Дьяков Сергей Михайлович
Подписан: Дьяков Сергей Михайлович
DN: OU=Директор, O="СПб ГБПОУ Техникум ""Автосервис"" (МЦПК)"", CN=Дьяков Сергей Михайлович, E=t.avtoservis@obr.gov.spb.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2024.02.09 14:12:04+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Методические и иные документы, разработанные для обеспечения образовательного процесса Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Street Workout»

Методические материалы

Для организации обучения по Программе используются различные методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

При организации теоретических и практических занятий педагог использует:

- Методы обучения:

словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция),

наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение), показ (выполнение) педагогом, работа по образцу),

практический (выполнение практических работ)

- Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

объяснительное - иллюстративный – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

частично-поисковый – участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом (при подготовке к соревнованиям);

- Формы организации деятельности обучающихся на занятиях:

Фронтальная: используется при объяснении нового материала. Применяется при одновременной работе педагога со всеми обучающимися;

индивидуально - фронтальная – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

групповая: организация работы в малых группах, в том числе в парах (взаимодействие между педагогом и парой обучающихся, выполняющих под его руководством общее учебное задание).

При организации занятий используются методы активного обучения, направленные на развитие у обучающихся самостоятельного базовых технических компетенций.

Дидактические средства:

- Видео, аудио-материалы технических материалов, фильмов;
- Подборки спортивных игр,
- Раздаточный материал;
- Плакаты;
- Мультимедийные материалы;
- Методические разработки занятий;
- Технологические карты.
- Электронные носители с обучением воркауту.

Информационные источники

Для педагога:

1. Актуальность возвращения комплекса «Готов к труду и обороне» для физического здоровья и гармоничного развития человека / Е. Г. Подкопаева [и др.]. // Перспективы науки. – 2020. – № 6. – С. 18-20.

2. Баталова, Е. А. Возрождение комплекса ГТО и его роль в здоровьесбережении студенческой молодёжи / Е. А. Баталова, Г. И. Семёнова. // Развитие технологий здоровьесбережения в современном обществе: материалы международной конференции в рамках

Уральского конгресса по здоровому образу жизни, 27 мая 2016 г. / УрФУ. – Екатеринбург, 2019. – С. 112-115.

3. Баталова, Е. А. Исследование актуальных проблем внедрения комплекса ГТО в УрФУ / Е. А. Баталова, Г. И. Семёнова. // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в образовательных организациях : материалы научно-практической конференции с международным участием, 11 декабря 2015 г. / УрФУ. – Екатеринбург, 2018. – С. 85–88.

4. Баталова, Е. А. Результаты сдачи норм ГТО студентами, занимающимися воркаутом / Е. А. Баталова, Г. И. Семенова // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов: материалы IV Всероссийской научно-методической конференции с международным участием. Казань, 16- 18 ноября 2018 г. / под ред. Р. А. Юсупова, Б. А. Акишина. – Казань: Изд-во КНИТУ-КАИ, 2018. – 544 с.

5. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы / Н. В. Паршикова [и др.]. – Москва: Советский спорт, 2015. – 60 с.

6. Гордиенко, А. И. История развития и программа тренировок «Street-Workout» / А. И. Гордиенко. // Современные здоровьесберегающие технологии: материалы междунар. научн-практ. конф., 23-24 марта 2018 г. / ГГТУ. – Орехово-Зуево, 2015. – С. 27-35.

7. Капустин, М. А. Воркаут – спорт, доступный каждому / М. А. Капустин, И. Г. Клепиков. // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма : материалы Междунар. науч-практ. конф., 13 апреля 2017 г. / РИНХ. – Ростов-на-Дону, 2017. – С. 72-76.

8. Колпакова, Е. В. Развитие workout, как уличное направление спорта / Е. В. Колпакова, Т. Н. Ражникова. // Научные исследования и разработки: материалы XIX Междунар. науч-практ. конф., 22 февраля 2017 г. / Олимп. – Астрахань, 2017. – С. 399-401. 63

9. Малышева, А. В. Создание и дизайн уличных спортивных площадок как важное условие популяризации здорового образа жизни / А. В. Малышева, И. С. Абоимова. // Молодежный научный форум: электронный научный журнал. – 2016. – № 7 [Электронный ресурс]. – URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=26369559.

10. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л. П. Матвеев. – Санкт–Петербург : Лань, 2014. – 158 с. 64

11. Меньшенина, А. И. Воркаут: актуальность, проблемы и перспективы развития / А. И. Меньшенина, Е. А, Пантюхова. // Научные тенденции: педагогика и психология: материалы IX междунар. науч. конф., 04.08.2017 г. / ЦНК МНИФ «Общественная наука». – Санкт-Петербург, 2017 – С. 20-21.

12. Рачковская, О. В. Воркаут: проблемы и перспективы / О. В. Рачковская. // XXV Страховские чтения: материалы всерос. науч. конф., 02-03. ноября 2017 г. / Перо. – Москва, 2017. – С. 228-232.

13. Хайруллин, Р. А. Street Workout как культура формирования здорового образа жизни / Р. А. Хайруллин. // Молодежь. Инициатива. Развитие: материалы II регионального форума, 27 февраля 2016 г. / РГППУ. – Екатеринбург, 2016. – С. 171-176.

Для обучающихся и родителей:

1. Возрастная физиология и психофизиология: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / Е. А. Югова, Т. Ф. Турова. - 2-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. – 333 с.

2. Гилдаш, М. В. Массовая физическая культура в парках и скверах / М. В. Гилдаш, Ю. Д. Овчинников. // Вестник спортивной истории: электронный научный журнал. – 2019. – № 2 [Электронный ресурс]. – URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=37034086.

3. Ефимов, Е. С. К вопросу о влияние street workout на организм человека / Е. С.

Ефимов, И. В. Орехова. // Студенческая наука XXI века: электронный научный журнал. – 2016. – № 4 [Электронный ресурс]. – URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=27337841.

4. Макарова, Г. А. Справочник детского спортивного врача: клинич. аспекты / Г. А. Макарова. - Москва : Совет. спорт, 2018. - 437 с.: ил; 25 см. - Библиогр.: С. 426-437.

5. Шумкова, Н. В. Движение «Воркаут» в социокультурном пространстве российской молодежи / Н. В. Шумкова. // Социальное развитие полиэтнических регионов российской федерации. II Сухаревские чтения : материалы Всерос. научн-практ. конф., 24 декабря 2012 г. / Научный центр социально-экономического мониторинга. – Саранск, 2016 – С. 207-201. 66

Дополнительные источники:

1.Кропотухина, О. С. Сохранение здоровья и увеличение продолжительности жизни населения страны – одна из главных задач комплекса ГТО / О. С. Кропотухина. // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского фикультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: материалы Всероссийской научно-практической конференции, 20 ноября 2014. / УрГПУ. – Екатеринбург, 2016. – С. 63-66.

2. Курамшин, Ю. Ф. Комплекс ГТО в системе воспитания студентов: история создания и развития / Ю. Ф. Курамшин, Р. М. Гадельшин. // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 7. – С. 9-12.

3. Якимова, М. В. Воркаут площадки как современное средство уличных тренировок / М.В. Якимова, Л. В. Лукиенко. // Лучшая студенческая статья 2018: сборник статей XVII Международного научноисследовательского конкурса, 25 ноября 2018 г. / Наука и просвещение. – Пенза, 2018. – С. 86–89.

Интернет-ресурсы:

1. Воркаут: программы тренировок [Электронный ресурс]. – URL: http://fb.ru/article/189329/vorkaut---eto-vorkaut-programmyi-trenirovok (дата обращения 04.08.2018).

2. Воркаут тренировки [Электронный ресурс]. – URL: https://www.kakprosto.ru/kak-825877-chto-takoe-vorkaut#ixzz4vIh7IZGt (дата обращения 05.08.2018).

3. Воркаут экипировка [Электронный ресурс]. – URL: http://fb.ru/article/57800/neobyichnaya-meloch-perchatki-dlya-turnika#image5 (дата обращения 05.05.2019).

4. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.gto.ru (дата обращения 22.05.2019).

5. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Документы [Электронный ресурс]. – URL: http://www.gto.ru/document (дата обращения 22.05.2019).

6. Заярская, Г. В. Из истории возникновения уличного вида спортastreet workout / Г. В. Заярская, В. П. Захарова. // Молодежь и общество. – Москва : Российский государственный социальный университет, 2014. – С. 187–197. [Электронный ресурс]. – URL: Издательство: https://elibrary.ru/item.asp?id=23886041

7. История Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс]. – URL: http://www.gto.ru/history (дата обращения 07.06.2019).

8. Официальный сайт Федерации воркаута в России. Copyright 2018. World Pull-up

Day.com [Электронный ресурс]. – URL: Сайт проекта: http://worldpullupday.com

9. Петров, Д. Е. Воркаут – путь оздоровления населения / Д. Е Петров, А. В. Сомов. // Научно-методический электронный журнал концепт: электронный научный журнал. – 2017. – № 9 [Электронный ресурс]. – URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=29010617.

10. Синицын, В. В. Workout: фитнес на улицах Твери / В. В. Синицын, В. Н. Новикова. // Физическая культура и спорт Верхневолжья: электронный научный журнал. – 2015. – № 8 [Электронный ресурс]. – URL: https://elibrary.ru/item.asp?id=25026143.

11. Что такое Street Workout, его история и виды [Электронный ресурс]. – URL: http://zdorovko.info/workout/ (дата обращения 06.08.2018).