федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

по направлению подготовки

*34.05.01 Сестринское дело*

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки *34.05.01 Сестринское дело*, утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № 11 от 22.06.2018 года

Оренбург

**Методические рекомендации по проведению практических занятий**

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 1.** Легкая атлетика. Техника безопасности. Легкоатлетическая терминология. Правила соревнований по легкой атлетике.

**Вид учебного занятия:** практический.

**Цель:** проинструктировать по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике, создать представление о легкоатлетической терминологии и правилах соревнований.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 2.** Техника движений ног и таза, рук в сочетании с движениями ног в спортивной ходьбе.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике движения ног и таза в спортивной ходьбе, движениям рук в сочетании с движениями ног.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 3.** Техника спринтерского бега: низкий старт, стартовый разгон, финиширование, бег по дистанции.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике спринтерского бега: низкий старт, стартовый разгон, финиширование, бег по дистанциям

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 4**. Техника эстафетного бега. Развитие двигательных качеств посредством круговой тренировки.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о: техники эстафетного бега, развития двигательных качеств посредством круговой тренировки.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 5**. Техника прыжка в длину с места (отталкивание; полет; приземление).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о техники прыжка в длину с места.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 6**. Техника бега на средние дистанции, кросс.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике бега на средние дистанции.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 7.** Гимнастика. Техника безопасности, предупреждение травматизма, страховка, гимнастическая терминология.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать о технике безопасности, предупреждения травматизма, страховке; создать представление о гимнастической терминологии.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 8**. Строевые упражнения: построению в одну, две, три шеренги; повороты на месте (налево, направо, кругом).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о строевых упражнениях (построение, повороты).

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 9.** Строевые упражнения: перестроение на месте и в движении из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о строевых упражнениях (перестроению на месте и в движении); закрепление строевых упражнений (построение, повороты).

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 10.**  Строевые упражнения: смыкание, размыкание в колоннах, шеренгах.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о строевых упражнениях (смыканию, размыканию); закрепление строевых упражнений (перестроению на месте и в движении).

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 11.** Строевые упражнения: передвижение по гимнастической скамейке (упражнение на равновесие).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представлении об упражнениях на равновесие.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 12.** Баскетбол. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры. Баскетбольная терминология. Судейские жесты.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать по технике безопасности на занятиях по баскетболу, ознакомить с правилами игры и судейскими жестами.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 13.** Основная стойка баскетболиста; перемещения баскетболиста (шагом, бегом, прыжками).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о стойке баскетболиста и его перемещениям по площадке.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 14.** Техника остановки (шагом, прыжком), техника поворотов.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике остановки и технике поворотов в баскетболе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 15.** Техника передачи мяча: с места, в движении и в прыжке. Техника ведения мяча (правой, левой, попеременно).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике передачи мяча: с места, в движении и в прыжке; технике ведения мяча (правой, левой, попеременно)

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 16.** Техника отбора мяча (выбивание, вырывание, перехват).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике отбора мяча (выбивание, вырывание, перехват).

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 17.** Техника броска мяча в кольцо с места/ в движении.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике броска мяча в кольцо с места/ в движении.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 18.** Техника добивания мяча в кольцо, техника штрафного броска.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике добивания мяча в кольцо, штрафного броска.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1**.Обучение техническим и тактическим действиям в базовых видах спорта

**Тема 19.** Техника добивания мяча в кольцо, техника штрафного броска.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить знания о технике добивания мяча в кольцо, штрафного броска.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1.** Обучение тактическим действиям в базовых видах спорта.

**Тема самостоятельной работы** Гимнастика.Баскетбол.

**Цель:** контроль самостоятельной работы.

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п |  Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**Проверка контрольных работ по изученным темам.  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* оглашение баллов за выполнение контрольных работ.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 1.** Обучение тактическим действиям в базовых видах спорта.

**Тема** Зачет.

**Цель:** определение успешности достижения обучающимися результатов обучения по учебной дисциплине.

**План проведения зачетного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление цели занятия.Мотивационный момент (роль итогового тестирования в формировании рейтинга по модулю). |
| 2 | **Основная часть занятия.** 1*.Этап контроля и самоконтроля знаний.*Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС.  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**- ознакомление с протоколом выполнения компьютерного тестирования. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 1.** Легкая атлетика. Техника безопасности.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Проинструктировать по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 2.** Техника движений ног и таза, рук в сочетании с движениями ног в спортивной ходьбе.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику движений ног и таза, рук в сочетании с движениями ног в спортивной ходьбе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 3.** Техника спринтерского бега: низкий старт, стартовый разгон, финиширование, бег по дистанции.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику спринтерского бега: низкий старт, стартовый разгон, финиширование, бег по дистанции.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 4.** Техника эстафетного бега.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику эстафетного бега.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 5.** Техника прыжка в длину(отталкивание; полет; приземление).

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику прыжка в длину.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 6.** Техника бега на средние дистанции, кроссовая подготовка.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику бега на средние дистанции.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 7.** Техника челночного бега, Специально беговые упражнения.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику челночного бега.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 8.** Гимнастика. Техника безопасности, предупреждение травматизма.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Проинструктировать по технике безопасности на занятиях по гимнастике.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 9.** Строевые упражнения: построения, перестроения в одну, две, три шеренги; повороты на месте.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить строевые упражнения: построения в одну, две, три шеренги; повороты на месте.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 10.** Строевые упражнения: построения, перестроения в одну, две, три шеренги; повороты на месте.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить строевые упражнения: построения в одну, две, три шеренги; повороты на месте.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 11.** Акробатика. Разновидности акробатической комбинации.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить знания о разновидностях акробатических комбинаций.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 12.** Акробатика. Разновидности акробатической комбинации.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить знания о разновидностях акробатических комбинаций.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 13.** Лыжная подготовка. Техника безопасности.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Проинструктировать по технике безопасности на занятиях по лыжной подготовке.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 14.** Техника одновременного двухшажного хода.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику одновременного двухшажного хода.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 15.** Техника одновременного одношажного хода.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**  закрепление техники одновременного одношажного хода.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 16.** Техника попеременного двухшажного хода.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепление техники попеременного двухшажного хода.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 17.** Техника бесшажного хода.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику бесшажного хода.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 18.** Техника способов торможений; спуска в основной стойке.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику способов торможений; спуска в основной стойке.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема самостоятельной работы** Волейбол

**Цель:** контроль самостоятельной работы.

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п |  Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**Проверка контрольной работы по изученной теме  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* оглашение баллов за выполнение контрольной работы.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 19.** Волейбол. Техника безопасности.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать по технике безопасности на занятиях по волейболу.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 20.** Правила игры, судейские жесты в спортивной игре «Волейбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** ознакомить с правилами игры и судейскими жестами.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 21.** Техника верхней передачи мяча двумя руками.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике верхней передачи в волейболе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 22.** Техника нижней передачи.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике нижней передачи.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 23.** Техника нижней верхней прямой подачи.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике нижней прямой подачи.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 24.** Техника верхней прямой подачи.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике верхней прямой подачи.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 25.** Техника нижней боковой подачи.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике нижней боковой подачи.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 26.** Техника приема подач и подстраховка.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике приема подач и подстраховки.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 27.** Техника нападающего удара.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике нападающего удара.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 28.** Тактические действия в нападении.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление и закрепить знания о тактических действиях в нападении, в спортивной игре «Волейбол».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 29.** Тактические действия в защите.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление и закрепить знания о тактических действиях в защите, в спортивной игре «Волейбол».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 30.** Настольный теннис. Инструктаж по технике безопасности на занятиях настольным теннисом.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать о технике безопасности на занятиях настольным теннисом.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 31.** Настольный теннис. Правила соревнований. Судейские жесты.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о правилах соревнований и судейских жестах в спортивной игре «Настольный теннис».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 32.** Настольный теннис. Исходные положения (стойки) теннисиста.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление об исходных положениях и стойках теннисиста.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 33.** Техника передвижений в настольном теннисе.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике передвижений в настольном теннисе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 34.** Способы хвата ракетки.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о способах хвата ракетки.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 35.** Техника атакующих ударов.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике атакующих ударов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 36.** Техника защитных ударов.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике защитных ударов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 37.** Техника промежуточных ударов.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике промежуточных ударов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 38.** Техника подач в настольном теннисе.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике подач в настольном теннисе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 39.** Тактические действия в нападении.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о тактических действиях в нападении, в настольном теннисе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 40.** Тактические действия в защите.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о тактических действиях в защите, в настольном теннисе.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема самостоятельной работы** Туризм.

**Цель:** контроль самостоятельной работы.

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п |  Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**Проверка контрольной работы по изученной теме  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* оглашение баллов за выполнение контрольной работы.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 2** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема** Зачет.

**Цель:** определение успешности достижения обучающимися результатов обучения по учебной дисциплине.

**План проведения зачетного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление цели занятия.Мотивационный момент (роль итогового тестирования в формировании рейтинга по модулю). |
| 2 | **Основная часть занятия.** 1*.Этап контроля и самоконтроля знаний.*Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС.  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**- ознакомление с протоколом выполнения компьютерного тестирования. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 1.** Легкая атлетика. Техника безопасности на открытой площадке.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** Проинструктировать по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 2.** Техника ходьбы и бега.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику спортивной ходьбы; спринтерского бега; эстафетного бега; бега на средние дистанции; челночного бега.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 3.** Туризм. Инструктаж по технике безопасности. Туристический быт. Туристическое снаряжение.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать по технике безопасности, создать представление о туристическом снаряжении, о туристическом быте.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 4.** Способы вязки узлов.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о способах вязки узлов.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 5.** Техника страховки, самостраховке в туризме.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о страховке, самостраховке в туризме.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема самостоятельной работы** Легкая атлетика.

**Цель:** контроль самостоятельной работы.

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п |  Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**Проверка контрольной работы по изученной теме. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* оглашение баллов за выполнение контрольной работы.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Совершенствование тактических и технических действий в базовых видах спорта

**Тема 6.** Лыжная подготовка. Инструктаж по технике безопасности.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать по технике безопасности на занятиях по лыжной подготовке.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 7.** Техника лыжных ходов; способов торможений.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику лыжных ходов; способов торможений

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 8.** Техника лыжных ходов; способов торможений.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить технику лыжных ходов; способов торможений

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 9.** Техника поворотов в движении с переступанием; техника спуска со склона.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить повороты в движении с переступанием; спуска в основной стойке

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 10**. Футбол. Инструктаж по технике безопасности на занятиях футболом. Судейские жесты. Разметка площадки. Правила игры.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать по технике безопасности на занятиях по футболу, создать представление о судейских жестах, разметки площадки и правилах игры.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 11.** Техника передачи мяча внутренней стороной стопы, техника передачи мяча подошвой в спортивной игре «Футбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике передачи мяча внутренней стороной стопы, передачи мяча подошвой.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 12.** Техника удара внутренней стороной стопы в спортивной игре «Футбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике удара внутренней стороной стопы в спортивной игре «Футбол».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 13**. Техника удара внутренней/внешней частью подъема в спортивной игре «Футбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике удара внутренней/внешней частью подъема.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 14.** Техника передачи мяча носком в спортивной игре «Футбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике передачи мяча носком в спортивной игре «Футбол».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 15.** Техника исполнения дальних ударов в спортивной игре «Футбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике исполнения дальних ударов в спортивной игре «Футбол».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 16.** Техника исполнения штрафных и угловых ударов в спортивной игре «Футбол».

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике исполнения штрафных и угловых ударов в спортивной игре «Футбол».

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 17.** Плавание. Правила техники безопасности на занятиях по плаванию. Требования по соблюдению мер личной гигиены.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** проинструктировать о технике безопасности на занятиях по плаванию.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 18.** Техника плавания кроль на груди.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике техники плавания способом кроль на груди.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 19.** Техника плавания кроль на спине.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике плавания кроль на спине.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 20.** Техника плавания брасс.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о технике плавания брасс.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема 21.** Техника плавания баттерфляй.

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** создать представление о техники плавания баттерфляй.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** - Объявление темы, цели занятия.- Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия). |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** *- Закрепление теоретического материала –* ответы на вопросы для самоконтроля. Вопросы для самоконтроля представлены в ФОС.- *Выходной контроль*. Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС. |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**Подведение итогов занятия.Выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема самостоятельной работы** Лыжная подготовка.

**Цель:** контроль самостоятельной работы.

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п |  Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**Проверка контрольной работы по изученной теме  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* оглашение баллов за выполнение контрольной работы.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*

**Модуль 3** Повышение спортивного мастерства в базовых видах спорта

**Тема** Зачет.

**Цель:** определение успешности достижения обучающимися результатов обучения по учебной дисциплине.

**План проведения зачетного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление цели занятия.Мотивационный момент (роль итогового тестирования в формировании рейтинга по модулю). |
| 2 | **Основная часть занятия.** 1*.Этап контроля и самоконтроля знаний.*Форма организации учебной деятельности – тестирование в ИС. Тестовые задания представлены в ФОС.  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**- ознакомление с протоколом выполнения компьютерного тестирования. |

**Средства обучения:**

- дидактические: *(учебник, тесты в ИС);*

*-* материально-технические: *(*Индивидуальное рабочее место, оснащенное компьютером с выходом в интернет*).*