

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

МДК.03.01  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Методика преподавания по дополнительным общеразвивающим программам в  
области физической культуры и спорта**

(наименование дисциплины)

по специальности

49.02.01 Физическая культура

направленность

Физическая культура и спорт

Форма обучения: Очная

Год набора: 2026

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр                                      | 5                  | Итого      |
|--|--------------------|------------|
| Форма контроля                               | зачет с<br>оценкой |            |
| Вид занятий                                  |                    |            |
| Лекции                                       | 48                 | <b>48</b>  |
| Лабораторные                                 |                    |            |
| Практические                                 | 48                 | <b>48</b>  |
| Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР |                    |            |
| Промежуточная аттестация                     |                    |            |
| Контактная работа                            | 96                 | <b>96</b>  |
| Самостоятельная работа                       | 8                  | <b>8</b>   |
| Контроль                                     | 2                  | <b>2</b>   |
| <b>Итого</b>                                 | <b>106</b>         | <b>106</b> |

Рабочую программу составил(и):

**Преподаватель И.П. Черноусова**

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

Отсутствует

☐

Рецензент

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС СПО и учебного плана по специальности 49.02.01 Физическая культура

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2029 г.**

**УТВЕРЖДЕНО**

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»  
(протокол заседания № 6 от «16» января 2026 г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель – Формирование комплексного формирования у будущего педагога системы знаний, умений, личностных качеств и ценностных установок, необходимых для эффективной реализации образовательного процесса в сфере дополнительного образования детей и взрослых.

Задачи:

- Научиться проектировать учебные занятия в рамках дополнительных общеразвивающих программ с учётом целей и специфики программы, а также индивидуальных характеристик обучающихся — их возраста, состояния здоровья, текущего уровня физической подготовленности, образовательных интересов и потребностей (включая работу с одарёнными детьми).
- Освоить содержательные и методические основы реализации дополнительных общеразвивающих программ, включая применение современных педагогических методов, форм организации учебного процесса, а также эффективных приёмов обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта.
- Изучить и осмыслить разнообразие форм и типов учебных занятий, используемых в дополнительном образовании по направлению «Физическая культура и спорт», для грамотного выбора и применения в практической педагогической деятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП СПО

Учебная дисциплина «Методика преподавания по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта» является обязательной частью общепрофессионального цикла в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и примерной образовательной программой.

Дисциплины, на освоении которых базируется данная дисциплина: Теория и методика физической культуры и спорта, Педагогика дополнительного образования, Инновационные педагогические технологии и цифровые инструменты в образовании.

Дисциплины, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: Теория и методика физической культуры и спорта.

## 3. Планируемые результаты обучения

| Формируемые и контролируемые компетенции<br>(код и наименование)   | Индикаторы достижения компетенций<br>(код и наименование) | Планируемые результаты обучения  |
|--|---|--|
| Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта ПК 3.1., | -   | Знать: - Структуру, цели и содержание дополнительных общеразвивающих программ (ДОП) в области физической культуры и спорта;<br>-Нормативно-правовые основы организации дополнительного образования детей;<br>-Возрастные и индивидуальные особенности физического и психического развития обучающихся (включая одарённых детей и лиц с ОВЗ); |

| <b>Формируемые и контролируемые компетенции</b><br>(код и наименование) | <b>Индикаторы достижения компетенций</b><br>(код и наименование) | <b>Планируемые результаты обучения</b>  |
|---|--|---|
|   |  | <p>-Методику планирования, проведения и анализа учебных занятий по ДОП;</p> <p>-Современные формы, методы и средства обучения и воспитания в сфере физической культуры;</p> <p>-Требования безопасности, гигиены и здоровьесбережения при проведении занятий.</p> <p>Уметь: - Проектировать и адаптировать учебные занятия в соответствии с задачами программы, уровнем подготовленности и состоянием здоровья обучающихся;</p> <p>-Применять разнообразные методы и формы организации деятельности (игровые, соревновательные, тренировочные, исследовательские и др.);</p> <p>-Оценивать эффективность занятий и корректировать образовательный процесс;</p> <p>-Обеспечивать безопасность и здоровьесберегающий режим во время занятий;</p> <p>-Учитывать образовательные запросы и мотивацию обучающихся при реализации программы.</p> <p>Владеть:-Навыками составления календарно-тематического и поурочного планирования по ДОП;</p> <p>-Техникой проведения различных типов занятий (учебно-тренировочных, игровых, соревновательных, тематических);</p> <p>-Приёмами дифференцированного и индивидуального подхода в работе с обучающимися;</p> <p>-Коммуникативными и организационными навыками, необходимыми для эффективного</p> |

| <b>Формируемые и контролируемые компетенции</b><br>(код и наименование)                    | <b>Индикаторы достижения компетенций</b><br>(код и наименование) | <b>Планируемые результаты обучения</b>  |
|--|--|---|
|  |  | <p>взаимодействия с детьми, родителями и коллегами;</p> <p>-Инструментами рефлексии и самоанализа педагогической деятельности.;</p>   |
| <p>Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую учебные занятия ПК 3.4</p> | <p>-</p>   | <p>Знать: - Виды и назначение первичной учетно-отчетной документации, используемой в образовательной организации при реализации дополнительных общеразвивающих программ (ДОП);</p> <p>-Требования законодательства РФ и локальных нормативных актов образовательной организации к оформлению и ведению документации;</p> <p>-Структуру и содержание основных документов: календарно-тематического плана, поурочных (занятий) планов, журналов учета посещаемости, листов достижений, отчетов о проведении мероприятий и др.;</p> <p>-Принципы конфиденциальности, достоверности и своевременности ведения документации.</p> <p>Уметь:- Составлять и корректно оформлять необходимую учетно-отчетную документацию в соответствии с требованиями программы и образовательной организации;</p> <p>-Фиксировать результаты участия обучающихся в занятиях, соревнованиях, фестивалях и других мероприятиях;</p> <p>-Отслеживать и анализировать посещаемость, уровень вовлеченности и прогресс обучающихся на основе документированных данных;</p> <p>-Представлять отчетную информацию в установленные</p> |

| <b>Формируемые и контролируемые компетенции</b><br>(код и наименование) | <b>Индикаторы достижения компетенций</b><br>(код и наименование) | <b>Планируемые результаты обучения</b>  |
|---|--|---|
|   |  | <p>сроки руководству или методической службе;</p> <p>-Адаптировать формы документации под специфику занятий по физической культуре и спорту (например, учет физической нагрузки, технических навыков, участия в соревнованиях).</p> <p>Владеть:- Навыками грамотного, четкого и своевременного заполнения журналов, планов, отчетов и других форм первичной документации;</p> <p>-Цифровыми инструментами (электронные таблицы, специализированные платформы учета, системы электронного документооборота), применяемыми в образовательной организации;</p> <p>-Навыками систематизации и хранения документации в соответствии с архивными и организационными требованиями;</p> <p>-Культурой делопроизводства и профессиональной ответственностью за достоверность предоставляемых данных.</p> |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

| Модуль (раздел)   | Вид учебной работы | Наименование тем занятий (учебной работы)   | Семестр | Объем, ч. | Баллы | Интерактив, ч. | Формы текущего контроля (наименование оценочного средства) |
|---|--------------------|---|---------|-----------|-------|----------------|--|
| Модуль 1. Теоретические основы и нормативно-правовое обеспечение ДОП в сфере физической культуры и спорта | Лек.1              | Тема 1.1. Специфика дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта: цели, принципы, отличия от основного и спортивного образования- Рассматриваются нормативно-правовые основы ДОП, роль физической культуры в личностном развитии ребёнка, а также ключевые особенности внеурочной деятельности — добровольность, вариативность, ориентация на интересы обучающихся. | 5       | 4         | -     | -              | Опрос по теме  |
|   | Лек.2              | Тема 1.2. Структура и содержание дополнительной общеразвивающей программы: от идеи до реализации Анализ компонентов ДОП (пояснительная записка, планируемые результаты, тематическое планирование); требования к оформлению; связь с ФГОС и профессиональными стандартами.  | 5       | 4         | -     | -              | Опрос по теме  |
|   | Лек3               | Тема 1.3. Целевая аудитория педагога допобразования: возрастные, физиологические и психологические особенности обучающихся 7–18 лет Обзор этапов физического и моторного развития, особенностей мотивации,  | 5       | 4         | -     |                | Опрос по теме  |

|  |      |  |   |   |    |   |  |
|--|------|--|---|---|----|---|--|
|  |      | внимания и социального поведения в младшем, среднем и старшем школьном возрасте; учёт индивидуальных различий (включая одарённых детей и обучающихся с ОВЗ). |   |   |    |   |  |
|  | ИДЗ  | Индивидуальное домашнее задание  | 5 |   | 20 |   | Подготовка реферата с презентационным материалом по заданной теме. |
| Модуль 2.<br>Проектирование и структура дополнительной общеразвивающей программы | Лек4 | Тема 2.1. Компоненты ДОП: пояснительная записка, планируемые результаты (личностные, метапредметные, предметные), тематическое планирование.                 | 5 | 4 | -  |   | Опрос по теме  |
|  | Лек5 | Тема 2.2. Подбор содержания с учётом возраста (7–18 лет), интересов, уровня подготовленности и состояния здоровья обучающихся.                               | 5 | 4 | -  |   | Опрос по теме  |
|  | Пр.1 | Методы определения образовательных запросов (анкетирование, наблюдение, беседа).   | 5 | 4 | 10 |   | Выполнение практической работы                                     |
| Модуль 3.<br>Методика проведения и организации учебных занятий                   | Лек6 | Тема 3.1. Типы и формы занятий: учебно-тренировочные, игровые, соревновательные, тематические, фестивальные.   | 5 | 4 | -  |   | Опрос по теме  |
|  | Лек7 | Тема 3.2. Современные методы обучения: игровой, соревновательный, проблемный, исследовательский, проектный.  | 5 | 4 | -  |   | Опрос по теме  |
|  | Пр.2 | Построение занятия: вводная часть, основная, заключительная — с учётом   | 5 | 5 | 10 | - | Выполнение практической работы                                     |



|   |        |  |   |    |    |   |   |
|---|--------|--|---|----|----|---|---|
|   |        | физиологических и психологических особенностей возраста.   |   |    |    |   |   |
|   | Пр.3   | Составить:<br>• Пояснительную записку (цель, актуальность, принципы);<br>• Перечень планируемых личностных и предметных результатов;<br>• Календарно-тематический план на 1 месяц (8 занятий). | 5 | 5  | 10 |   | Выполнение практической работы                                    |
|   | Пр.4   | Разработать план учебного занятия (45 мин) для выбранной возрастной группы по теме (например, «Развитие координации средствами подвижных игр»).  | 5 | 5  | 10 |   | Выполнение практической работы                                    |
|   | Пр.5   | Провести микро-презентацию (10–15 мин) перед группой (имитация реального занятия).   | 5 | 5  | 10 |   | Выполнение практической работы                                    |
| Модуль 4.<br>Диагностика, оценка и документационное сопровождение образовательного процесса | Лек.8  | 1. Формы фиксации результатов: листы достижений, портфолио, журналы, отчёты.   | 5 | 4  | -  | - | Опрос по теме   |
|   | Пр 6,7 | Оформить фрагмент журнала учета посещаемости и поурочный план одного занятия в соответствии с требованиями образовательной организации.  | 5 | 10 | 10 |   | Выполнение практической работы                                    |
|   | Пр 8   | Подобрать 3–4 теста для диагностики физической подготовленности (например, прыжок в длину с места, челночный бег 3×10 м, наклон вперёд из положения стоя).                                     | 5 | 4  | 10 |   | Выполнение практической работы                                    |
|   | СР     | Самостоятельная работа   | 5 | 8  | -  | - | Изучение литературных источников, подготовка докладов, выполнение |

|  |          |               |   |            |            |  |                       |
|--|----------|---------------|---|------------|------------|--|-----------------------|
|  |          |               |   |            |            |  | практических заданий  |
|  | ПСЦ      | Посещаемость  | 5 |            | 10         |  |                       |
|  | Контроль | Итоговый тест | 5 | 2          | 100        |  | Тестирование по курсу |
|  |          | <b>Итого:</b> |   | <b>106</b> | <b>200</b> |  |                       |

**Схема расчета итогового балла** - Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2

## **5. Образовательные технологии**

Технология традиционного обучения.

Формы обучения: Практическое занятие. Самостоятельная работа. Индивидуальное домашнее задание. Методы обучения: Наглядные, словесные, практические.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- систематически посещать аудиторные занятия;
- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно сдавать практические задания, необходимые для текущего контроля;
- выступить с докладом и презентационным материалом по заданным темам;
- уметь решать задачи по заданным темам.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

| Семестр | Код контролируемой компетенции<br>(или ее части)  | Наименование<br>оценочного средства  |
|---------|---|--|
| 5       | Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта ПК 3.1. | ИДЗ (подготовка реферата и презентационного материала по темам 1-18). Тестовые задания. Вопросы к итоговому контролю. Выполнить практические работы. |
|         | Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую учебные занятия ПК 3.4   | Выполнить практическую работу 1-4. Дискуссия по темам 1-30. Вопросы к экзамену 1-40.   |

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

#### 7.2.1. Подготовить реферат и выступить с докладом и презентационным материалом.

##### Темы рефератов и докладов:

- Роль дополнительного образования в формировании здорового образа жизни у детей и подростков.
- Сравнительный анализ моделей дополнительного образования в сфере физической культуры: российский и зарубежный опыт.
- Правовое и нормативное обеспечение деятельности педагога допобразования в области физической культуры и спорта.
- Принципы гуманизации и персонификации в дополнительных общеразвивающих программах по ФКиС.
- Особенности методики работы с младшими школьниками (7–10 лет) в рамках ДОП по физической культуре.
- Учёт «чувствительных периодов» развития двигательных качеств при построении занятий для подростков 11–14 лет.
- Методические подходы к работе с одарёнными детьми в системе дополнительного образования по физической культуре.
- Инклюзивная практика: организация занятий по ДОП для детей с ОВЗ средствами физической культуры.
- Игровая деятельность как ведущая форма организации занятий в ДОП по физической культуре.
- Применение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе дополнительного образования.
- Использование цифровых технологий (фитнес-трекеры, видеоанализ, онлайн-платформы) в работе педагога допобразования.
- Проектный метод в дополнительном образовании: организация спортивных фестивалей и мини-турниров силами обучающихся.
- Система оценки личностных и метапредметных результатов в ДОП по физической культуре: от листа достижений до цифрового портфолио.
- Методы первичной диагностики физической подготовленности детей на начальном этапе реализации ДОП.
- Организация и ведение учетно-отчетной документации педагогом допобразования: требования, проблемы, решения.

- Развитие функциональной грамотности через занятия по дополнительным программам в области физической культуры.
- Экологическое воспитание и физическая культура: возможности интеграции в ДОП (например, скандинавская ходьба, ориентирование на местности).
- Роль педагога допобразования в профилактике гиподинамии и цифрового выгорания у школьников.

Примечание: Студент выбирает тему для доклада, реферата, презентации и готовит интересное познавательное сообщение по изучаемой теме. На занятии студент делает обзор своего доклада с наглядной презентацией. Студент вправе предложить свою тему для выступления.

#### **Критерии оценки:** *оценочное средство - доклад, презентация*

– **20 баллов** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материалом;

– **15 баллов** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

– **10 баллов** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;

– **0 баллов** выставляется студенту, если он не подготовил доклад и презентацию.

#### 7.2.2. Практические работы:

- Практическое задание 1. Методы определения образовательных запросов (анкетирование, наблюдение, беседа).
- Практическое задание 2. Построение занятия: вводная часть, основная, заключительная — с учётом физиологических и психологических особенностей возраста.
- Практическое задание 3. Составить:  
Пояснительную записку (цель, актуальность, принципы);  
Перечень планируемых личностных и предметных результатов;  
Календарно-тематический план на 1 месяц (8 занятий).
- Практическое задание 4. Разработать план учебного занятия (45 мин) для выбранной возрастной группы по теме (например, «Развитие координации средствами подвижных игр»).

Задание: ознакомиться и выполнить практическое задание.

Критерии оценки за одно практическое задание:

- **10 баллов** выставляется студенту, который задание выполняет правильно, хорошо владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;
- **7 баллов** выставляется студенту, который задание выполнил, но имеются недочеты, в целом владеет теоретическим материалом, но имеются некоторые затруднения при выполнении задания, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **3 балла** выставляется студенту, который выполнил задание частично и имеются ошибки, недостаточно владеет теоретическим материалом и не проявляет творческий подход к решению практической задачи;
- **0 баллов** выставляется студенту, который не выполнил задание, не владеет теоретическим материалом.

### 9.2.3 Образцы тестовых заданий

Дополнительные общеразвивающие программы (ДОП) в сфере физической культуры и спорта реализуются на основе:

- а) спортивных разрядов;
- б) требований профессионального стандарта;
- в) Федерального закона «Об образовании в РФ» и примерных требований к программам;
- г) устава спортивной федерации.

Основная цель ДОП в области физической культуры — это:

- а) подготовка мастеров спорта;
- б) формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни;
- в) выполнение спортивных нормативов;
- г) участие в соревнованиях.

Кто может осваивать дополнительные общеразвивающие программы?

- а) только дети с высоким уровнем подготовки;
- б) лица любого возраста и уровня подготовленности;
- в) только школьники;
- г) только лица без медицинских противопоказаний.

Обязательным компонентом ДОП является:

- а) список соревнований;
- б) пояснительная записка, планируемые результаты, содержание, тематическое планирование;
- в) перечень спортивного инвентаря;
- г) график тренировок.

Планируемые результаты ДОП включают:

- а) только спортивные достижения;
- б) личностные, метапредметные и предметные результаты;
- в) только физические качества;
- г) нормативы ГТО.

Принцип добровольности в допобразовании означает, что:

- а) занятия проходят без оценок;
- б) обучающийся сам выбирает программу и форму участия;
- в) педагог не может отчислить ребёнка;
- г) все занятия — игровые.

Какой документ регулирует профессиональную деятельность педагога допобразования?

- а) Устав образовательной организации;
- б) Трудовой кодекс РФ;
- в) Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования»;
- г) СанПиН.

Возрастная группа 11–13 лет характеризуется:

- а) завершением роста;
- б) началом пубертатного периода, активным ростом, нестабильной координацией;
- в) максимальной выносливостью;
- г) готовностью к профессиональной спортивной подготовке.

При работе с одарёнными детьми в ДОП педагог должен:

- а) сразу направлять их в спортивную школу;
- б) создавать условия для раскрытия потенциала через усложнённые двигательные задачи;
- в) снижать нагрузку;
- г) исключать соревнования.

Инклюзивная практика в ДОП предполагает:

- а) отдельные занятия для детей с ОВЗ;
- б) адаптацию условий и содержания для совместного участия всех детей;
- в) отказ от работы с детьми с нарушениями;
- г) обязательное присутствие тьютора.

Основной формой организации занятий в ДОП является:

- а) лекция;
- б) учебно-тренировочное занятие;
- в) зачёт;
- г) контрольная работа.

Какая форма занятия наиболее эффективна для младших школьников?

- а) теоретическое занятие;
- б) подвижная игра;
- в) силовая тренировка;
- г) индивидуальный зачёт.

«Занятие-фестиваль» — это:

- а) соревнование между командами;
- б) праздничное мероприятие с элементами соревнований, игр и демонстрации навыков;
- в) итоговое тестирование;
- г) лекция для родителей.

Здоровьесберегающие технологии включают:

- а) увеличение нагрузки до предела;
- б) чередование нагрузки и отдыха, дыхательные упражнения, правильную организацию рабочего места;
- в) исключение разминки;
- г) только медосмотры.

Перед началом занятия обязательно проводится:

- а) контрольная работа;
- б) разминка (вводная часть);
- в) опрос по теории;
- г) взвешивание.

Какой метод способствует развитию творчества и инициативы?

- а) репродуктивный;

- б) игровой;
- в) строго регламентированный;
- г) командный.

Соревновательный метод в ДОП используется для:

- а) отбора в сборную;
- б) развития мотивации, волевых качеств и эмоциональной устойчивости;
- в) наказания за плохую подготовку;
- г) замены тренировки.

Диагностика в ДОП направлена на:

- а) выявление «слабых» детей;
- б) определение исходного уровня и отслеживание динамики развития;
- в) отбор в спортивную школу;
- г) постановку медицинского диагноза.

Какой тест подходит для оценки скоростно-силовых качеств у подростков?

- а) наклон вперёд;
- б) прыжок в длину с места;
- в) подтягивание;
- г) бег на 3 км.

Лист достижений в ДОП фиксирует:

- а) только спортивные результаты;
- б) личностный рост, участие, прогресс в освоении навыков;
- в) посещаемость;
- г) поведение.

Календарно-тематическое планирование в ДОП разрабатывается:

- а) на один урок;
- б) на год или учебный период;
- в) только перед соревнованиями;
- г) не требуется.

Поурочный план занятия должен содержать:

- а) только упражнения;
- б) цель, задачи, оборудование, этапы, методы, время;
- в) список участников;
- г) нормативы.

Журнал учета посещаемости ведётся:

- а) по желанию педагога;
- б) в соответствии с локальными актами организации;
- в) только для отчётности в Минспорт;
- г) не ведётся в допобразовании.

Безопасность на занятиях обеспечивается за счёт:

- а) страховых полисов;
- б) соблюдения техники безопасности, проверки оборудования, учёта состояния здоровья;
- в) присутствия врача;
- г) запрета на сложные упражнения.



При наличии временного медицинского ограничения педагог должен:

- а) отстранить ребёнка от всех занятий;
- б) предложить адаптированные упражнения в рамках рекомендаций врача;
- в) исключить из группы;
- г) разрешить только наблюдать.

Какой принцип лежит в основе ДОП?

- а) соревновательности;
- б) личностной ориентации и вариативности;
- в) единообразия;
- г) обязательности.

Дополнительное образование не предполагает:

- а) гибкости содержания;
- б) промежуточной и итоговой аттестации в форме экзаменов;
- в) учёта интересов ребёнка;
- г) внеурочной деятельности.

Проектная деятельность в ДОП может быть выражена в:

- а) написании реферата;
- б) организации спортивного праздника силами обучающихся;
- в) решении задач по биомеханике;
- г) сдаче норм ГТО.

Цифровые технологии в ДОП используются для:

- а) замены живого общения;
- б) анализа техники движений, учёта результатов, мотивации;
- в) контроля за поведением;
- г) онлайн-соревнований только.

Ведущая деятельность в младшем школьном возрасте:

- а) учебная;
- б) игровая;
- в) трудовая;
- г) спортивная.

Для подростков 13–15 лет важно учитывать:

- а) стремление к лидерству и самоутверждению;
- б) нежелание двигаться;
- в) готовность к монотонной работе;
- г) отсутствие интереса к результату.

Какой тип нагрузки преобладает в ДОП для детей 7–10 лет?

- а) силовая;
- б) скоростная;
- в) игровая и координационная;
- г) выносливость.

«Чувствительный период» для развития гибкости приходится на:

- а) 14–16 лет;
- б) 6–10 лет;

- в) 17–18 лет;
- г) после 20 лет.

При планировании занятий для детей с избыточной массой тела следует:

- а) исключить бег;
- б) использовать низкоударные виды (ходьба, плавание, игры);
- в) увеличить интервалы отдыха до 10 минут;
- г) назначить диету.

Визуальная диагностика осанки проводится:

- а) с рентгеном;
- б) в положении «стойка смирно» и «наклон вперёд»;
- в) только врачом;
- г) в беге.

Центр тяжести тела у человека в вертикальном положении находится:

- а) в области головы;
- б) на уровне II–III крестцовых позвонков;
- в) в коленях;
- г) в пятках.

Устойчивость положения тела повышается при:

- а) узкой постановке ног;
- б) наклоне туловища вперёд;
- в) широкой опоре и низком центре тяжести;
- г) поднятых руках.

Какой документ подтверждает освоение ДОП?

- а) спортивный разряд;
- б) справка или сертификат об участии;
- в) аттестат;
- г) диплом.

Родители в системе допобразования:

- а) не участвуют;
- б) являются партнёрами педагога, могут участвовать в мероприятиях;
- в) решают, чем заниматься ребёнку;
- г) контролируют нагрузку.

Этический принцип педагога допобразования — это:

- а) стремление к победе любой ценой;
- б) уважение достоинства, индивидуальности и права на ошибку каждого ребёнка;
- в) сравнение детей между собой;
- г) поощрение только лучших.

Основной критерий эффективности занятия в ДОП — это:

- а) количество выполненных упражнений;
- б) уровень вовлечённости и положительные эмоции обучающихся;
- в) выполнение нормативов;
- г) отсутствие травм.

Как часто рекомендуется менять вид деятельности на занятии для детей 8–10 лет?

- а) каждые 20–25 минут;

- б) каждые 5–7 минут;
- в) один раз за занятие;
- г) по желанию.

Игровая деятельность в ДОП способствует развитию:

- а) только физических качеств;
- б) коммуникативных, волевых и двигательных навыков;
- в) теоретических знаний;
- г) дисциплины.

Мини-турнир в рамках ДОП — это:

- а) отбор в сборную;
- б) форма организации соревновательной деятельности внутри группы;
- в) экзамен;
- г) праздник для родителей.

Какой из перечисленных документов не входит в первичную отчётность педагога ДОП?

- а) журнал посещаемости;
- б) поурочные планы;
- в) диплом об образовании;
- г) отчёт о проведённых мероприятиях.

Рефлексия на занятии — это:

- а) наказание за ошибки;
- б) анализ ребёнком своего участия, успехов и трудностей;
- в) опрос по теории;
- г) подведение итогов педагогом.

Какой метод позволяет развивать самостоятельность?

- а) объяснение-демонстрация;
- б) проблемное задание или исследовательская задача;
- в) строгий контроль;
- г) повторение за педагогом.

В ДОП не допускается:

- а) использование подвижных игр;
- б) применение физических наказаний или унижения;
- в) работа в командах;
- г) смена одежды.

Основной показатель инклюзивной среды — это:

- а) отдельная группа;
- б) возможность участия каждого ребёнка в общем процессе;
- в) наличие лифта;
- г) специальная форма.

Конечный результат ДОП в области физической культуры — это:

- а) победа в соревнованиях;
- б) формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой на протяжении жизни;
- в) выполнение норм ГТО;
- г) получение разряда.

### 7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр \_\_5\_\_

| № п/п | Вопросы к зачету с оценкой  |
|-------|---|
| 1     | Сущность и цели дополнительного общеразвивающего образования в сфере физической культуры и спорта. Чем оно отличается от основного и спортивного образования? |
| 2     | Нормативно-правовое обеспечение деятельности педагога дополнительного образования: ключевые документы и их содержание.  |
| 3     | Структура дополнительной общеразвивающей программы (ДОП): основные компоненты и требования к их оформлению.   |
| 4     | Принципы построения ДОП в области физической культуры: добровольность, вариативность, личностная ориентация, безопасность.                                    |
| 5     | Как учитывать возрастные особенности обучающихся 7–10, 11–13 и 14–17 лет при проектировании занятий по физической культуре?                                   |
| 6     | Методика выявления и сопровождения одарённых детей в системе дополнительного образования по физической культуре.  |
| 7     | Особенности работы с детьми с ОВЗ и функциональными нарушениями в рамках ДОП: принципы инклюзии и адаптации.  |
| 8     | Основные типы учебных занятий в ДОП по физической культуре: характеристика, цели, примеры.  |
| 9     | Игровой и соревновательный методы в дополнительном образовании: возможности и ограничения применения.   |
| 10    | Здоровьесберегающие технологии в организации занятий по ДОП: принципы и конкретные приёмы.  |
| 11    | Как спланировать годовой цикл занятий в ДОП? Этапы, чередование нагрузки, учёт школьного расписания и сезонности.   |
| 12    | Методика проведения разминки и заключительной части занятия в зависимости от возраста и задач.  |
| 13    | Система оценки результатов освоения ДОП: листы достижений, портфолио, самооценка — как инструменты безотметочного образования.                                |
| 14    | Диагностика физической подготовленности обучающихся: подбор тестов, безопасность, интерпретация результатов.  |
| 15    | Как составить поурочный план занятия по ДОП? Обязательные элементы и логика построения.   |
| 16    | Ведение первичной учетно-отчетной документации педагогом допобразования: перечень документов, сроки, требования.  |
| 17    | Организация безопасных условий на занятиях: профилактика травматизма, действия при ЧС, медицинские противопоказания.  |
| 18    | Роль педагога допобразования в формировании здорового образа жизни у детей и подростков.  |
| 19    | Использование цифровых технологий в работе педагога ДОП по физической культуре: примеры и преимущества.   |
| 20    | Этические принципы профессиональной деятельности педагога дополнительного образования.  |
| 21    | Как организовать спортивный праздник или мини-фестиваль в рамках ДОП? Этапы подготовки и проведения.  |

| № п/п | Вопросы к зачету с оценкой  |
|-------|---|
| 22    | Проектная деятельность как форма вовлечения обучающихся в ДОП: примеры проектов в сфере физической культуры.  |
| 23    | Как учитывать образовательные запросы обучающихся и их родителей при реализации ДОП?  |
| 24    | Психолого-педагогическое сопровождение участников ДОП: наблюдение, рефлексия, обратная связь.   |
| 25    | Перспективы развития дополнительного образования в сфере физической культуры в контексте национальных проектов («Образование», «Спорт — норма жизни»).        |
| 26    | Сущность и цели дополнительного общеразвивающего образования в сфере физической культуры и спорта. Чем оно отличается от основного и спортивного образования? |
| 27    | Нормативно-правовое обеспечение деятельности педагога дополнительного образования: ключевые документы и их содержание.  |
| 28    | Структура дополнительной общеразвивающей программы (ДОП): основные компоненты и требования к их оформлению.   |
| 29    | Принципы построения ДОП в области физической культуры: добровольность, вариативность, личностная ориентация, безопасность.                                    |
| 30    | Как учитывать возрастные особенности обучающихся 7–10, 11–13 и 14–17 лет при проектировании занятий по физической культуре?                                   |
| 31    | Методика выявления и сопровождения одарённых детей в системе дополнительного образования по физической культуре.  |
| 32    | Особенности работы с детьми с ОВЗ и функциональными нарушениями в рамках ДОП: принципы инклюзии и адаптации.  |
| 33    | Основные типы учебных занятий в ДОП по физической культуре: характеристика, цели, примеры.  |
| 34    | Игровой и соревновательный методы в дополнительном образовании: возможности и ограничения применения.   |
| 35    | Здоровьесберегающие технологии в организации занятий по ДОП: принципы и конкретные приёмы.  |
| 36    | Как спланировать годовой цикл занятий в ДОП? Этапы, чередование нагрузки, учёт школьного расписания и сезонности.   |

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки |   |
|---------|---|-------------------------|---|
| 5       | Зачет с оценкой                           | «отлично»               | выставляется студенту, если выполнены задания по курсу без недочетов, дан полный и развернутый ответ на поставленный вопрос к итоговому контролю, пройден тест по курсу, по БРС |

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки |  |
|---------|---|-------------------------|--|
|         |   |                         | количество баллов составляет 85-100 баллов;  |
|         |   | «хорошо»                | выставляется студенту, если выполнены задания по курсу, но имеются некоторые недочеты, дан достаточно полный и развернутый ответ на поставленный вопрос к итоговому контролю, пройден тест по курсу, по БРС количество баллов составляет 70-84 баллов;       |
|         |   | «удовлетворительно»     | выставляется студенту, если выполнены или частично выполнены задания по курсу, имеются значительные недочеты, дан неполный ответ на поставленный вопрос к итоговому контролю, пройден тест по курсу, по БРС количество баллов составляет 55-69 баллов        |
|         |   | «неудовлетворительно»   | выставляется студенту, если не выполнены задания по курсу, не было ответа или дан неправильно на поставленный вопрос к итоговому контролю, не пройден или пройден тест по курсу, но с очень низкими баллами, по БРС количество баллов составляет 0-54 баллов |

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

| №<br>п/п | Авторы, составители | Заглавие (заголовок)  | Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.) | Год издания | Количество в научной библиотеке /<br>Наименование ЭБС |
|----------|---------------------|---|---|-------------|---|
| 1        | Байбородова Л.В.    | Методика преподавания по программам дополнительного образования в избранной области деятельности: учебное пособие для среднего профессионального образования / под редакцией Л. В. Байбородовой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 241 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06828-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/590592">https://urait.ru/bcode/590592</a> (дата обращения: 30.01.2026). | учебное пособие для среднего профессионального образования                  | 2026        | Юрайт   |
| 2        | Родионов А.В.       | Подготовка педагога дополнительного образования в области физической культуры: психологическое сопровождение в детско-юношеском спорте : учебник для среднего профессионального образования / под общей редакцией А. В. Родионова. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 251 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12560-3. — Текст : электронный //   | учебник для среднего профессионального образования                          | 2026        | Юрайт   |

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Авторы, составители</b> | <b>Заглавие (заголовок)</b>   | <b>Тип (учебник, учебное<br/>пособие, учебно-<br/>методическое пособие,<br/>практикум, др.)</b> | <b>Год издания</b> | <b>Количество в<br/>научной<br/>библиотеке /<br/>Наименование<br/>ЭБС</b> |
|------------------|----------------------------|---|---|--------------------|---|
|                  |                            | Образовательная платформа Юрайт<br>[сайт]. — URL:<br><a href="https://urait.ru/bcode/587595">https://urait.ru/bcode/587595</a> (дата<br>обращения: 30.01.2026). |   |                    |   |



### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОH, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
  - <https://e.lanbook.com/>
  - <https://dspace.tltsu.ru/>
  - <http://www.studentlibrary.ru/>
  - <https://new.znaniy.com/>
  - <http://www.iprbookshop.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

| № п/п | Наименование ПО   | Реквизиты договора<br>(дата, номер, срок действия)  |
|-------|---|---|
| 1     | Windows:<br>WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL<br>Acadmс                            | договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно;<br>контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно |
| 2     | Office Standard:<br>Office Stdandard 2013 Russian OLP<br>NL AcademicEdition | договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно  |

### 8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

| № п/п | Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)   | Перечень основного оборудования   |
|-------|---|---|
| 1     | Кабинет теории и история физической культуры и спорта. Кабинет теории и методики организации физкультурно-спортивной работы. Кабинет методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности. Кабинет методики преподавания по дополнительным | Столы ученические двухместные , стулья, стол преподавательский, доска аудиторная(меловая) |

| №<br>п/п | <b>Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)</b>  | <b>Перечень основного оборудования</b>   |
|----------|---|--|
|          | общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (УЛК-411) |  |
| 2        | Помещение для самостоятельной и воспитательной работы обучающихся (УЛК-105)   | Столы, стулья, стеллажи (в т.ч. выставочные) с книгами, компьютеры, мобильные рабочие места. |
| 3        | Помещение для самостоятельной и воспитательной работы обучающихся (УЛК-406)   | Столы компьютерные, стулья, микрокомпьютеры raspberry pi 32 bit                              |