

УТВЕРЖДЕНО

«УТВЕРЖДАЮ»

решением экспертного совета регионального Центра выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи Московской области (в структуре автономной некоммерческой общеобразовательной организации «Областная гимназия им. Е.М. Примакова»)

от « 27 » марта 2020 г.

Директор АНОО

«Областная гимназия им. Е.М. Примакова»

М.О. Майсурадзе



« 27 » марта 2020 г.

ПРОФИЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Направление

Наука. Физическая культура

Название программы

Апрельская образовательная программа по физической культуре (дистанционно)

Автор программы

Фирсин Сергей Анатольевич, заведующий кафедрой комплексной безопасности и физической культуры АСОУ, Председатель ассоциации учителей физической культуры «ЛИДЕР» Московской области.

Целевая аудитория

Смена ориентирована на одаренных школьников 9-11 классов Московской области по предмету «Физическая культура», прошедших конкурсный отбор в соответствии с положением.

Аннотация к программе

Образовательная программа ориентирована на развитие теоретических и практических способностей, учащихся по физической культуре. Программа включает следующие части: теоретическая (популярные лекции по теории и методике физического воспитания) и практическая (гимнастика, спортивные игры, легкая атлетика).

Занятия проводятся с 07 апреля по 13 апреля 2020 года в формате вебинаров.

В рамках основной части программы осуществляется углубленное обучение олимпиадной физической культуры учащихся 9-11 классов. Программа ориентирована на обучение учащихся различным разделам олимпиадной физической культуры с учетом их уровня подготовленности:

- 1) теория и методики физического воспитания;
- 2) теория и практика выполнения физических упражнений, включающее помимо базовых видов школьной программы также и вариативную часть.

Цель программы

Цель программы – развитие физкультурных способностей у участников смены, раскрытие творческого потенциала посредством теоретической и практической подготовки в учебно-исследовательской деятельности.

Задачи образовательной программы:

- совершенствование у обучающихся творческих способностей и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности, пропаганды научных знаний в области физического воспитания;
- совершенствование физических возможностей обучающихся, системы физических упражнений и форм занятий физическими упражнениями;
- расширение знаний учащихся в области естественных и гуманитарных наук;
- эстетическое воспитание и развитие творческих способностей участников.

В результате освоения программы планируется, что каждый ее выпускник:

- расширит свои знания в области физической культуры и ее приложений;
- существенно повысит свой уровень готовности к решению задач на олимпиадах регионального и всероссийского уровня;
- приобретет интерес к научно-исследовательской деятельности;
- приобретет первичные навыки популяризации физической культуры и смежных областей знаний.

Содержательная характеристика программы

Входная диагностика (2 часа)

Теория и методика физического воспитания (14 часов):

- «Культурно-исторические основы физической культуры и спорта, олимпийского движения» (1 час).
- «Основные понятия физической культуры и спорта» (1 час).
- «Специфическая направленность физического воспитания» (1 час).
- «Психолого-педагогические характеристики физкультурно-спортивной деятельности» (1 час).
- «Основы теории и методики обучения двигательным действиям» (1 час).
- «Основы теории и методики воспитания физических качеств» (1 час).
- «Формы организации занятий в физическом воспитании» (1 час).
- «Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности» (1 час).
- «Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений» (1 час).

– «Основы самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом» (1 час).

– «Методика решения частных задач физического воспитания» (1 час).

– «Некоторые условия, способствующие решению задач физического воспитания» (1 час).

– «Правила соревнований по видам спорта» (1 час).

– «Антидопинговые правила» (1 час).

Теория и практика выполнения физических упражнений (10 часов):

– Основы теории и методики гимнастики. Вебинар (6 часов)

– Основы теории и методики спортивных игр. Вебинар (2 часа)

– Основы обучения в легкой атлетике. Практическое занятие (2 часа)

Итоговая диагностика (2 часа)

Содержание деятельности и способы организации образовательного процесса

Физкультурные навыки, приобретаемые при изучении данного курса, имеют прикладной и практический характер и широко используются при изучении физической культуры в школе.

Количество учащихся в группе: 15-20 человек. Занятия проводятся в форме вебинаров.

В каждом цикле представлены следующие образовательные формы: изложение теоретического материала, решение практических, олимпиадных и учебно-исследовательских задач, разбор и обсуждение решений. В конце каждого занятия учащимся выдается домашнее задание.

В рамках теории практических занятий учащимся предлагается реализация самостоятельно на практике сложных элементов физических упражнений в избранном виде спорта на основе различных моделей.

Образовательные технологии

В ходе реализации образовательной программы используются следующие образовательные технологии:

– интерактивные лекции – активное взаимодействие (в режиме беседы) всех участников образовательного процесса;

– дистанционные тренинги по решению олимпиадных заданий – выполнение тренировочных заданий, позволяющее приобрести опыт решения сложных задач;

– интегральная подготовка результат выработки координационных взаимосвязей всех сторон подготовки школьников в целостный эффект соревновательной деятельности.

Учебно-тематический план интенсивной профильной образовательной программы по физической культуре

№	Дата	Тема занятия	Кол-во	ФИО
----------	-------------	---------------------	---------------	------------

			часов	преподавателя
1.	07.04	Входная диагностика	2	Фирсин С. А.
2.	07.04	Теория и методика ф.в. «Культурно-исторические основы физической культуры и спорта, олимпийского движения» «Основные понятия физической культуры и спорта»	2	Фирсин С. А.
3.	08.04	Теория и методика ф.в. «Специфическая направленность физического воспитания» «Психолого-педагогические характеристики физкультурно-спортивной деятельности»	2	Фирсин С. А.
4.	08.04	Гимнастика. выполнение кувырков-вперед-назад- длинный-прыжком-согнувшись	2	Фирсин С. А.
5.	09.04	Теория и методика ф.в. «Основы теории и методики обучения двигательным действиям» «Основы теории и методики воспитания физических качеств»	2	Фирсин С. А.
6.	09.04	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол)	2	Фирсин С. А.
7.	10.04	Теория и методика ф.в. «Формы организации занятий в физическом воспитании» «Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности»	2	Фирсин С. А.
8.	10.04	Гимнастика выполнение элементов в равновесии и прыжковых элементов; выполнение статических элементов	2	Фирсин С. А.
9.	11.04	Теория и методика ф.в. «Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений» «Основы самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом»	2	Фирсин С. А.
10.	11.04	Основы обучения в легкой атлетике	2	Фирсин С. А.
11.	12.04	Теория и методика ф.в. «Методика решения частных задач физического воспитания» «Некоторые условия, способствующие решению задач физического воспитания»	2	Фирсин С. А.

12.	12.04	Гимнастика. выполнение элемента «Мост» и варианты выхода из элемента, варианты выполнения элемента «стойка на лопатках и выходы из него; выполнение элемента «переворот боком» и переходов между элементами.	2	Фирсин С. А.
13.	13.04	Теория и методика ф.в. «Правила соревнований по видам спорта» «Антидопинговые правила»	2	Фирсин С. А.
14.	13.04	Итоговая диагностика	2	Фирсин С. А.

Требования к условиям организации образовательного процесса

Для реализации программы необходима следующая материально-техническая база и оборудование:

№	Материально-технические средства	Кол-во
1.	Компьютер, видеокамера, микрофон	1
2.	Платформа для проведения вебинаров	1

Оценка реализации программы и образовательные результаты программы

В ходе реализации программы используются различные формы мониторинга учебных достижений школьников.

Каждый участник программы получает итоговую оценку по 100 бальной шкале. Оценка формируется как сумма баллов, полученных по итогам работы в течение смены и заключительного зачета, на основе которых формируется рейтинг.

Требования к кадровому обеспечению

К работе в образовательной смене по физической культуре привлекаются опытные педагоги в области олимпиадной физической культуры, имеющие высшее образование или ученую степень, члены жюри регионального этапов всероссийской олимпиады школьников, обладающие следующими компетенциями:

– способность решать задачи углубленной физической культуры соответствующей ступени образования, в том числе новые, которые возникают в ходе работы с учениками, задачи олимпиад;

- имеющие представление о широком спектре упражнений в физической культуре и знать доступные учащимся элементы этих физических упражнений.
- использующие информационные источники, периодики, отслеживающие последние открытия в области физической культуры и знакомство с ними учащихся.
- В ходе реализации образовательной программы преподаватель:
 - содействует подготовке учащихся к участию в олимпиадах по физической культуре, конкурсах.
 - распознает и поддерживает высокую мотивацию и развивает способности ученика к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
 - предоставляет информацию о дополнительном образовании, возможности углубленного изучения физической культуры в других образовательных учреждениях, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий.
 - Определяет, на основе анализа учебной деятельности учащегося, оптимальные (в том или ином образовательном контексте) способы его обучения и развития.

Программа реализуется учителями физической культуры Московской области.

Дидактические материалы к программе

Дидактические материалы, задания, презентации, видео-лекции будут размещены на Яндекс диске по ссылке <https://yadi.sk/d/bRcREJjNnRqP2g>

Электронные ресурсы, программы, литература

Интернет-ресурсы.

1. Подготовка к олимпиаде [Электронный ресурс] // Форум управления Образования Приуральского района: – [сайт].
 URL:<http://forum.priurale.ru/index.php?topic=57.0#top> (дата обращения 11.07.19)
2. Чесноков Н.Н., Володькин Д.А.«Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура – инновации в физическом воспитании» журнал «Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки» [Электронныйресурс]//CIBERLENINKA [сайт].
 URL:<http://cyberleninka.ru/article/n/vserossiyskaya-olimpiada-shkolnikov-popredmetu-fizicheskaya-kultura-innovatsii-v-fizicheskom-vozpitanii>
 (дата обращения 13.08.19)
3. Методический сайт всероссийской олимпиады школьников по физической культуре [Электронный ресурс] – [сайт].
<http://olymp.apkpro.ru/mm/mpp/fk.php> (дата обращения 21.07.19)
4. Как подготовить учащихся к участию в олимпиадах [Электронный ресурс] – [сайт]. – <https://doc4web.ru/pedagogika/kak-podgotovit>

uchaschihsya-k-uchastiyu-v-olimpiadah.html

5. Голобородько А. А. Методические рекомендации «Как подготовить детей к олимпиаде?» [Электронный ресурс] // Контент-платформа Pandia.ru – [сайт]. – URL: <http://pandia.ru/text/78/289/4320.php> (дата обращения 05.08.2019).

6. Информационный портал Всероссийской олимпиады школьников <http://www.rosolymp.ru/>

7. Всероссийская олимпиада школьников в г. Москва <http://vos.olimpiada.ru/>

8. Олимп МГОУ (Московская область) <http://olimp.mgou.ru/>

9. Архив заданий; <http://pedsovet.org/publikatsii/fizicheskaya-kultura/material-dlya-podgotovki-k-olimpiade-po-fizicheskoy-kulture/>

10. Рекомендации по подготовке к Олимпиаде. <http://pandia.ru/text/78/289/4320.php/>

Основная литература.

1. Губа, В. П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи / В.П. Губа, О.С. Морозов, В.В. Парфененков. — М.: Советский спорт, 2016. — 208 с.

2. Захарова Л.В. Физическая культура: учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев, О.Н. Московченко, Д.А. Шубин. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2017. — 612 с.

3. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. — Люберцы: Юрайт, 2016. — 424 с.

4. Синявский, Н.И. Анализ результатов теоретико-методических олимпиадных заданий регионального этапа всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» в ХМАО-Югра / Н.И. Синявский, В.В. Власов, Л.Г. Пащенко, А.В. Младенцев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 2 (144). – С. 242-246.

5. Чесноков Н.Н. Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура» – инновации в физическом воспитании / Н.Н. Чесноков, Д.А. Володькин // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. – 2014. – № 4-2. – С. 238-244.

6. Чесноков, Н.Н. Исследование качества теоретико-методических заданий олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н.Н. Чесноков, А.И. Замогильнов, Д.А. Володькин // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2017. – № 2. – С. 101-110.

7. Фирсин С.А. Лекционный курс по дисциплине «Физическая культура»: Учебное пособие /С.А. Фирсин, Е.В. Липский. – Саратов: ООО Издательский Центр «Наука», 2018. – 208 с.