Департамент по образованию администрации Волгограда

Муниципальное учреждение дополнительного профессионального образования «Центр развития образования Волгограда»

(МОУ ЦР0)

у.в.кириллов

Утверждаку

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации

«Образовательная программа в области предотвращения допинга»

Волгоград, 2018

Автор — разработчик: П.А.Киселев, старший методист МОУ ЦРО, отличник физической культуры Российской Федерации, почетный работник физической культуры Монголии.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании Совета МОУ «Центр развития образования Волгограда»

 Протокол № от СС с) ( 2018 года

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Цель реализации программы.

Допинг представляет собой серьезную проблему, значимость которой в настоящее время вышла за рамки спорта и, в частности, оказалась связана с репутационными потерями для страны в целом. Решение данной проблемы не может ограничиваться контрольно-запретительными мерами; не менее важно формирование у обучающихся, а также у специалистов в области физической культуры и спорта (тренеры, преподаватели) установки о нетерпимости к данному явлению на ценностно-мотивационном уровне.

Целью предлагаемой программы является повышение компетентности слушателей курсов в противодействии применению учащимися допинга, на основе формирования представлений и воспитания личностного выбора, направленного на здоровый образ жизни (далее — ЗОЖ).

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

 ознакомить слушателей с основными нормативными документами и н е д оформировать у слушателей курсов теоретические знания и практические у уредоставить практический материал, направленный на формирование мотивации у учащихся к систематическим занятиям ФКиС. нПланируемые результаты обучения.

и В результате обучения слушатели, осуществляющие педагогическую WITeJIbHocTb в образовательной области предмета «Физическая культура»: п - расширят профессиональные знания в области правых и нормативных документов, регламентирующих учебную и внеурочную деятельность; повысят компетентности в области истории развития Олимпийского движения, в йпзработке рабочей программы с учетом новых требований ФГОС; ознакомятся с образовательными технологиями, направленными на формирование ЗОЖ, современными требованиями к организации физкультурнортортивной работы во внеурочное время в целях повышения мотивационной и учебно-познавательной деятельности учащихся.

©держание программы.

е Содержание программы разработано на основе Федеральных законов Воссийской Федерации, нормативных документов Минобрнауки Российской Федерации и других нормативных актах, регулирующих преподавание предмета «Физическая культура» в новых условиях современной школы.

и Программа знакомит слушателей с методологическими основами ФГОС, с яримерными авторскими программами и разработкой рабочей программы учителя предметника, с новыми подходами в преподавании основных видов физкультурной деятельности, с инновационными способами и методами —ния педагогических задач.

Ж Занятия проводятся в виде онлайн лекций с использованием презентаций, и

видеозаписей уроков и внеклассных мероприятий.

В течение всего процесса обучения со слушателями проводится диагностика профессиональных затруднений, определяются пути их преодоления.

В процессе самостоятельной работы слушатели знакомятся с дополнительной методической литературой.

СО ЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| п/п | Наименование тем и разделов | Часы |
|  | Спорт высших достижений.* Игры Древней Греции.
* Современное олимпийское движение.

ВАДА в борьбе по противодействию применения допинга |  |
|  | Нормативно правовые документы педагога в условиях введения ФГОС 000.Изменения в системе общего образования и приоритетные направления развития системы образования.Основные требования к специальным знаниям законодательных актов и т.д., при выполнении обязанностей.Должностные обязанности учителя- предметника |  |
|
|  | Планирование и организация урочной и внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС. - Рабочая программа учителя.* Проведение уроков ФК разной направленности.
* Внеурочная работа в школе.
* Школьные спортивные клубы.
* Организация и проведение школьных соревнований
 |  |
|  | Психология подросткового возраста.Личный пример педагога.Здоровый образ жизни и профилактика табакокурения в подростковой среде общеобразовательной школы |  |
|  | Подвижные игры на уроках ФК в условиях введения ФГОС.Подвижные игры и их классификация.Обучение двигательным навыкам подвижных игр.Подвижные игры как раздел программы ФВ в школе |  |
|  | Итоговая аттестация |  |

Календа ный чебный г а ик

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| п/п | Наименование тем | Всего тиСОВ  | Форма проведения | Форма контроля |
| лекции | ие |
|  | Спорт высших достижений |  |  |  |  |
|  | Нормативно-правовые документы педагога в условиях введения ФГОС000 |  |  |  | Тестиров ание знаний |
|  | Планирование и организация урочной и внеурочной деятельности в условиях еализации ФГОС |  |  |  |  |
|  | Психология подросткового воз аста |  |  |  |  |
|  | Подвижные игры на уроках ФК в условиях введенияФГОС |  |  |  | Тестиров ание знаний |
|  | Итоговая аттестация |  |  |  | Тестиров ание знаний |
| Итого часов |  |  |  |  |

З. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Средством оценки результатов освоения программы является итоговая аттестация, целью которой является оценить уровень полученных теоретических знаний слушателями курсов.

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования, которое заключается в выборе правильного ответа из нескольких предложенных вариантов. Всего вопросов - 30.

Слушатели по окончании 45 минут отсылают вопросник с ответами на электронный адрес МОУ ЦРО (vmtzvolgograd@mail.ru).

Слушателю, правильно ответившему на 15 и более вопросов, выставляется «зачет», менее 15 - «не зачет»;

Выносимые на аттестацию примерные вопросы по тестовым заданиям прилагаются.

Слушатели, не прошедшие итоговую аттестацию, могут пройти ее повторно в сроки, установленные решением аттестационной комиссии.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Программа реализуется в дистанционной форме. Слушателям курсов, прошедшим обучение по данной программе, и успешно сдавшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца, свидетельствующее о приобретении дополнительных профессиональных навыков.

Материально-технические условия реализации программы.

Лекционные занятия проводятся специалистами в учебной аудитории МОУ ЦРО с демонстрацией презентаций и видео по отдельным темам программы.

5. КОМПОНЕНТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Перечень литературы.

Нормативно-правовая база:

* Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
* Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изм. и доп. на 26 июля 2017 года);
* Приказ МОиН РФ от З 1.12.2015 № 1576 «О внесении изменений ФГОС НОО», утвержденных 06.10.2009 № 373;
* Приказ МОИН РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении ФГОС СОО»;  Приказ МОИН РФ от 04.10.2010 № 986 «Требования к оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;
* Приказ Минобрнауки РФ от 31.03.2014 № 253 «Федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию в образовательном процессе в ОУ, реализующих образовательные программы общего образования»;
* Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиНа 2.4.2821-10 «Санитарноэпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ;  Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.43172-14 Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
* Постановление Министерства труда РФ от 06.04.2001 № 30 «Положение о порядке разработки и утверждения правил и инструкций по охране труда»;  Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
* Письмо Минобрнауки РФ от 18.10.2013 № ВК-710/09 «О рекомендациях по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивномассовых мероприятий с обучающимися»
* Приказ Минобрнауки РФ от 04.10.2010 № 986 «Федеральные требования к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;
* Приказ Минобрнауки РФ 2010 «О введении третьего дополнительного часа ФК в общеобразовательных школах Российской Федерации»;
* Письмо Минобрнауки РФ от 26.03.2002 № 30-51-197/20 «О повышении роли физической культуры и спорта в ОУ»;
* Письмо Департамента общего образования Минобрнауки РФ от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС общего образования»;
* Приказ Минобрнауки РФ от 13.09.2013 № 1065 «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных клубов и студенческих спортивных клубов»;
* Письмо Минобрнауки РФ от 10.08.2011 № МД 1077/19 и Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ от 10.08.2011 № НП-02-07/4568 «О методических организациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов»,
* Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;
* Приказ Минобрнауки РФ от 22.12.2014 № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

МетоДические пособия:

* Базунов Б.А. / «Спорт ХХ век. Хроника отечественного и мирового спорта». М.: «Советский спорт», 2001.
* Киселев П.А., Киселева СБ. / Картотека подвижных игр и игровых заданий учителя физической культуры. Волгоград: Учитель, 2018;
* Киселев П.А., Киселева СБ. / Подвижные и спортивные игры с мячом. Методическое пособие — М.: Планета, 2015;
* Киселев П.А., Киселева СБ., Киселёва Е.П. / Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время. Методическое пособие — М.: Планета, 2013;
* Киселев П.А., Киселева СБ. / Настольная книга учителя ФК. Подготовка школьников к Олимпиадам (всероссийским, региональным, городским, районным, школьным). Методическое пособие — М.: Планета, 2013;
* Киселев П.А., Киселева СБ. / Тестовые вопросы и задания по ФК. Методическое пособие — М.: Планета, 2013;
* Киселев П.А., Киселева СБ. / Справочник учителя физической культуры. Методическое пособие — Волгоград: Учитель, 2010;
* Киселев П.А. / Меры безопасности на уроках физической культуры. Методическое пособие — Волгоград: Экстремум, 2004;
* Киселев П.А. / Культурно-исторические основы физической культуры. Часть 1 Вопросы и ответы по Олимпийскому движению. Волгоград: Корифей, 2010;
* Калинина Л.В. / Основы теории и методики подвижных игр. Учебное пособие. - Волгоград: ВГАФК, 2001;
* Лях В.И. / Программа ФК 1-4. Пособие — М.: Просвещение,2014;  Лях В.И., Виленский МЛ. / Программа ФК 5-9. Пособие — М.: Просвещение,
* Лях В.И. / Программа ФК 5-9. Пособие — М.: Просвещение,2014.

Приложение

ФИО слушателя должность

Образовательное учреждение

Количество правильных ответов



 «зачет» «не зачет»

Инструкция по выполнению тестового задания.

К каждому вопросу предложено несколько варианта ответов. Ваша задача заключается в выборе варианта ответа, который, по Вашему мнению, является правильным. Букву выбранного варианта запишите в графе Ответ

Допинг — это фармакологический препарат, искусственно

А — повышающий работоспособность и спортивный результат;

Б укрепляющий иммунную систему и способствующий быстрому восстановлению организма после больших физических нагрузок; В — все ответы верны.

Ответ:

2. Учитель должен знать законодательные, нормативные правовые акты и требования к специальным знаниям для

А — их применения при выполнении должностных обязанностей; Б — общего представления об образовательном процессе; В — получения квалификационной категории при аттестации.

Ответ:

З. Назовите факторы риска в образе жизни людей

А — гиподинамия, психические стрессы;

Б — переедание, алкоголизм, наркомания, курение; В — все перечисленное.

Ответ:

Международный Олимпийский Комитет учредил специальную Медицинскую Комиссию по антидопинговому контролю вгоду.

А- ...1957... Б- . .1967... в- .1974... Г— . . . 1984...

Ответ:



5. Основная образовательная программа образовательного учреждения разрабатывается

А — Министерством образования и науки РФ;

Б — специально созданными научно- исследовательскими коллективами; В — педагогическими работниками данного учреждения.

Ответ:



Основная ответственность за применение запрещенных препаратов лежит на

А — тренере; Б — спортивном враче; В — спортсмене.

Ответ:



Систематическое употребление веществ (табак, алкоголь), изменяющих психическое состояние человека, не доводящее до физической зависимости от них специалисты расценивают как

А — асоциальное поведение; Б — респективную привычку; В — вредную привычку; Г — консеквентное поведение.

Ответ:

Физическое развитие представляет собой процесс

А — обеспечивающий развитие физических качеств на протяжении всей жизни;

Б — непрерывного обучения жизненно необходимым двигательным навыкам; В — формирования и изменения биологических форм и функций организма человека под влиянием условий жизни и воспитания; Г — все перечисленное.

Ответ:

1. Назовите не обязательный раздел рабочей программы педагога

А — содержание тем учебного курса;

Б — результаты освоения учебной деятельности; В — общая характеристика учебного курса; Г — тематическое планирование.

Ответ:



1. Соблюдение мер безопасности учащимися на уроке физической культуры регулируется

А — Законом «Об образовании в Российской Федерации»;

Б — утвержденными инструкциями образовательного учреждения; В — постановлением главного государственного санитарного врача.

Ответ:

Здоровый образ жизни предполагает

А — упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек; Б — регулярное посещение врача;

В — физическую и интеллектуальную активность; Г — рациональное питание и закаливание.

Ответ:

Закаливание —это повышение

А — резистентности организма посредством применения биологически активных добавок;

Б — устойчивости организма к психологическим воздействиям;

В — сопротивляемости организма к различным внешним воздействиям; Г — сопротивляемости организма к утомлению.

Ответ:

Время хранения допинг-тестов спортсменов - олимпийцев составляет лет.

. . .6. . . В— ...восемь... Г— ...10.. Ответ:

К какому виду допинга относятся алкоголь и мочегонные средства? А — Психотропным стимуляторам.

Б — Специфическим видам допинга.

В — Наркотическим и болеутоляющим веществам.

Ответ:



15. Учащихся с незначительными изменениями в состоянии здоровья и не имеющих достаточного уровня физической подготовленности относят к мед. группе.

А— ...основной.... Б— ...подготовительной..... В— специальной Ответ:



Организация, призванная следить за нераспространением применения допинга среди спортсменов

А- УЕФА; Б- ФИФА; В - ВАДА; Г- МОК.

Ответ:



Обучение двигательным действиям строится в соответствии с

А — закономерностями формирования двигательных навыков;

В — пожеланиями учащихся;

Б — задачами физического образования; Г — целевыми установками обучения.

Ответ:



Укажите 2 правильных ответа. По каким анализам, в соответствии с правилами МОК, определяют наличие допинга в организме: А — кровь; Б — моча; В — кал; Г — слюна.

Ответ:



1. Ведущей двигательной деятельностью учащихся начальной школы является

А — игровая; Б — физкультурно-оздоровительная; В — соревновательная.

Ответ:



1. Величина физической нагрузки зависит от

А — соотношения продолжительности работы и отдыха;

Б — характера отдыха;

В — интенсивности упражнения; Г — все перечисленное.

Ответ:



Оценка физического состояния человека, это оценка

А — морфологических показателей и физических способностей;

Б — функций кровоснабжения;

В — физической подготовленности;

Г — морфологических и функциональных показателей.

Ответ:



Физическая подготовленность — это уровень

А — развития физических качеств человека;

Б — овладения жизненно важными движениями;

В — сформированности двигательных умений и навыков; Г — все перечисленное.

Ответ:



Укажите группу препаратов, которые относятся к допинговым средствам

А — адаптогены растительного и животного происхождения;

Б — стимуляторы деятельности центральной нервной системы;

В — анаболизирующие средства растительного происхождения;

Г — белковые, углеводные и липидные продукты повышенной биологической ценности.

Ответ:



Отличительным признаком умения является

А — нестандартность параметров и результатов действия; Б — автоматическое выполнение действий; В — стереотипность параметров действия.

Ответ:

25. К внешним признакам утомления не относится

А — потоотделение; Б — мимика; В — дыхание; Г — артериальное давление.

Ответ:



Наиболее распространенными побочными эффектами применения гормона роста (hgh) является

|  |  |
| --- | --- |
| А — сердечно-сосудистую болезнь; | Б — аномальное развитие органов; |
| В — риск возникновения диабета; | Г — все перечисленное. |

Ответ:



Осанкой называется

А — силуэт человека;

Б — привычная поза человека в вертикальном положении;

В — качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие; Г — пружинные характеристики позвоночника и стоп.

Ответ:



При первом выявлении употребления допинговых средств спортсмен подвергается

А — дисквалификации на 2 года; Б — дисквалификации на 4 года; В — дисквалификации пожизненно; Г — штрафом в 1 000 000 $.

Ответ:



Основой методики воспитания физических качеств является

А — систематичность выполнения упражнений; Б — постепенное повышение силы воздействия; В — возрастная адекватность нагрузки;

Г — цикличность педагогических воздействий.

Ответ:



Какие факторы влияют на развитие человека?

А — Экологические и социальные. Б — Наследственные и генетические.

В — Эндогенные и экзогенные. Г — Все перечисленные. Ответ:



Ключ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 |  | 17 | 25 г |
| 2 | 10 - Б | 18-Б,Г | 26 г |
| з -в | 11 | 19 | 27 - Б |
|  | 12 - в | -г | 28 — А |
|  | в-в |  | 29 - Б |
| 6 | 14 - Б | 22 | 30 - в |
| 7-в | 15 - Б |  |  |
| 8 | 16 - | 24 — А |  |