



**МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА № 4»**

Уважаемый студент!

В связи переходом на дистанционное обучение, вам необходимо выполнить следующие задания:

1. Законспектировать теоретический материал в тетрадь
2. Выполнить практические задания

По окончании карантина представить выполненные работы преподавателю.

Преподаватель Марченко Александр Леонидович тел. 8-985-889-96-78

e-mail: sport@chehuor.ru

Задание для самоподготовки 3 курса (после 9 кл.) по
**ПМ.03 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ
ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

МДК. 03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту

Тема 5. Основы развития физических качеств в физическом воспитании		Кол-во часов	Вид занятия	информационный источник
1	Задачи развития силовых способностей		<i>Урок лекция 24</i>	<i>О.И. 1 с.80-81</i>
2	Средства воспитания силы	<i>1</i>	<i>Урок лекция 25</i>	<i>О.И. 1 с.81-83</i>
3	Методы воспитания силы	<i>1</i>	<i>Урок лекция 26</i>	<i>О.И. 1 с.83-92</i>
4	Методики воспитания силовых способностей	<i>1</i>	<i>Урок лекция 27</i>	<i>О.И. 1 с.88-90</i>
5	Скоростные способности и методика их развития.	<i>1</i>	<i>Урок лекция 28</i>	<i>О.И. 1 с.92-96</i>
6	Средства воспитания скоростных способностей.	<i>1</i>	<i>Урок лекция 29</i>	<i>О.И. 1 с.96-97</i>
7	Методы воспитания скоростных способностей	<i>1</i>	<i>Урок лекция 30</i>	<i>О.И. 1 с.97-98</i>
8	Методики воспитания скоростных способностей. Воспитание сложных двигательных реакций.	<i>1</i>	<i>Урок лекция 31</i>	<i>О.И. 1 с.97-99</i>
9	Воспитание быстроты движения	<i>1</i>	<i>Урок лекция 32</i>	<i>О.И. 1 с.100-102</i>

Информационное обеспечение обучения

Основные источники (ОИ):

№ п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
ОИ 1	Теория и методика физического воспитания и спорта	Холодов Ж.К., Кузнецов В. С.	М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 480 с.

Дополнительные источники (ДИ):

№ п/п	Наименование	Автор	Издательство, год издания
ДИ 1	Основы спортивной тренировки	Матвеев Л.П.	М., «Физкультура и спорт», 1997г. – 271 с.
ДИ 2	Теория и методика физического воспитания	Ашмарин Б.А., Виноградов Ю.А.	М.: Просвещение, 1990.
ДИ 3	Физическая культура и спорт: методология, теория, практика	Барчуков И.С., Нестеров А.А.	М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 528 с.
ДИ 4	Теория и методика физической культуры: учебник для вузов физической культуры	Максименко А.М.	М.: Физическая культура, 2009. – 496 с.
ДИ 5	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры	Матвеев Л.П.	М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
ДИ 6	Теория и методика физической культуры	Матвеев Л.П.	М.: Физкультура и спорт, 1991.
ДИ 7	Теория и методика физического воспитания.	Матвеев Л.П., Новиков А.Д.	М., "ФиС", 1976.

Интернет образовательные ресурсы (ИОР)

ИОР 1	http://www.mon.gov.ru/ - сайт Министерства образования и науки Российской Федерации; /Раздел Документы/;
ИОР 2	http://minstm.gov.ru/ - сайт Министерства физической культуры и спорта Российской Федерации; /Раздел Деятельность: Физическая культура и спорт; Наука, инновационная политика и образование/
ИОР 3	http://lib.sportedu.ru/press/ - сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры»; /Раздел Архив/
ИОР 4	http://www.edu.ru/ - Федеральный портал Российского образования; / Раздел Учебно-методическая библиотека/
ИОР 5	http://www.5ballov.ru/ - Образовательный портал; /Раздел Рефераты/
ИОР 6	http://www.fizkult-ura.ru/books/theory- Портал ФизкультУра
ИОР 7	http://www.kgafk.ru/kgufk/html/vopros.html - Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма/Раздел: Наука/
ИОР 8	http://lesgaft.spb.ru/3208 - Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург/Раздел кафедры Теории и методики физической культуры/

