

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна
Должность: Директор
Дата подписания: 28.08.2026 09:59:09
Уникальный программный ключ:
d3b1376ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.07.05 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ПРЕДМЕТА
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Профиль	Физическая культура и спорт
Форма обучения	Заочная

Автор(ы): канд. пед.наук, доцент, Власова О.П.
кафедры БЖФК

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры. Протокол от 16.02.2025 № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ. Протокол от 16.02.2025 № 6.

Актуализирована на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры. Протокол от 30 июня 2026 г. № 10.

Нижний Тагил
2026

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование компетенции, обеспечивающей осуществление обучения, воспитания и развития средствами физической культуры с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся

Задачи:

Сформировать знания:

- о научно-практических основах физической культуры и здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек.
- о правилах и способах планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
- о мерах профилактики и травматизма и правилах безопасности при проведении занятий по физической культуре.

Сформировать умения:

- организовывать процесс обучения физической культуре обучающихся разного возраста;
- использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.
- разрабатывать документы планирования для образовательной организации, проведения различных форм занятий по физической культуре

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная дисциплина «Методика преподавания предмета «Физическая культура» входит в базовую часть предметно-методического модуля по профилю Физическая культура образовательной программы подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование профиль «Физическая культура и спорт». Изучение дисциплины базируется на освоении дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «Гимнастика с методикой преподавания», «Легкая атлетика с методикой преподавания», «Плавание с методикой преподавания», «Лыжная подготовка с методикой преподавания», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания».

Дисциплина «Методика преподавания предмета «Физическая культура» реализуется на кафедре безопасности жизнедеятельности и физической культуры.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование универсальной компетенции:

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
ПК-1 – Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).	Знает: - роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества; - современные концепции организации и реализации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях различных типов; - специфику содержания образования по предмету 'Физическая культура', принципы и подходы к его построению, многообразие профессионально-образовательных программ; - основы информационно-технологического обеспечения учебно-воспитательного процесса по предмету 'Физическая культура' в учреждениях общего среднего образования различных типов; - единство образования и развития в технологии практической реализации учебного процесса по предмету. - основные этапы развития предмета; - структуру научно-методических основ данной дисциплины; - сущность образовательно-инструктивной, оздоровительно-рекреативной и воспитательно-развивающей направленности содержания и методов преподавания предмета в их взаимосвязи и единстве; - возрастные закономерности развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков, их дифференцирование по половой принадлежности учащихся;
	ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями	Умеет: - обосновать содержание предмета для конкретного образовательного учреждения; - осуществить отбор учебного материала, адекватного целям и задачам предмета; - разработать документы перспективного (годового), оперативного (семестр, триместр, четверть) и текущего программирования целей, задач, содержания образования, форм организации учебного процесса по предмету; - определять наиболее характерные для всего

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
	ФГОС ОО.	класса ошибки усвоения двигательного действия на уроке; - находить эффективные средства и методы предупреждения и исправления ошибок техники выполнения изучающего двигательного действия; - обеспечить взаимосвязь обучения и развития двигательных качеств на уроке; - обеспечить взаимосвязь образовательных и воспитательных задач в процессе урока физической культуры; - активизировать деятельность учащихся на уроке; - выполнять контрольные функции в процессе урока после завершения изучения темы (раздела), четверти (семестра, триместра) и учебного года; - организационно завершить урок; - выявлять позитивные и негативные стороны своей педагогической деятельности в каждом из технологических циклов, и их причины; - использовать элементы исследовательской работы в процессе преподавания данного предмета.
	ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	Владеет: - методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке; - оценкой результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета; - методикой формирования мотивации учебной деятельности учащихся на уроке физической культуры.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану 216 ч., 6 з.е.

Вид работы	Форма обучения	
	заочная	
	7 семестр	8 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108 часов	108 часа

Контактная работа, в том числе:	10	12
Лекционные занятия	4	4
Практические занятия	6	8
Самостоятельная работа, в том числе:	89	87
Контроль	9	9
Промежуточный контроль	Экзамен	Экзамен

4.2. Тематический план дисциплины для заочной формы обучения

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа			Самост. работа	Оценочны е средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточ ной аттестации
		Лекции	Практич. занятия	Из них в интеракт. форме			
7 семестр							
1. Содержание предмета «Физическая культура» в педагогической системе. Цель и задачи физкультурного образования школьников России	50	2	4		44	Обсужден ие и оценка на практичес ких занятий	Экзамен. Вопросы экзамены.
2. Основы организации физического воспитания в образовательных организациях	58	2	2		54	Обсужден ие и оценка на практичес ких занятий	
Всего	108	4	6		98		
8 семестр							
3. Программно-методическое обеспечение учебного процесса по физической культуре обучающихся 1-11-х классов в условиях модернизации образования	50	2	4		44	Обсужден ие и оценка на практичес ких занятий	Экзамен. Вопросы экзамены.
4. Методические основы формирования физической культуры личности	58	2	4		52	Обсужден ие и оценка на практичес ких занятий	
Всего	108	4	8		96		

Типовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, критерии и шкалы оценивания, а также методические рекомендации для обучающихся представлены в приложении к рабочей программе дисциплины.

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1. Содержание предмета «Физическая культура» в педагогической системе. Цель и задачи физкультурного образования школьников России (2 часа)

Лекционное занятие 1. Современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура». Инновационный подход к физическому и духовному воспитанию. Индивидуальный подход как один из важнейших принципов базового курса физического воспитания в общеобразовательной школе.

Практические занятия 1, 2. Содержание предмета «Физическая культура» в педагогической системе. Цель и задачи физкультурного образования школьников России (4 часа).

Учебные вопросы:

1. Организация физкультурного образования дошкольников в соответствии с ФГОС.
2. Организация физкультурного образования школьников 1-4 классах в соответствии с ФГОС.
3. Организация физкультурного образования школьников 5-8 классах в соответствии с ФГОС.
4. Организация физкультурного образования школьников 9-11 классах в соответствии с ФГОС.

Задание. Разработка примерного положения по организации физического воспитания обучающихся образовательных организаций. Работа в группах 3-4 чел.

Тема 2. Основы организации физического воспитания в образовательных организациях (2 часа)

Лекционное занятие 2. Основы организации физического воспитания в образовательных организациях

Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию школьников. Личность преподавателя, требования к его профессиональным способностям, подготовленности и мастерству. Классификация уроков (типы, виды, разновидности) по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся.

Практическое занятие 3. Основы организации физического воспитания в образовательных организациях (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Характеристика типов, видов и разновидности уроков по целевой направленности, предметному содержанию и решению задач

Задание: Выполнить сравнительный анализ содержания уроков по целевой и решению задач. Сформулировать содержание задач образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности уроков по предмету «Физическая культура».

Тема 3. Программно-методическое обеспечение учебного процесса по физической культуре обучающихся 1-11-х классов в условиях модернизации образования (2 часа)

Лекционное занятие 3. Программно-методическое обеспечение учебного процесса по физической культуре обучающихся 1-11-х классов в условиях модернизации образования

Структура организации учебного процесса по предмету «Физическая культура». Содержание учебных программ по предмету «Физическая культура». Особенности организации уроков по физической культуре при трехчасовой учебной нагрузке. Личностно-ориентированный подход в процессе использования инновационных технологий физического воспитания обучающихся. Оценивание образовательных результатов, формируемых в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура» (личностные, предметные и метапредметные результаты).

Практические занятия 4, 5. Программно-методическое обеспечение учебного процесса по физической культуре обучающихся 1-11-х классов в условиях модернизации образования (4 часа)

Учебные вопросы:

1. Обзор учебных программ по физической культуре в ОО.
2. Формирование УУД у обучающихся на занятиях ФК.
3. Организация физкультурного образования в соответствии с ФГОС.

Задание. Составление конспекта урока (технологической карты урока) по физической культуре в соответствии с содержанием тематического планирования примерной рабочей программы (для учащихся 1-11-х классов): титульная часть документа, подробное содержание урока в графах таблицы. Работа в группах 3-4 чел.

Тема 4. Методические основы формирования физической культуры личности (2 часа).

Лекционное занятие 4. Методические основы формирования физической культуры личности. Педагогический характер физического воспитания и его специфические особенности. Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока.

Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями. Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное.

Практические занятия 6, 7. Методические основы формирования физической культуры личности (4 часа)

Учебные вопросы:

1. Методика организации и проведения урока по физической культуре

Задание: Организовать и провести фрагмент урока по физической культуры по заданной тематике, цели и содержанию в соответствии с методическими требованиями с предоставлением отчетной документации (конспект урока, технологическая карта урока). Педагогический анализ урока. Обсуждение

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная:

1. Шивринская, С.Е. Урок физической культуры как пространство самовоспитания подростка [Электронный ресурс] : монография — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2022. — 158 с.

2. Суржок, Т.Г. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т.Г. Суржок, О.А. Тарасова. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : ИЭО СПбУТУиЭ, 2023. — 263 с.

3. Иванов, С. А. Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2022. – 148 с. : ил.

4. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник для студ. Учреждений высш. Проф. Образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 14-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2023. – 480 с. – (Сер. Бакалавриат)

Дополнительная:

1. Земсков, Е.А. Гимнастика: типология уроков физической культуры в школе [Электронный ресурс]: учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Физическая культура, 2008. — 192 с.

2. Третьякова Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Текст] /Третьякова Н.В., Андрюхина Т.В., Кетриш Е.В. – М.:Спорт-Человек, 2016.

3. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2008. — 28 с.

4. Шерин, В.С. Словарь-справочник по правовым основам физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: слов.-справ. — Электрон. дан. — Томск : ТГУ, 2011. — 24 с.

5. Гогонов, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие для пед. вузов по спец. "Физ. культура и спорт" / Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартынов. - 2-е изд., дораб. - Москва : Академия, 2004. - 223 с.

6. Евсеев, Ю. И. Физическая культура [Текст]: учебное пособие для вузов / Ю. И. Евсеев. - Изд. 6-е, доп. и испр. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. – 444 с:

7. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] : [учеб. пособие для вузов по спец. 033100 -Физ. культура] / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2005. - 265 с.

8. Теория и методика физической культуры [Текст] : [учеб. для вузов по направлению 521900 "Физ. культура" и спец. 022300 - "Физ. культура и спорт"] / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - Москва : Советский спорт, 2004. - 463 с. :

9. 500 игр и эстафет [Текст] : [Пособие-граффити] / [В. В. Кузин, С. А. Полиевский, А. Н. Глейberman и др.]; Науч. Ред. В. В. Кузина и С. А. Полиевского. – Москва : Физкультура и спорт, 2003. – 303, [1] с.

10. Вайнбаум, Я. С. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : [учеб. пособие для вузов по спец. 033100 – Физическая культура] / Я. С. Вайнбаум, В. И. Коваль, Т. А. Родионова. – Москва : Академия, 2002. – 233, [1] с.

11. Кожухова, Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст] : [учеб. пособие для фак. Дошк. Образования пед. Вузов] / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; под ред. С. А. Козловой. – Москва : Академия, 2022. – 315 с.

12. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] : [учеб. пособие для пед. Вузов по спец. 030900 – Дошк. Педагогика и психология, 031100 – Педагогика и методика дошк. Образования] / Э. Я. Степаненкова. – Москва : Академия, 2021. – 364 с.

5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
---	---

https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/	Электронные базы данных НТГСПИ
https://www.ntspi.ru/library/periodika/	Периодика НТГСПИ
https://iprmedia.ru	ЭБС «Ай Пи Эр Медиа»
https://ibooks.ru	ЭБС «Айбукс»
https://urait.ru	ЭБС Юрайт
http://e.lanbook.com	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
http://elibrary.ru	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
http://www.consultant.ru	«КонсультантПлюс»
http://cyberleninka.ru	НЭБ «КиберЛенинка»
https://polpred.ru	ООО «Полпред-Справочники» (база данных)
https://eivis.ru	ООО «ИВИС»
www.delpress.ru	«Деловая пресса»

5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда РГППУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).
5. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».
6. Microsoft Office.
7. Kaspersky Endpoint Security.
8. Adobe Reader.
9. Free PDF Creator.
10. 7-zip (<http://www.7-zip.org/>).
11. LibreOffice.
12. Браузеры Firefox, Яндекс.Браузер.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Помещения

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

6.2. Оборудование и технические средства обучения

6.2.1. Оборудование, в т.ч. специализированное

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки. Спортивное оборудование: бинты, шины, муляжи.

6.2.2. Технические средства обучения

Презентации лекций, видео-презентации, видео-лекции, учебные кинофильмы, аудиозаписи, онлайн-платформы.

6.2.3. Учебные и наглядные пособия

Печатные и электронные учебные пособия и наглядный материал: графические изображения, схемы, таблицы, раздаточный материал.