

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



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 методика 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.