Характерные особенности общеразвивающих упражнений, классификация, задачи, методика применения и проведения общеразвивающих упражнений Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предмета, в парах, с предметами разными способами	2	
	Практические занятия Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ без предмета по показу, по рассказу, по показу и рассказу, по разделениям Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ различными способами без предмета (раздельным, поточным, проходным, круговым и т.д.) Освоение методики составления и проведения комплекса ОРУ предметами (с мячом, с гимнастической палкой, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке и т.д.)	4 2 2	
Тема 4.	Практические занятия	0/6	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям	Техника гимнастических упражнений и закономерности лежащие в ее основе. Статические и динамические упражнения. Характеристика, классификация акробатических упражнений.	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Цели и задачи обучения в гимнастике. Методика обучения гимнастическим упражнениям. Этапы, методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям	2	
	Методика исправления ошибок. Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования. Применение приемов страховки, помощи и самостраховки	2	
Тема 5. Организация и особенности методики проведения занятий по гимнастике	Содержание учебного материала	4/2	
	Методика проведения занятий по гимнастике	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Подготовка мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования		
	Практические занятия	2	
Освоение методики проведения занятий	2		
Тема 6. Методика проведения прикладных упражнений	Практические занятия	0/2	
	Освоение разновидностей ходьбы и бега, упражнений в равновесии, упражнений в лазанье, перелазанье и переползании, упражнения в поднимании и переноске груза	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 7. Основы судейства соревнований по гимнастике	Содержание учебного материала	4/2	
	Виды и характеристика соревнований по гимнастике	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14,24
	Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях		
	Практические занятия	2	
	Применение правил судейства при оценке техники гимнастических упражнений	2	
Самостоятельная работа	2		
Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу «Гимнастика»			
РАЗДЕЛ 2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА		36/32	
Тема 1. Легкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	2/0	
	Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов Термины используемые в легкой атлетике	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5



Тема 2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе	Практические занятия	0/6	ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Техника спортивной ходьбы: положение туловища и головы, движения рук, таза, ног, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе	2	
	Методика обучения спортивной ходьбе	2	
	Освоение техники спортивной ходьбы Освоение методики обучения спортивной ходьбе	2	
Тема 3. Основы техники и методики обучения бегу	Практические занятия	0/10	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Техника бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000 м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)	2	
	Методика обучения бегу на средние и длинные дистанции	2	
	Техника бега на короткие дистанции (100,200, 400 м): разновидности старта, исходное положение на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование, бег по виражу (повороту).		
	Техника эстафетного бега (4x100); способы передачи эстафеты	2	
	Методика обучения технике бега на короткие дистанции	2	
	Методика обучения технике бега (4x100)		
	Освоение техники бега на средние и длинные дистанции (1000, 2000, 3000м) в условиях стадиона и пересечённой местности (кросс)		
Освоение методики обучения бегу на средние и длинные дистанции	2		
Освоение техники бега на короткие дистанции (100,200, 400 м), (4x100)	2		
Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м), (4x100) Освоение техники эстафетного бега (4x100); способов передачи эстафеты			
Тема 4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам	Практические занятия	0/4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп»: отталкивание, переход через планку, разбег	2	
	Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега	2	
Тема 5. Методика развития физических качеств средствами легкой атлетики	Практические занятия	0/4	ЛР 9,13,14
	Совершенствование двигательных способностей, определяющие эффективность выполнения легкоатлетических упражнений.	2	
	Освоение методики развития двигательных способностей средствами легкой атлетики	2	
Тема 6.	Практические занятия	0/4	



Организация и методика проведения занятий по легкой атлетике	Методика проведения занятий по лёгкой атлетике Методика занятий бегом оздоровительной направленности Применение средств лёгкой атлетики в занятиях по другим видам спорта	2 2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 7. Основы судейства по лёгкой атлетике	Содержание учебного материала	0/4	
	Практические занятия	4	
	Применение правил судейства в разных видах легкой атлетике	4	
	Самостоятельная работа	2	
	Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу «Легкая атлетика»		
РАЗДЕЛ 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ		16/10	
Тема 1. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	4/0	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Педагогическое значение подвижных игр и их классификация. Отличие подвижных игр от спортивных	2	
	Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся	2	
Тема 2. Методика проведения подвижных игр	Практические занятия	0/10	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Методика проведения подвижных игр при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	2	
	Методика проведения подвижных игр с учетом этапов спортивной подготовки	2	
	Содержание и методика проведения подвижных игр для воспитания различных физических качеств		
	Содержание и методика проведения подвижных игр, способствующих овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта	2	
	Освоение методики организации и проведения подвижных игр при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.		
	Освоение методики организации и проведения подвижных игр с учетом этапов спортивной подготовки.	2	
Освоение методики организации и проведения подвижных игр для развития различных физических способностей.			
Освоение методики организации подвижных игр, способствующих правильному овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта	2		



	Самостоятельная работа	2	
	Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу		
РАЗДЕЛ 4. ГАНДБОЛ		24/20	
Тема 1. Гандбол в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	2/0	
	Возникновение и развитие гандбола Характеристика гандбола как вида спорта Основные понятия и термины в теории и методике гандбола	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 2. Основы техники игры	Практические занятия	0/4	
	Классификация техники и тактики игры. Освоение техники нападения: техники перемещений; техники владения мячом Техника и тактика нападения. Техника защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия	2 2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 3. Методика обучения техническим приёмам	Практические занятия	0/6	
	Методика обучения технике нападения Методика обучения технике защиты Освоение методики обучения технике нападения Освоение методики обучения технике защиты	2 2 2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 4. Основы тактики в гандболе	Содержание учебного материала	0/4	
	Практические занятия	4	
	Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты	2 2	
Тема 5. Методика обучения тактическим приёмам	Практические занятия	0/6	
	Методика обучения тактическим действиям в нападении Методика обучения тактическим действиям в защите Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите	2 2 2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14



		Самостоятельная работа	2	
		Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу		
РАЗДЕЛ 5. ВОЛЕЙБОЛ			38/30	
Тема 1. Волейбол в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала		2/0	
	Возникновение и развитие волейбола. Характеристика игры в волейбол. Основные понятия и термины в теории и методике волейбола. Классификация техники игры. Техника безопасности на занятиях по волейболу	2		ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 2. Основы техники волейбола	Практические занятия		0/6	
	Техника игры в нападении: стойки и перемещения; передачи; подачи; атакующие удары	2		ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9
	Техника игры в защите: перемещения; приём; блокирование	2		ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4
	Освоение техники нападения: стоек и перемещений; передач Освоение техники нападения: подач; атакующих ударов Освоение техники защиты: перемещений; приёма; блокирования	2		ЛР 9,13,14
Тема 3. Методика обучения техническим приёмам в волейболе	Содержание учебного материала		0/4	
	Практические занятия	4		ОК 01-06,08, 09
	Освоение методики обучения технике нападения: стойке и перемещениям	2		ПК 1.1-1.9, 1.9
	Освоение методики обучения технике нападения: передачи; подачи; атакующим ударам Освоение методики обучения технике защиты: перемещениям; приёму Освоение методики обучения технике защиты: блокированию	2		ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 4. Основы тактики в волейболе	Практические занятия		0/8	
	Тактика нападения. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия.	2		ОК 01-06,08, 09
	Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия.	2		ПК 1.1-1.9, 1.9
	Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты	4		ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 5. Методика обучения тактическим приёмам в волейболе	Содержание учебного материала		6/4	
	Методика обучения тактическим действиям в нападении, в защите Методика развития двигательных способностей средствами волейбола Методика проведения занятий	2		ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5
	Практические занятия	4		



	Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении	2	ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите	2	
Тема 6. Методика развития физических качеств средствами волейбола	Практические занятия	0/4	
	Освоение методики развития двигательных способностей средствами волейбола	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Освоение методики проведения занятий по волейболу	2	
Тема 7. Основы судейства волейболе	Содержание учебного материала	6/4	
	Принципы построения и проведения соревнований	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Способы проведения соревнований (система розыгрыша)		
	Правила игры. Основы судейства.		
	Практические занятия	4	
	Применение правил судейства в игре	4	
	Самостоятельная работа	2	
	Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу		
РАЗДЕЛ 6. БАСКЕТБОЛ		46/36	
Тема 1. Баскетбол всистеме физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	4/0	
	Возникновение и развитие баскетбола	4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Характеристика игры в баскетбол. Основные понятия и термины в теории и методике баскетбола		
Тема 2.	Практические занятия	0/10	



Основы техники баскетбола	Классификация техники игры: техника нападения, техника защиты	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Техника нападения.	2	
	Техника передвижений: ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Техника владения мячом: ловля, передача, броски, ведение.	2	
	Техника защиты. Техника передвижений: ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты, стойки.	2	
	Техника овладения мячом и противодействия: выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока	2	
	Освоение техники нападения: техники передвижений и техники владения мячом.	2	
	Освоение техники нападения: техники передвижений и техники владения мячом.		
	Освоение техники защиты: техники передвижений и техники овладения мячом и противодействия		
	Самостоятельная работа	2	
	Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу		
Тема 3. Методика обучения техническим приёмам в баскетболе	Практические занятия	0/10	
	Освоение методики обучения технике нападения: технике передвижений (остановкам, поворотам)	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Освоение методики обучения технике нападения: технике владения мячом (ловли и передачи мяча)	2	
	Освоение методики обучения технике нападения: технике владения мячом (броскам, ведению)	2	
	Освоение методики обучения технике защиты: технике передвижений		
	Освоение методики обучения технике защиты: технике овладения мячом и противодействия (выбиванию, отбиванию, накрыванию)	2	
	Освоение методики обучения технике защиты: технике овладения мячом и противодействия (перехвату, вырыванию, взятию отскока)	2	
Тема 4. Основы тактики в баскетболе	Практические занятия	0/6	
	Классификация тактики игры в волейбол	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Тактика нападения. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия.	2	
	Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия.		
	Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения	2	
Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты			
Тема 5.	Содержание учебного материала	6/4	



Методика обучения тактическим приёмам в баскетболе	Методика обучения тактическим действиям в нападении Методика обучения тактическим действиям в защите Методика развития двигательных способностей средствами баскетбола Методика проведения занятий Техника безопасности на занятиях по баскетболу	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Практические занятия	4	
	Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении	2	
	Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите	2	
Тема 6. Методика развития физических качеств средствами баскетбола	Практические занятия	0/2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Освоение методики развития двигательных способностей средствами баскетбола	2	
Тема 7. Организация и методика проведения занятий по баскетболу	Практические занятия	0/2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Освоение методики проведения занятий по баскетболу	2	
Тема 8. Основы судейства баскетболе	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Принципы построения и проведения соревнований Способы проведения соревнований (система розыгрыша) Правила игры. Основы судейства.	2	
	Практические занятия	2	
	Применение правил судейства в игре	2	
РАЗДЕЛ 7. ФУТБОЛ		50/42	
Тема 1. Футбол в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	2/0	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Возникновение и развитие футбола. Характеристика футбола как вида спорта Основные понятия и термины в теории и методике футбола	2	



Тема 2. Основы техники игры	Практические занятия	0/10	
	Классификация техники игры	2	ОК 01-06,08, 09
	Техника игры в нападении. Перемещения. Владение мячом. Выполнение ударов.	2	ПК 1.1-1.9, 1.9
	Техника игры в защите. Расположение защитников. Взаимодействие с голкипером.	2	ПК 2.1, 2.3, 2.5
	Освоение техники нападения: техники перемещений; техники владения мячом; техники выполнения ударов	2	ПК 3.1, 3.4
	Освоение техники защиты: защитных действий.	2	ЛР 9,13,14
Тема 3. Методика обучения техническим приёмам	Практические занятия	0/8	
	Освоение методики обучения технике нападения	4	ОК 01-06,08, 09
	Освоение методики обучения технике защиты	4	ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 4. Основы тактики в футболе	Практические занятия	0/10	
	Классификация тактики игры	2	ОК 01-06,08, 09
	Тактика нападения. Индивидуальные, групповые, командные действия	2	ПК 1.1-1.9, 1.9
	Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия	2	ПК 2.1, 2.3, 2.5
	Освоение индивидуальных, групповых, командных действий нападения	2	ПК 3.1, 3.4
	Освоение индивидуальных, групповых, командных действий защиты	2	ЛР 9,13,14
Тема 5. Методика обучения тактическим приёмам	Содержание учебного материала	14/12	
	Методика обучения тактическим действиям в нападении	2	ОК 01-06,08, 09
	Методика обучения тактическим действиям в защите		ПК 1.1-1.9, 1.9
	Методика развития двигательных способностей средствами футбола		ПК 2.1, 2.3, 2.5
	Практические занятия	12	ПК 3.1, 3.4
	Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении	4	ЛР 9,13,14
Освоение методики обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите	4		
	Освоение методики развития двигательных способностей средствами футбола	4	
	Самостоятельная работа	4	
	Написание и составление рефератов, докладов, презентаций по разделу		
	Дифференцированный зачет	2	



РАЗДЕЛ 8. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА		48/40	
Тема 1. Общая физическая подготовка	Содержание учебного материала	2/0	
	Значение ОФП в укреплении здоровья и развитии функциональных возможностей организма. Средства ОФП	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 2. Развитие выносливости	Практические занятия	0/6	
	Выполнение упражнений и комплексов упражнений для развития выносливости Упражнения и комплексы упражнений для развития общей выносливости; упражнения и комплексы упражнений для развития скоростной, силовой, координационной выносливости	2 4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 3. Развитие силовых способностей	Практические занятия	0/8	
	Выполнение упражнений и комплексов упражнений для развития силовых способностей Упражнения и комплексы упражнений для развития силовых способностей: упражнения с внешним сопротивлением, упражнения с преодолением веса собственного тела, изометрические упражнения	4 4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 4. Развитие скоростных способностей	Практические занятия	0/8	
	Упражнения и комплексы упражнений для развития скоростных способностей: упражнения для развития простой и сложной двигательной реакции; упражнения для развития быстроты одиночного движения и частоты движений; упражнения для развития комплексных форм быстроты Выполнение упражнений и комплексов упражнений для развития скоростных способностей	4 4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 5.	Практические занятия	0/10	



Развитие координационных способностей	Упражнения и комплексы упражнений для развития координационных способностей: упражнения для развития способности к дифференцированию различных параметров движения; способности ориентированию в пространстве, способности к равновесию, способности к пристраиванию и комбинированию движений; способности приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановки задачи; способности к управлению временем двигательной реакции; способности к выполнению задания в заданном ритме; способности к расслаблению мышц и др. Выполнение упражнений и комплексов упражнений для развития координационных способностей	6	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
		4	
Тема 6. Развитие гибкости	Практические занятия	0/8	
	Упражнения и комплексы упражнений для развития гибкости: динамических, статических, комбинированных Выполнение упражнений и комплексов упражнений для развития гибкости	4 4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4
	Самостоятельная работа Подготовка в зачету	6	
РАЗДЕЛ 9. ФИТНЕС		30/24	
Тема 1. Фитнес в обеспечении здоровья	Содержание учебного материала	2/0	
	Основы здорового образа жизни. Фитнес в обеспечении здоровья Аэробика: Влияние занятий аэробикой на организм занимающихся. Классификация видов аэробики. Терминология. Базовые шаги классической аэробики. Методика занятий.	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 2. Развитие координационных способностей	Практические занятия	0/14	
	Освоение практических навыков и умений в выполнении упражнений классической аэробики.	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Проведение общеразвивающих упражнений поточным способом под фонограмму.	2	
	Составление упражнений в серии, блоки и изучение методов, обеспечивающих разнообразие комбинаций.	2	
	Составление танцевальных композиций на один из предложенных музыкальных фрагментов с учетом размера.	2	
	Составление танцевальной композиции под самостоятельно подобранную музыку.	2	
Выполнение серии упражнений, входящих в подготовительную часть урока аэробики	2		



	под фонограмму. Отработка построений комбинаций. Выполнение комбинаций на степ-платформе, на двух и более платформах.	2	
Тема 3. Развитие гибкости	Практические занятия	0/10	
	Выполнение комбинаций аэробики на степ-платформе.	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Рациональное дыхание в сочетании с упражнениями.	2	
	Освоение практических навыков и умений в выполнении статических и динамических нагрузок и растяжек.	2	
	Комплексы упражнений, воздействующих на различные части тела: бедро, ноги, ягодицы, мышцы живота, спины, плечевого пояса и другие.	2	
	Различные позиции: релаксации, напряжения, растяжки, формирования рельефа, коррекции и др.	2	
Комплексы на гибкость и подвижность частей тела в сочетании с дыхательными упражнениями.	2		
	Самостоятельная работа	4	
	Подготовка в зачету		
РАЗДЕЛ 10. ХОККЕЙ.		50/40	
Тема 1. Хоккей в системе физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала	4/0	
	Основные понятия и терминология хоккея Краткие исторические сведения. Классификация техники и тактики игры. Инвентарь и оборудование. Основы методики обучения хоккею. Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении.	4	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
Тема 2. Основы техники игры	Практические занятия	0/18	
	Особенности эксплуатации различных видов оборудования и инвентаря в хоккее	2	ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14
	Обучение технике передвижения полевого игрока	2	
	Обучение технике ведения шайбы	2	
	Обучение технике передач, приемам и остановкам шайбы	2	
	Обучение технике ударов по шайбе	2	
	Тактические приемы игры в защите	2	
	Тактические приемы игры в нападении	2	



	Выполнение контрольных упражнений из освоенных элементов	2	
	Методика обучения передачам, приемам и остановкам шайбы	2	
Тема 3. Основы тактики в хоккее	Практические занятия	0/22	
	Методика обучения ведению и обманным движениям	2	ОК 01-06,08, 09
	Методика обучения ударам	2	ПК 1.1-1.9, 1.9
	Подвижные игры с элементами хоккея	2	ПК 2.1, 2.3, 2.5
	Проведение фрагментов занятий по хоккею	2	ПК 3.1, 3.4
	Технико-тактические действия в нападении.	2	ЛР 9,13,14
	Технико-тактические действия в защите.	2	
	Методика обучения элементам хоккея	4	
	Проведение фрагментов занятий	6	
	Самостоятельная работа:	6	
	Подготовка к зачету		
	Дифференцированный зачет		
	4 семестр	2 (теория)	
	6 семестр	2 (практика)	
	8 семестр	2 (теория)	
	Итого	368/290	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

1. Кабинет Теоретические основы спортивной подготовки в ИВС, оснащенный:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- мебель для хранения;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроекционное оборудование (мультимедийный проектор, интерактивная доска колонки).

2. Универсальный спортивный зал, оснащенный:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат для перетягивания, беговая дорожка, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;
- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола.

Оборудование и инвентарь	Количество
Балансировочная платформа	6 шт.
Баскетбольные кольца (комплект: кольцо, щит, сетка, передвижная стойка)	2 шт.
Волейбольная сетка (комплект: сетка, стойки, антенны)	1 шт.
Ворота мини-футбола	2 шт.
Конусы	10 шт.
Мячи баскетбольные	15 шт.
Мячи волейбольные	15 шт.
Мячи мини-футбольные	15 шт.
Мячи футбольные	15 шт.
Гимнастическая стенка	20 шт.
Перекладина навесная универсальная	20 шт.
Скакалки	10 шт.
Степ-платформы	6 шт.
Стойки	5 шт.
Фишки для разметки	1 комплект
Тумба полиметрическая (разной высоты)	1 комплект
Гимнастические маты	6 шт.



Набивные мячи	20 шт.
Гантели	25 шт.
Канат для перетягивания	2 шт.
Беговая дорожка №1	3 шт.
Беговая дорожка №2	3 шт.
Велотренажер	4 шт.
Тренажер «Гребля»	1 шт.
Тренажер «Пресс грудной»	1 шт.
Тренажер «Пресс руками»	1 шт.
Тренажер «Трицепсы»	1 шт.
Тренажер «Тяга вниз»	1 шт.
Тренажер «Абдоминальный»	1 шт.
Тренажер для вращения туловищем	1 шт.
Тренажер маховый для грудных мышц	1 шт.
Тренажер спины	1 шт.
Эллиптический тренажер	4 шт.
Мишень для работы с медболом	1 шт.
Кольца гимнастические 3м с тросом	1 шт.

3. Спортивный зал, зал ритмики и фитнеса:

- гимнастическое оборудование: параллельные брусья, козел, конь-махи, перекладина, опорная площадка для прыжков, скамейки гимнастические свободные веса, степ-платформы, спортивный инвентарь для фитнеса, маты;
- скамейки гимнастические гимнастические маты, степ-платформы, гимнастические маты, спортивный инвентарь (босу (полусфера), анга 5,9 кг, блины: вес 1,25 кг; 2,5 кг; 5,0 кг, роллер пенный для пилатес, мяч большой (fitball), одеяло для йоги, резина с длинными ручками, резина 8-ка короткая; эластичная лента, гантели: 1,0 кг, 2,0 кг, 3,0 кг, гантели 4,0 кг, 5,0 кг, 7,0 кг 2, 8,0 кг, 10 кг, медицинский мяч жесткий тяжелый: 1 кг; 2 кг, 3 кг; 4 кг; 5 кг, 7 кг; 10 кг, медицинский мяч мягкий прошитый: вес 1 кг; 2 кг; 3 кг, 4 кг; 5 кг, гимнастическая палка, боди бар 3 кг, лестница для функционального тренинга, роллер для МФР: длинный; короткий, слайд-доска (slide), тапки для слайд-доски, Gumstick (облегченный гриф с трубчатой резиной), фитнес-резина, мячики маленькие с шипами цветные для МФР, мяч маленький (Soft Ball) для пилатес: 26 см; 22 см, изотоническое кольцо, блоки для йоги, ремни для йоги, коврики для аэробики, коврики для йоги);
- зеркала;
- аудио и видеотехника.

4. Тренажерный зал, оснащенный:

- силовые тренажеры для всех групп мышц, стулья, столы, вешалки, зеркала.

5. Оборудованные открытые спортивные площадки, оснащенные:

Футбольное поле:

Оборудование и инвентарь	Количество
Футбольное поле (50x100м) с замкнутой беговой дорожкой (400м)	1 шт.
Ворота футбольные (большие)	2 шт.



Ворота футбольные (малые, переносные)	8 шт.
Брусья уличные	1 шт.
Барьер для бега	10 шт.
Колодки стартовые	4 шт.

6. Плавательный бассейн, оснащенный:

- спасательные круги; метательный конец; спасательный нагрудник; спасательный жилет; спасательный багор; шесты длиной 2,5-3,0 м; 3-6 м; для поддержки не умеющих плавать; плавательная доска; ласты; медицинский резиновый круг; пенопластовые поплавки для ног; плавательный поддерживающий пояс; рупор; мегафон; свисток А; стартовый пистолет, флаг; секундомер А; мяч ватерпольный, пластмассовый; спасательные средства (спасательные круги, конец Александра, шары Суслова); легководолазный комплект № 1 (маска и трубка)).

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

- Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 300 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-13356-1.
- Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 317 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-15283-8. - Текст: электронный
- Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. – 3-изд., перераб. и доп. – Москва: КНОРУС, 2017. – 312 с.
- Булькина, Л.В.. Губа, В.П. Волейбол: учебник/ Л.В. Булькина. В.П. Губа - Москва: Советский спорт. 2020.- 412 с. - Текст: непосредственный
- Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика: учебное пособие для вузов / С. Ф. Бурухин. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 173 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-06290-8. - Текст: электронный
- Германов Г. Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. - 461 с. - (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534- 05784-3. — Текст: электронный
- Губа В. П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства: учебное пособие / В. П. Губа. - Москва: Спорт-Человек, 2019. - 192 с. - ISBN 978-5- 9500184-1-1. - Текст: электронный
- Губа В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа; под редакцией А. А. Алексеева; художник К. А. Тихонова. - Москва: Спорт-Человек, 2020. - 720 с. - ISBN 978-5-



907225-41-1. — Текст: электронный

Дополнительные источники:

- Аллянов Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. - 3-е изд., испр. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 493 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-02309-1. - Текст: электронный
- Врублевский Е. П. Легкая атлетика: основы знаний в вопросах и ответах: учебное пособие / Е. П. Врублевский. - 2-е изд., испр. и дополн. - Москва: Спорт- Человек, 2016. - 240 с - ISBN 978-5-9907240-3-7. - Текст: электронный
- Дворкин Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения: учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — Москва: Издательство Юрайт, 2021 - 148 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11034-0. - Текст: электронный
- Дворкин Л. С. Тяжелая атлетика в 2 т. Том 1: учебник для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 380 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11143-9. - Текст: электронный
- Дворкин Л. С. Тяжелая атлетика в 2 т. Том 2: учебник для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 496 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11145-3. - Текст: электронный
- Жилкина А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студентов учреждений высш. образования / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 8-е изд., стер. – М.: издательский центр «Академия», 2016. – 464 с.
- Лапшин О. Б. Учим играть в футбол. Планы уроков: учебное пособие / О. Б. Лапшин. - 2-е изд., стер. - Москва: Спорт-Человек, 2018. - 256 с. - ISBN 978-5-906132-20-8. - Текст: электронный
- Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. - Москва: Спорт-Человек, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст: электронный
- Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва: Спорт-Человек, 2021. - 520 с. - ISBN 978-5-907225-59-6. - Текст: электронный
- Пластинина В. Б. Подвижные игры на занятиях баскетболом: учебно- методическое пособие / В. Б. Пластинина. - Киров: ВятГУ, 2019. - 52 с. - Текст: электронный
- Плохой В. Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков: научно-методическое пособие / В. Н. Плохой. - Москва: Спорт-Человек, 2016. - 184 с. - ISBN 978-5-906839-05-3. - Текст: электронный
- Подвижные игры: учебное пособие / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина. - Омск: СибГУФК, 2019. - 158 с. - ISBN 978-5- 91930-122-6. - Текст: электронный
- Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации: справочник / составитель А. В. Царик. - 5-е изд. - Москва: Спорт-Человек, 2018. - 1144 с. - ISBN 978-5-9500179-6-4. - Текст: электронный
- Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: водные виды спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.];



под редакцией Н. Ж. Булгаковой. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 304 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11455-3. - Текст: электронный
- Чернышева Е. Н. Подвижные игры: учебно-методическое пособие / Е. Н. Чернышева, Л. Г. Львова, Ю. В. Стрелецкая. - Великие Луки: Великолукская ГСХА, 2018. - 115 с. - ISBN 978-5-6040685-4-0. - Текст: электронный

Интернет-ресурсы:

- <http://ru.sport-wiki.org/> (Спортивная энциклопедия «СпортВики»)
- <http://rusathletics.info/> (Официальный сайт Всероссийской федерации лёгкой атлетики)
- <http://sportgymrus.ru/> (Федерация спортивной гимнастики России)
- <http://www.rsaski.ru/> (Ассоциация лыжных видов спорта России)
- <http://www.russwimming.ru/> (Всероссийская Федерация Плавания)
- <http://www.volley.ru/> (Всероссийская федерация волейбола)
- <https://rfs.ru/> (Российский футбольный союз)
- <https://rushandball.ru/> (Федерация гандбола России)
- <https://russiabasket.ru/> (Российская федерация баскетбола)
- <https://www.minsport.gov.ru/> (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).
- www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно- спортивной деятельности;- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;- проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки;- методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно- спортивной деятельности;- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.	<p>ОК 01-06,08, 09 ПК 1.1-1.9, 1.9 ПК 2.1, 2.3, 2.5 ПК 3.1, 3.4 ЛР 9,13,14</p>	<p>Практические задания Тестирование Индивидуальные задания Контрольные работы Деловые игры Работа в малых группах Групповые обсуждения</p> <p>Самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 13 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 13 «Безопасность жизнедеятельности» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Обухов М.А. – преподаватель основ безопасности жизнедеятельности

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 13. «Безопасность жизнедеятельности», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 13. «Безопасность жизнедеятельности» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения дисциплины студент **должен уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении



- обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта
ПК 1.10.	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
Код	Личностный результат
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде
ЛР 10	Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них



1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузки студента – 78 часов, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка - 78 часов;

Самостоятельная работа – нет

Вариативная часть – 9 часов на по проведение военных сборов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	78
в т.ч. в форме практической подготовки	36
в том числе:	
Теоретическое обучение	42
Практические занятия	36
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет (6 семестр),	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
РАЗДЕЛ 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени. Организация защиты населения.		24/2	
Тема 1.1. Введение в безопасность жизнедеятельности	Содержание учебного материала Современный мир и его влияние на окружающую среду. Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения учебной дисциплины. Основные понятия и определения: среда обитания, биосфера, техносфера, опасность, безопасность, вредные и опасные факторы, опасная ситуация, риск. Виды рисков.	2/0 2	ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
Тема 1.2. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени	Содержание учебного материала Понятие чрезвычайной ситуации (ЧС). Классификация чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени. Общая характеристика ЧС природного характера, источники их возникновения. ЧС геологического, метеорологического, гидрологического характера. Природные пожары. Биологические, космические, экологические ЧС. Классификация ЧС техногенного происхождения по масштабам их распространения. Аварии и катастрофы на объектах промышленности и транспорта. ЧС без загрязнения и с загрязнением окружающей среды Чрезвычайные ситуации социального происхождения. Социальные опасности. Терроризм. Чрезвычайные ситуации военного времени. Современные средства поражения. Оружие массового поражения. Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое, биологическое оружие и его характеристика. Действия населения в условиях ЧС военного времени.	10/0 2 2 2 2 2	ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
Тема 1.3.	Содержание учебного материала	8/2	



Организация защиты населения и территорий в условиях чрезвычайных ситуаций	Основные принципы и нормативно-правовая база защиты населения и территорий от ЧС. Требования руководящих документов по защите населения и территорий от ЧС. Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания и основные задачи РСЧС по защите населения от ЧС, силы и средства ликвидации ЧС. МЧС РФ – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС. История возникновения и развития, структура МЧС РФ. Основные задачи, силы и средства ликвидации ЧС.	2	ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
	Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Инженерная защита от ЧС. Средства индивидуальной защиты. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Мероприятия, проводимые по предупреждению возникновения и развития ЧС.	2	
	Основные виды и организация аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР). Действия аварийно-спасательных подразделений в условиях ЧС природного и техногенного характера. Эвакуационные мероприятия. Система предупреждения и оповещения. Виды и способы эвакуации, порядок и правила поведения в условиях эвакуации и рассредоточения.	2	
	Практические занятия	2	
	Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара		
Тема 1.4. Устойчивость объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	4/0	
	Общие понятия об устойчивости объектов экономики в ЧС. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики. Основные мероприятия, обеспечивающие и повышающие устойчивость объектов экономики в ЧС. Обеспечение защиты рабочих и служащих, надежности инженерно-технических конструкций. Подготовка объектов экономики к аварийному режиму работы, восстановление нарушенного процесса работы.	2 2	ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
РАЗДЕЛ 2. Здоровый образ жизни и основы медицинских знаний		6/4	
Тема 2.1. Здоровый образ жизни и основы	Содержание учебного материала	6/4	
	Здоровье человека и здоровый образ жизни Здоровье - одна из основных жизненных ценностей человека. Факторы,	2	



медицинских знаний	формирующие здоровье и факторы разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Допинг-контроль. Общие правила оказания первой медицинской помощи Правовые основы оказания первой помощи. Ситуации, при которых человек нуждается в оказании первой помощи. Первая медицинская помощь при переломах, ожогах, шоке, обмороке и поражении электрическим током. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи: при травмах опорно-двигательного аппарата; при ожогах; проведение реанимационных мероприятий с использованием робота тренажера.		ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
	Практические занятия	4	
	Отработка навыков оказания первой медицинской помощи: при травмах опорно-двигательного аппарата; при ожогах; проведение реанимационных мероприятий с использованием робота тренажера.	4	
РАЗДЕЛ 3. Основы военной службы		52/30	
Тема 3.1. Основы обороны государства	Содержание учебного материала	8/2	
	Национальные интересы Российской Федерации. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации.	2	ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
	Обеспечение национальной безопасности РФ. Военная доктрина и военная организация РФ. Обеспечение военной безопасности РФ.	2	
	Военная организация РФ. Руководство военной организацией РФ. Организационная структура Вооружённых сил РФ. Основные задачи Вооружённых сил РФ в мирное и военное время.	2	
Практические занятия	2		
	Изучение видов и родов Вооруженных Сил РФ		
Тема 3.2. Основы военной службы	Содержание учебного материала	44/28	
	Правовые основы военной службы. Сущность международного гуманитарного права. Воинская обязанность.	2	ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10
	Права и ответственность военнослужащих. Права и свободы военнослужащих, льготы, предоставляемые им.	2	
	Виды ответственности: дисциплинарная, административно-правовая, материальная, уголовная.	2	
	Общевоинские уставы ВС РФ. Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина.	2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

	Прохождение военной службы по призыву и по контракту. Виды воинской деятельности. Требования, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащих.	2	
	Военно-патриотическое воспитание. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	2	
	Общие правила оказания первой медицинской помощи Первая медицинская помощь при ранениях, кровотечениях	2	
	Практические занятия	28	
	Использование средств индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК).	2	ОК 01–0.2, 04,
	Использование приборов радиационной и химической разведки и контроля.	2	06, 07, 09
	Отработка элементов строевой подготовки	6	ПК 1.2, 1.10
	Отработка элементов огневой подготовки	8	ПК 2.2, 2.3
	Отработка элементов физической подготовки	2	ЛР 9,10
	Отработка порядка приема Военной присяги	2	
	Отработка навыков оказания первой медицинской помощи: при кровотечении; при травмах опорно-двигательного аппарата; при отравлении аварийно-химическими отравляющими веществами.	6	
		Дифференцированный зачет	2
	Всего часов	78/36	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Безопасности жизнедеятельности»;

Оснащение кабинета Безопасности жизнедеятельности оборудованием и техническими средствами обучения:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- ноутбук
- доска аудиторная комбинированная меловая;
- демонстрационные стенды;
- комплект учебно-методической документации;
- комплекты учебно-наглядных пособий по разделам дисциплины.
 - Набор тематических плакатов.
 - Макет автомата Калашникова.
 - Средства индивидуальной защиты (общевожсковой противогаз, общевожсковой защитный комплект, респиратор).
 - Приборы радиационной и химической разведки, бытовой дозиметр.
 - Компас «Азимут».
 - Индивидуальные средства медицинской защиты (аптечка АИ, пакеты перевязочные ППИ, пакеты противохимические индивидуальные ИПП- 11).
 - Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи сумка СМС.
 - Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри: бинт марлевый медицинский нестерильный, косынка медицинская (перевязочная), вата медицинская.
 - Врачебные предметы, аппараты и хирургические инструменты: жгут кровоостанавливающий эластичный.
 - Санитарно-хозяйственное имущество: носилки санитарные.
 - Манекен-тренажер для реанимационных мероприятий.
 - Стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. 399 с.
2. Чуб Я.В. Безопасность в спорте: курс лекций/ Я.В. Чуб. – Екатеринбург: Изд-во: УРГУПС,



2014 – 224 с.

Дополнительные источники:

1. Хван, Т. А. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.А. Хван. - Изд. 9-е. - Ростов-н/Д: Феникс, 2014. - 416 с.
2. Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-й кл. [текст]: учебник для общеобразовательных учреждений / М.П. Фролов В.П. Шолох, М.В. Юрьева, Б.И. Мишин; под ред. Ю.Л. Воробьева. — Москва: АСТ, 2013. — 350 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <http://www.eLIBRARY.RU> 2.
2. ЭБС «Рукопт»: <http://www.rucont.ru/>
ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>По окончании курса обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;- применять первичные средства пожаротушения;- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;- оказывать первую помощь пострадавшим. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования	<p>ОК 01–0.2, 04, 06, 07, 09 ПК 1.2, 1.10 ПК 2.2, 2.3 ЛР 9,10</p>	<p>Практические задания Проверка индивидуальных и групповых домашних заданий, экспертная оценка выполнения практической деятельности, демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты, умения применять первичные средства пожаротушения и оценка правильности их применения Самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>



<p>развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</p> <ul style="list-style-type: none">- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;- основы военной службы и обороны государства;- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.		
--	--	--



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП 14 ОСНОВЫ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

Санкт-Петербург, 2024



Рабочая программа учебной дисциплины ОП 14. «Основы финансовой грамотности» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по программе подготовке специалистов среднего звена (далее – СПО) 49.02.03 Спорт и на основании примерной образовательной программы, является вариативной частью, входящей в состав укрупненной группы профессий 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: СПб ГБ ПОУ «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»

Разработчик(и):

Преподаватель: Аначка Л.И. – преподаватель общепрофессиональных дисциплин

Рассмотрено и одобрено на заседании методической комиссии
Протокол № 3 от 17.05.2024 г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП 14. «Основы финансовой грамотности», рекомендуемая для освоения обучающимися в рамках программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт в соответствии с ФГОС СПО по указанной специальности, квалификация «Тренер по виду спорта».

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

Учебная дисциплина ОП 14. «Основы финансовой грамотности» относится к общепрофессиональному циклу программы подготовки специалистов среднего звена. Реализуется за счет вариативных часов

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

Цель дисциплины – приобретение обучающимися знаний о существующих в России финансовых институтах и финансовых продуктах, а также о способах получения информации об этих продуктах и институтах из различных источников, развитие практических навыков и умений использования полученной информации в процессе принятия решений о сохранении и накоплении денежных средств, овладение способами оценки финансовых рисков, используемых для сравнения преимуществ и недостатков различных финансовых услуг.

Задача – обучающийся должен овладеть базовыми компетенциями в области финансовой грамотности, получить общее представление об особенностях развития современных финансовых рынков, освоить основные технологии анализа финансовой информации, уметь на практике применять полученные навыки принятия финансовых и экономических решений.

В результате освоения учебной дисциплины **обучающийся должен уметь:**

- пользоваться разнообразными финансовыми услугами, предоставляемыми банками, для повышения своего благосостояния;
- принимать решение о необходимости инвестирования денежных средств тем или иным способом;
- выбирать наиболее оптимальный вариант инвестирования в конкретных экономических ситуациях;
- оценивать степень риска конкретного инвестиционного продукта;
- различать обязательное пенсионное страхование (государственное) и добровольные (дополнительные) пенсионные накопления;
- оценить необходимость добровольного страхования и правильно выбрать страховую компанию.

В результате освоения учебной дисциплины **обучающийся должен знать:**

- основы финансовой деятельности домашних хозяйств;
- основы формирования семейного бюджета;
- сущность и значение банковского депозита;
- сущность и значение банковского кредита;
- сущность и содержание основных расчетно – кассовых операций;
- структуру и особенности организации финансового рынка РФ;
- основы организации банковской системы в России;
- основы организации пенсионной и налоговой систем РФ;
- виды пенсии и кому они положены, негосударственные пенсионные фонды



- финансовые риски и способы контроля сбережений от мошенничества.

Дисциплина способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 11.	Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.
Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
Код	Личностный результат
ЛР 12	Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка студента - 42 часа, в том числе:

- обязательная аудиторной учебная нагрузка – 42 часа;

Самостоятельная работа не предусмотрена

Учебная дисциплина является вариативным предметом. Изучение предмета ОП 14 Основы финансовой грамотности данная программа направлена на формирование финансовой грамотности студентов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины в виде учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	42
в т.ч. в форме практической подготовки	10
в том числе:	
Теоретическое обучение	32
Практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированный зачет (7 семестр),	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч /в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды ОК, ПК, ЛР, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Семейный бюджет и экономическая безопасность домашних хозяйств		8/4	
Тема 1.1. Личное финансовое планирование	Содержание учебного материала Введение. Актуализация дисциплины. Понятие «допинг». Понятие о борьбе с допингом. Человеческий капитал Способы принятия финансовых решений. Домашняя бухгалтерия. Личный бюджет, его структура, способы составления и планирования. Личный финансовый план: финансовые цели, стратегии и способы их достижения.	8/4 2 2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12
	Практическое занятие	4	
	ПР № 1. Определение финансовых целей и составление личного финансового плана	1	
	ПР № 2. Расчет и определение основных составляющих семейного бюджета ПР № 3. Эффективное использование и распределение бюджета семьи	2 1	
Раздел 2. Финансовые накопления и средства платежа. Инвестиции		26/6	
Тема 2.1 Банки и банковские счета	Содержание учебного материала Банки, функции банков и банковские операции. Банковские счета. Виды банковских счетов, кому они открываются и для каких операций. Виды банковских карт. Влияние инфляции на стоимость активов.	4/0 2 2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12
Тема 2.2.	Содержание учебного материала:	6/2	



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

Банковский депозит	Анализ современного рынка банковских депозитов Агентство по страхованию вкладов (АСВ) и виды страховых случаев. Денежные средства физических лиц, не подлежащие страхованию. Риски сопровождающие банковские депозиты. Договор банковского депозита, его структура. Управление рисками по депозиту	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12
	Практические занятия	2	
	ПР № 4. Использование собственных средств в целях накопления. Открытие депозита в банке	1	
	ПР № 5. Использование валютных депозитов, оформление вклада в иностранной валюте	1	
Тема 2.3. Кредиты и основные принципы кредитования	Содержание учебного материала	4/2	
	Основные принципы кредитования. Виды банковского кредита	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12
	Практические занятия	2	
	ПР № 6. Использование заемных средств. Оформление кредитного договора с банком		
Тема 2.4 Стоимость кредита и кредитные правоотношения	Содержание учебного материала	6/2	
	Стоимость кредита и способы его погашения. Микрофинансовые организации. Кредитные потребительские кооперативы (КПК) и ломбарды. Особенности кредитных организаций (по параметрам). Кредитный договор, общие и индивидуальные условия договора потребительского кредита (займа). Порядок исполнения платежей в погашение кредита при недостаточности суммы. Кредитная история. Коллекторское агентство и его регламентированные действия. Банкротство, его плюсы и минусы. Кредит как финансовый инструмент. Принятие решения о необходимости кредита. Риски невыплаты кредита. Особенности условий кредитного договора.	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12
	Практические занятия	2	
	ПР № 7. Определение типичных ошибок при использовании заемных средств. Рассмотрение финансовых ситуаций		
Тема 2.5. Расчетно-кассовые операции	Содержание учебного материала	2/0	
	Хранение, обмен и перевод денег. Банковская ячейка. Обмен валюты. Денежный перевод, комиссия. Виды платежных средств.	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия ледовых видов спорта «Динамо Санкт-Петербург»
ОП Общепрофессиональный учебный цикл

	Дорожный чек. Банковские карты: дебетовая, кредитная карта. Электронные деньги.		
Тема 2.6. Инвестиции	Содержание учебного материала	4/0	
	Способы инвестирования, инвестиции физических лиц и их условия. Фондовый рынок и его инструменты.	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7
	Формирование инвестиционного портфеля. Защита от инвестиционных рисков. Место инвестиций в личном финансовом плане.	2	ПК 2.4 ЛР 12/0
Раздел 3. Страховая и пенсионная системы		8/0	
Тема 3.1. Страхование	Содержание учебного материала	4/0	
	Участники отношений в сфере страхования. Виды страхования. Страхование жизни. Страхование от несчастных случаев. Медицинское страхование.	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7
	Страхование имущества. Страхование ответственности	2	ПК 2.4 ЛР 12
Тема 3.2. Пенсии	Содержание учебного материала	4/0	
	Понятие и виды пенсий. Пенсионная система в Российской Федерации. Формирование индивидуального пенсионного капитала. Место пенсионных накоплений в личном бюджете и личном финансовом плане. Пенсионная реформа.	2	ОК 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4
	Понятие и виды пенсий. Пенсионная система в Российской Федерации.	1	ЛР 12
	Дифференцированный зачет	1	
	Всего часов	42/10	



3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин»;

Оснащение кабинета Гуманитарных и социально-экономических дисциплин оборудованием и техническими средствами обучения:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- ноутбук
- доска аудиторная комбинированная меловая;
- демонстрационные стенды;
- комплект учебно-методической документации;
- комплекты учебно-наглядных пособий по разделам дисциплины.

Характеристика аудиторного оборудования, в том числе неспециализированного компьютерного оборудования и программного обеспечения общего пользования:

- стандартное оборудование используемое для обучения в «АЛВС Динамо СПб» компьютер с лицензионным программным обеспечением MS Windows, MS Office, Mozilla FireFox, Google Chrome, Acrobat Reader DC, WinZip, Антивирус Касперского.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Нормативные документы:

1. Алиев, А. Т. Деньги. Кредит. Банки / Алиев А. Т. – М.: ФЛИНТА, 2021. - 292 с. - <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=http://ibooks.ru/bookshelf/26231/reading>

2. Анисимов, А. Ю. Финансы: корпоративные финансы, финансы домашних хозяйств, международные финансовые отношения, характеристика финансового рынка и банковской системы, деньги, кредит: учеб.пособие / А. Ю. Анисимов [и др.] - Москва: МИСиС, 2021. - 417 с. - <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://e.lanbook.com/book/108024>

3. Мудрак, А. В. Деньги. Кредит. Банки. Ценные бумаги / Мудрак А. В. – М.: ФЛИНТА, 2020. - 230 с. - ISBN 978-5-9765-1312-9. - <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://e.lanbook.com/book/100058>

4. Фрицлер, А. В. Основы финансовой грамотности: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. В. Фрицлер, Е. А. Тарханова. - М.: Юрайт, 2022 - 154 с. - (Профессиональное образование). - Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: <https://proxy.library.spbu.ru/login?url=https://urait.ru/viewer/osnovy-finansovoy-gramotnosti-466897>

3.3.3 Дополнительные источники



1. Богдашевский, А. Основы финансовой грамотности [краткий курс]: учебно-методический комплекс / А. Богдашевский. - М.: Альпина Паблишер, 2019. в отраслевом отделе НБ по направлению обслуживанию программ среднего и среднего профессионального образования

2. Каджаева, М. Р. Финансовая грамотность: учебное пособие для студентов учреждений сред. проф. образования / М. Р. Каджаева, С. В. Дубровская, А. Р. Елисеева; ред. А. В. Сахарова ; рец. Е. А. Мезина. - М.: Академия, 2019. в отраслевом отделе НБ по направлению обслуживанию программ среднего и среднего профессионального образования

3.3.4 Электронные ресурсы

1. Профессиональные базы данных по тематике Физическая культура и спорт <http://cufts.library.spbu.ru/CRDB/SPBGU/browse?subject=79>
2. www.consultant.ru - Справочная правовая система «Консультант Плюс» ресурс открытого доступа
3. www.garant.ru - Справочная правовая система «Гарант» ресурс открытого доступа
4. www.government.ru - Официальный сайт Правительства РФ ресурс открытого доступа
5. www.nalog.ru - Официальный сайт Федеральной налоговой службы ресурс открытого доступа
6. www.rosfinnadzor.ru - Официальный сайт Федеральной службы финансово-бюджетного надзора ресурс открытого доступа



4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий аудиторного и внеаудиторного характера.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых компетенций и ЛР	
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- пользоваться разнообразными финансовыми услугами, предоставляемыми банками, для повышения своего благосостояния;- принимать решение о необходимости инвестирования денежных средств тем или иным способом;- выбирать наиболее оптимальный вариант инвестирования в конкретных экономических ситуациях;- оценивать степень риска конкретного инвестиционного продукта;- различать обязательное пенсионное страхование (государственное) и добровольные (дополнительные) пенсионные накопления;- оценить необходимость добровольного страхования и правильно выбрать страховую компанию. <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- основы финансовой деятельности домашних хозяйств;- основы формирования семейного бюджета;- сущность и значение банковского депозита;- сущность и значение банковского кредита;- сущность и содержание основных расчетно – кассовых операций;- структуру и особенности организации финансового рынка РФ;- основы организации банковской системы в России;- основы организации пенсионной и налоговой систем РФ;- виды пенсии и кому они положены, негосударственные пенсионные фонды- финансовые риски и способы контроля сбережений от мошенничества.	<p>OK 02,06,11 ПК 1.7 ПК 2.4 ЛР 12</p>	<p>Практические задания Проверка индивидуальных и групповых домашних заданий, экспертная оценка выполнения практической деятельности, демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты, умения применять первичные средства пожаротушения и оценка правильности их применения Самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>