

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРЫМСКОЕ СРЕДНЕЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ
(ТЕХНИКУМ) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УВР
_____ Ю.Ю.Деркачева
«__» _____ 2022г.
Рассмотрено на заседании
Методического совета
Протокол №__ от _____

ЗАДАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО
ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПЛАНУ

по учебной дисциплине **МДК 02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки**
Составлены на основании рабочей программы, утверждённой директором
Специальность 49.02.01 «Физическая культура»
Курс **3 курс**

Преподаватель: Урюпина И.В.

Краснолесье 2022

**ЗАДАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МДК 02.01. БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С
МЕТОДИКОЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ
ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ
ПЛАНУ.**

3 курс (5 семестр)

| Перечень заданий | Срок сдачи | Форма контроля |
|-------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Теоретические задания: | | |
| Раздел 4. Спортивные игры | | |
| Баскетбол | | |
| Тема 1. Баскетбол – учебная дисциплина и вид спорта. | 15.09 | Реферат на предложенную преподавателем тему: <ul style="list-style-type: none"> •Краткие исторические сведения. •Классификация техники и тактики игры. •Терминология баскетбола. •Места проведения занятий, оборудование и инвентарь и требования к ним. •Меры безопасности и профилактика травматизма на занятиях баскетбола. •Место и значение занятий баскетболом в системе физической культуры. •Последовательность и этапы обучения. •Основные средства, методы и методические приемы. •Педагогическая характеристика баскетбола. •Ознакомление с учебным материалом по баскетболу в программах для общеобразовательной школы. • Структура урока баскетбола. • Задачи и содержание частей урока. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Практические задания: | | |
| Тема 2. Техника двигательных действий в баскетболе. | 30.09 | Составить 3 развернутых плана конспекта по баскетболу для проведения занятий. Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!! |
| Волейбол | | |
| Тема 3. Волейбол - учебная дисциплина и вид спорта | 15.10 | Реферат на предложенную преподавателем тему: <ul style="list-style-type: none"> •История развития волейбола. •Краткие исторические сведения. •Классификация техники и тактики игры. •Инвентарь и оборудование. •Педагогическая характеристика волейбола. •Последовательность и этапы обучения. •Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. •Волейбол в программе физического воспитания общеобразовательной школы. •Основные понятия и терминология волейбола. |

| | | |
|----------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> •Места проведения занятий, оборудование и инвентарь и требования к ним. •Меры безопасности и профилактика травматизма на занятиях волейболом. <p>Выполняется в электронном виде (<u>power point</u>).</p> |
| Практические задания: | | |
| Тема 4. Техника двигательных действий в волейболе | 30.10 | <p>Составить 3 развернутых плана конспекта по волейболу для проведения занятий. Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!!</p> |
| Футбол | | |
| Тема 5. Футбол - учебная дисциплина и вид спорта | 15.11 | <p>Реферат на предложенную преподавателем тему:</p> <ul style="list-style-type: none"> •История и основные этапы развития футбола. Краткие исторические сведения. •Классификация техники и тактики игры. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите. •Последовательность и этапы обучения. •Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. •Педагогическая характеристика футбола. •Футбол в программе физического воспитания общеобразовательной школы. •Места занятий, инвентарь и оборудование. Терминология. •Меры безопасности при занятиях футболом. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий футболом. •Организация и проведение соревнований по футболу. <p>Выполняется в электронном виде (<u>power point</u>).</p> |
| Практические задания: | | |
| Тема 6. Техника двигательных действий в футболе | 30.11 | <p>Составить 3 развернутых плана конспекта по футболу для проведения занятий. Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!!</p> |
| Гандбол | | |
| Тема 7. Гандбол – учебная дисциплина и вид спорта | 15.12 | <p>Реферат на предложенную преподавателем тему:</p> <ul style="list-style-type: none"> •История и основные этапы развития гандбола. •Краткие исторические сведения. •Классификация техники и тактики игры. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите. •Последовательность и этапы обучения. •Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. •Педагогическая характеристика гандбола. •Гандбол в программе физического воспитания общеобразовательной школы. •Места занятий, инвентарь и оборудование. Терминология. •Меры безопасности при занятиях гандболом. |

| | | |
|---------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> •Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий гандболом. •Организация и проведение соревнований по гандболу. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Практические задания: | | |
| Тема 8. Техника двигательных действий в гандболе | 25.12 | Составить 3 развернутых плана конспекта по гандболу для проведения занятий. Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!! |

3 курс (6 семестр)

| | | |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Настольный теннис | | |
| Тема 9. Настольный теннис – учебная дисциплина и вид спорта | 20.01 | Реферат на предложенную преподавателем тему: <ul style="list-style-type: none"> •История и основные этапы развития настольного тенниса. •Краткие исторические сведения. •Классификация техники и тактики игры. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите. •Последовательность и этапы обучения. •Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. •Педагогическая характеристика настольного тенниса. •Настольный теннис в программе физического воспитания общеобразовательной школы. •Места занятий, инвентарь и оборудование. •Меры безопасности при занятиях настольным теннисом. •Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий настольным теннисом. •Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Практические задания: | | |
| Тема 10. Техника двигательных действий в настольном теннисе | 25.01 | Составить 3 развернутых плана конспекта по настольному теннису для проведения занятий. Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!! |
| Бадминтон | | |
| Тема 11. Бадминтон – учебная дисциплина и вид спорта | 15.02 | Реферат на предложенную преподавателем тему: <ul style="list-style-type: none"> •История и основные этапы развития бадминтона. Краткие исторические сведения. •Классификация техники и тактики игры. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите. •Последовательность и этапы обучения. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. •Педагогическая характеристика бадминтона. •Бадминтон в программе физического воспитания общеобразовательной школы. •Места занятий, инвентарь и оборудование. •Меры безопасности при занятиях бадминтоном. •Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий бадминтоном. •Организация и проведение соревнований по бадминтону. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Практические задания: | | |

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 12. Техника двигательных действий в бадминтоне | 30.02 | Составить 3 развернутых плана конспекта по бадминтону для проведения занятий. Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!! |
| Теоретические задания: | | |
| Раздел 5. Плавание | | |
| Тема 1. Предмет и задачи курса | 15.03 | Реферат на предложенную преподавателем тему: •Характеристика плавания, специфические признаки. Основные понятия и термины в теории и методике плавания. •Плавание как средство физического воспитания Выполняется в электронном виде (power point). |
| Тема 2. Плавание как вид спорта и средство физического воспитания | 25.03 | Реферат на предложенную преподавателем тему: •Из истории возникновения: плавание в России, развитие отечественного плавания. •Ознакомление с учебным материалом по плаванию в программах для общеобразовательной школы. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Тема 3. Спортивное плавание | 30.03 | Реферат на предложенную преподавателем тему: •Классификация способов плавания: способом кроль на груди, кроль на спине, брасс, дельфин, техника стартов и поворотов. •Техника плавания способом на боку, брасс на спине, ныряния, погружения в воду с поверхности, передвижения под водой, помощь тонущему, оказание первой помощи пострадавшему. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Практические задания | | |
| Составить развернутые планы конспекты по плаванию: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Обучение плаванию дошкольников, школьников. • Спортивная тренировка в плавании. • Начальное обучение плаванию в дошкольных учреждениях, в общеобразовательной школе. • Занятие плаванием и водные процедуры в группах здоровья. | | |
| Теоретические задания: | | |
| Раздел 6. фитнес | | |
| Тема 1. Предмет и задачи курса | 15.05 | Реферат на предложенную преподавателем тему: •История и основные этапы развития фитнеса. Краткие исторические сведения. •Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении. •Педагогическая характеристика фитнеса. •Места занятий, инвентарь и оборудование. •Меры безопасности при занятиях фитнесом. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий фитнесом. •Организация и проведение соревнований по фитнесу. Выполняется в электронном виде (power point). |
| Практические задания | | |
| Составить комплексы упражнений: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Базовые упражнения. • Упражнения для развития силы. • Упражнения для развития координационных способностей. • Упражнения для развития выносливости. • Упражнения для развития гибкости. | | |
| Практические работы выполнять В ОТДЕЛЬНОЙ ТЕТРАДИ!!!!!! | | |

Перечень вопросов к дифференцированному зачету по всему курсу:

1. Структура, задачи и содержание частей урока по подвижным играм.
2. История и основные этапы развития гандбола.
3. Краткие исторические сведения.
4. Классификация техники и тактики игры.
5. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите.
6. Последовательность и этапы обучения.
7. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении.
8. Педагогическая характеристика гандбола.
9. Гандбол в программе физического воспитания общеобразовательной школы.
10. Места занятий, инвентарь и оборудование. Терминология.
11. Меры безопасности при занятиях гандболом. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий гандболом.
12. Организация и проведение соревнований по гандболу.
13. История и основные этапы развития настольного тенниса.
14. Краткие исторические сведения.
15. Классификация техники и тактики игры.
16. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите.
17. Последовательность и этапы обучения.
18. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении.
19. Педагогическая характеристика настольного тенниса.
20. Настольный теннис в программе физического воспитания общеобразовательной школы.
21. Места занятий, инвентарь и оборудование. Терминология.
22. Меры безопасности при занятиях настольным теннисом.
23. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий настольным теннисом.
24. Организация и проведение соревнований по настольному теннису.
25. История и основные этапы развития бадминтона.
26. Краткие исторические сведения.
27. Классификация техники и тактики игры.
28. Классификация и анализ техники игровых приёмов в нападении и защите.
29. Последовательность и этапы обучения.
30. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении.
31. Педагогическая характеристика бадминтона.
32. Бадминтон в программе физического воспитания общеобразовательной школы.
33. Места занятий, инвентарь и оборудование. Терминология.
34. Меры безопасности при занятиях бадминтоном.
35. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий бадминтоном.
36. Организация и проведение соревнований по бадминтону.
37. Характеристика плавания, специфические признаки.
38. Основные понятия и термины в теории и методике плавания.
39. Плавание как средство физического воспитания.
40. Из истории возникновения: плавание в России, развитие отечественного плавания.
41. Ознакомление с учебным материалом по плаванию в программах для общеобразовательной школы.
42. Классификация способов плавания: способом кроль на груди, кроль на спине, брасс, дельфин, техника стартов и поворотов.
43. Техника плавания способом на боку, брасс на спине, ныряния, погружения в воду с поверхности, передвижения под водой, помощь тонущему, оказание первой помощи пострадавшему.
44. История и основные этапы развития фитнеса.
45. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении.
46. Педагогическая характеристика фитнеса.
47. Места занятий, инвентарь и оборудование. Терминология.
48. Меры безопасности при занятиях фитнесом.
49. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий фитнесом.
50. Организация и проведение соревнований по фитнесу.