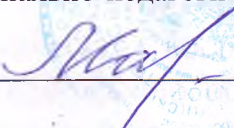


СОГЛАСОВАНО
И.о. директора ГАПОУ ПО «Пензенский
социально-педагогический колледж»


О.А. Манцерова

УТВЕРЖДЕНО
Зам. директора МКУ «ЦКОиМОУО»


Т.Б. Кремнева

ПРОГРАММА

**стажировочной площадки по проблеме
«Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с
использованием новых видов оборудования»**

*Стажировочная площадка на базе
ГАПОУ ПО «Пензенский социально-педагогический колледж»*

12.10, 19.10, 26.10. 2019 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель прохождения стажировки:

Стажировка осуществляется в целях изучения опыта преподавателей физического воспитания по проблеме «Современные подходы к организации и содержанию образовательного процесса по физическому воспитанию» и является одним из видов дополнительного профессионального образования.

Основная цель стажировки: формирование и закрепление на практике умений использования современных технологий физического воспитания, основных направлений аэробики, а также новых видов оборудования в организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Прогнозируемые результаты: освоение новых возможностей использования в образовательном процессе и внеурочной деятельности новых видов оборудования (степ-платформа, босу, роллы, ринги (изотоническое кольцо), блоки для йоги, ремни для йоги, болстеры, многофункциональная рама), освоение основных и новых направлений аэробики, способствующих формированию профессиональных умений и навыков в области физической культуры, спорта и фитнеса.

Зачётная работа: самостоятельная разработка и защита учебно-методического проекта.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п/п | Содержание | Всего учебных часов | Из них | | Сам. работа |
|-------|---|---------------------|---------|--------|-------------|
| | | | теорет. | практ. | |
| 1 | Знакомство с новыми видами оборудования, относящиеся к разряду новых видов оборудования (ролл, болстер, изотоническое кольцо, ремни и блоки для йоги, многофункциональная рама) | 4 | 2 | 2 | 1 |
| 2 | Основы теории и методики проведения занятий с новыми видами оборудования | 2 | 1 | 1 | |
| 3 | Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования (степ- | 4 | 1 | 3 | 2 |

| | | | | | |
|---|--|-----------|----------|-----------|----------|
| | платформа, босу, роллы, ринги (изотоническое кольцо), блоки для йоги, ремни для йоги, болстеры, многофункциональная рама) | | | | |
| 4 | Знакомство с основными направлениями аэробики (стрейтчинг, табато, интервальная тренировка, кроссфит, многофункциональный тренинг, круговая тренировка) | 4 | | 4 | |
| 5 | Защита учебно-методических проектов (Проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием современных информационных технологий с учетом специфики заданных видов оборудования) | 4 | | 4 | 1 |
| | ИТОГО: | 18 | 4 | 14 | 4 |