**31ФК МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы (ОФСР)**

**5 семестр**

**Теория (вопросы для ознакомления)**

**1.**Особенности внеурочных форм занятий. Основные понятия, типы, формы и виды спортивного туризма. Концепция развития спортивно-оздоровительного туризма в России. Основные положения правил соревнований по туризму.

**2**.Типичная направленность, содержание и методика построения крупных форм: самодеятельные тренировочные занятия, физкультурно-рекреативные занятия, соревнования.

**3.**Правила сочетания упражнений, стимулирующих развитие физических качеств. Принципиальные основы сочетания различных методических направлений при воспитании физических качеств. Проблема обеспечения «переноса» умений, навыков, тренированности.

**4.** Сочетаемость упражнений.

**5.** Организация, содержание и проведение спортивных праздников школьников («Веселые старты», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Лыжные гонки», «Легкоатлетические кроссы» и др.).

**6.**Методика проведения подвижных перемен школьников. Организация, содержание и проведение «Часа здоровья» в школе.

**7**.Организация, содержание и проведение занятий физическими упражнениями в группах продленного дня.

**8.**Оздоровительно-профилактические мероприятия в режиме учебного дня учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста. Методика формирования правильной осанки. Основы самоконтроля за физическим состоянием школьников.

**9.**Методика формирования правильного свода стопы и профилактика плоскостопия школьников.

**10**.Методика закаливания школьников.

**11.** Дыхательная гимнастика школьников.

**12.**Глазодвигательная гимнастика школьников.

**Практическая часть**

1. Распределение нагрузки и отдыха в ДОУ и школе.
2. Распределение нагрузки и отдыха в колледжах, училищах и ВУЗах.
3. Организационные основы и методика проведения военизированных игр, экскурсий, малых туристских мероприятий.
4. Физкультурные мероприятия в режиме учебного дня учащихся младшего, среднего, старшего школьного возраста.
5. Методика проведения спортивного часа школьников.
6. Крупные спортивно-массовые мероприятия. Соревнования допризывной молодёжи.
7. Управление в физкультурном образовании различных возрастных групп населения.

**Подготовленный теоретический и практический материал отправить на эл. почту.**

***Экзамен:*** *5 семестр*

***Дифф.зачёт:*** *8 семестр*

***Преподаватель: Гостренко Татьяна Викторовна***

***Эл. почта:*** [**tanya.gostrenko97@mail.ru**](mailto:tanya.gostrenko97@mail.ru)