

Федеральное государственное бюджетное учреждение
профессиональная образовательная организация
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)
ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»



УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ А.А.Солонкин

«28» 2025 .

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**«Теоретические и методические основы
организации и проведения внеурочной
деятельности спортивно- оздоровительной
направленности»**

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ
49.02.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Программа по дисциплине «Теоретические и методические основы организации и проведения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 28 августа 2023 г. N 640.

Разработчик:

Карпенкова Елена Николаевна – преподаватель ФГБУ ПОО «БГУОР», преподаватель высшей категории.

Рассмотрена на заседании **ПЦК общепрофессиональных дисциплин**
Протокол № 1 от «28» августа 2025 г.

Председатель ПЦК  Рейх Е.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

 А.Н.Моисеев

«28» августа 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ...	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ МДК.03.03 «Теоретические и методические основы организации и проведения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина МДК.03.03. «Теоретические и методические основы организации и проведения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии: ОК 1-10, ПК 3.5.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» является формирование у студентов теоретико-методических знаний и практических умений для профессионально-педагогической деятельности по внеурочной работе спортивно-оздоровительной направленности дополнительного образования в области адаптивной физической культуры.

Задачи дисциплины:

-овладение основами методической деятельности работы спортивно-оздоровительной направленности учителя физической культуры;

-формировать у студентов положительную мотивацию, интерес к методической работе спортивно-оздоровительной направленности учителя физической культуры;

-ознакомить с организацией методической работы спортивно-оздоровительной направленности учителя физической культуры;

-сформировать творческое отношение к педагогической деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

3.1 Знать:

3.1.1 Способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

3.1.2 Современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

3.1.3 Элементы взаимодействия и работы в коллективе и команде.

3.2 Уметь:

3.2.1 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

3.2.2 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

3.2.3 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

3.3 Иметь практический опыт:

3.3.1 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

3.3.2 Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.

Перечень формируемых компетенций:

ОК 01.: Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02.: Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04.: Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

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 российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 08.: Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ПК. 3.5.: Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	32
в том числе:	
теоретическое обучение	14
практические занятия	18
Итоговая аттестация (зачет с оценкой)	-

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. час	Коды компетенций и личностных результатов
Тема 1. Внеурочная деятельность как неотъемлемая часть образовательной деятельности	<p>Содержание:</p> <p>1.1. Неурочные формы построения занятий физическими упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>1.2. Влияние процесса обучения на здоровье обучающихся</p> <p>Практическое занятие 1.</p> <p>1.3. Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья</p>	4	<p>ОК-01, ОК-02, ОК-08</p> <p>ПК 3.5</p>
Тема 2. Малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы	<p>Содержание:</p> <p>2.1. Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха; Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>Практическое занятие 2-5.</p> <p>2.2. Разработка и проведение подвижной перемены с учетом традиций, быта и культуры народностей Российской Федерации, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья</p>	10	<p>ОК-01, ОК-02, ОК-4, ОК-06, ОК-07, ОК-08</p> <p>ПК 3.5</p>
Тема 3. Крупные формы занятий физическими	<p>Содержание:</p> <p>3.1. Спортивный час в группах продленного дня. "Дни здоровья" в школе. Организация и проведение спортивных праздников, в том числе с</p>	7	<p>ОК-01, ОК-02, ОК-4, ОК-06, ОК-07,</p>

упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы	обучающимися с ограниченными возможностями здоровья Организация работы спортивных секций. Самостоятельные занятия физическими упражнениями, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья		ОК-08 ПК 3.5
	Практическое занятие 6. 3.2. Планирование и проведение «Дня здоровья», спортивного праздника, спортивной секции, планирование физических упражнений для самостоятельных занятий в том числе, с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья		
Тема 4. Соревновательные формы занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе	Содержание: 4.1.Спартакиада школы (внутришкольные соревнования). Межшкольные (муниципальные) соревнования, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья	4	ОК-01, ОК-02, ОК-05, ОК-06, ОК-08 ПК 3.5
	Практическое занятие 7. 4.2.Планирование Спартакиады школы (внутришкольных соревнований), в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья /Пр/		
Тема 5. Формы и методы взаимодействия с родителями обучающихся или лиц их заменяющих, как субъектами образовательного процесса	Содержание: 5.1. Просветительская работа с родителями (законными представителями) по формированию культуры здорового образа жизни. Анкетирование, родительские собрания, беседы, консультации, наглядно-информационные формы, физкультурные праздники, занятия, как формы работы с родителями, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья	4	ОК-01, ОК-02, ОК-4, ОК-05, ОК-06, ОК-07, ОК-08 ПК 3.5
	Практическое занятие 8-9. 5.2. Разработка внеурочного мероприятия «Папа, мама, я – спортивная семья». Разработка мероприятия просветительской работы с родителями, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья / ПР		

Тема 6. Виды документации, требования к ее оформлению	Содержание: 6.1. Компонент государственного стандарта. Программа по адаптивной физической культуре. Тематическое планирование. Учебные нормативы. Правила техники безопасности по разделам программы. Календарь спортивно-массовой работы, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья 6.2. Методические основы составления технологической карты; тематического планирования; заполнение протоколов, заявок, таблиц всех соревнований, в том числе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья	3	ОК-01, ОК-02, ОК-07, ОК-10 ПК 3.5
Итоговая аттестация (зачет с оценкой)		-	
Всего:		32	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет дисциплины «Теоретические и методические основы организации и проведения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 примерной образовательной программы по данной специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы. Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий; подготовка к практическим занятиям; подготовка к зачету.

3.2.1. Основные печатные издания

Основная литература:

1. Алхасов Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 176 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11533-8. — URL: <https://urait.ru/bcode/495445>
2. Григорьев О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для среднего

профессионального образования / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13337-0. - URL: <https://urait.ru/bcode/496213>

3. Использование средств адаптивной физической культуры при реализации адаптированных образовательных программ начального общего образования: методические рекомендации / составители: А. П. Щербак, Ю. П. Вербицкая. — Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2018. — 129 с. — Текст: непосредственный.

4. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491421>

5. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.]; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493239>

3.2.2. Дополнительные источники

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492669>

2. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492671> (дата обращения: 29.06.2022).

3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489849>.

4. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.]; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493239>

5. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495018>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и итоговой аттестации в форме зачета в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости обучающихся в ФГБУ ПОО БГУОР».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций.

Уровень сформированности компетенции			
«Не зачтено»	«Зачтено»		
«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Описание критериев оценивания			
<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, - отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках темы; - отсутствие умения 	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; 	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на 	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные,

<p>выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</p> <p>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.</p>	<p>- умение без грубых ошибок решать практические задания.</p>	<p>поставленные вопросы;</p> <p>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</p> <p>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</p> <p>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов при ответе, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.</p>	<p>конкретные и исчерпывающие ответы на все задания, а также дополнительные вопросы педагога;</p> <p>- умение решать практические задания;</p> <p>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;</p> <p>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</p>
---	--	--	--