

**СОЧИНСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)  
федерального государственного автономного образовательного  
учреждения высшего образования  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ ИМЕНИ ПАТРИСА ЛУМУМБЫ»**

Отделение среднего профессионального образования

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Петенко Александр Тимофеевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 28.04.2023  
Уникальный программный ключ:  
28acbc88a6d3ce11b5b992501f9a43df0bc7b81d

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**"Методика обучения предмету "Физическая культура"**

---

(наименование дисциплины)

**Освоение учебной дисциплины ведется в рамках реализации основной образовательной программы среднего профессионального образования (ОП СПО):**

**49.02.01 Физическая культура**

---

(код и наименование специальности/профессии ОП СПО)

**Квалификация:**

**Педагог по физической культуре и спорту**

---

(наименование квалификации)

Сочи,  
2023 г.

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **ПМ.03.01 Методика обучения предмету "Физическая культура"**

*название дисциплины*

## **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины ПМ.03.01 Методика обучения предмету "Физическая культура" является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС "Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)"

Обучение студентов методике преподавания физической культуры.

## **1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.**

Учебная дисциплина ПМ.03.01 Методика обучения предмету "Физическая культура" входит в Профессиональный цикл Профессиональной подготовки.

## **1.3. Цели и задачи – требования к результатам освоения учебной дисциплины.**

формирование профессионально-педагогического мышления, обогащение знаниями в области педагогики и профессиональной деятельности специалиста физической культуры;

формирование навыков и умений в профессиональной деятельности, овладение базовыми средствами и методами организации и проведения учебного процесса по физической культуре;

воспитать у студентов творческую активность и инициативу в обучении и профессиональной подготовке;

сформировать ответственность за физическое и морально-нравственное здоровье учащихся.

научить студентов осознавать личностную и социальную значимость профессии педагога по физической культуре.

### **В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:**

- место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании; основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) школьников;

требования образовательного стандарта и программы учебного предмета «Физическая культура»;

требования к современному уроку физической культуры;

логику планирования при обучении предмету «Физическая культура»;

содержание, методы, приемы, средства и формы организации деятельности, обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора; приемы, способы страховки и само страховки;

логику анализа урока физической культуры;

методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры;

основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры;

формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;

виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению

### **В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:**

$\frac{F_0}{20}$  находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;

$\frac{F_0}{20}$  использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся;

$\frac{F_0}{20}$  подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;

$\frac{F_0}{20}$  использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств;

$\frac{F_0}{20}$  применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;

$\frac{F_0}{20}$  устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;

$\frac{F_0}{20}$  проводить педагогический контроль на занятиях;

$\frac{F_0}{20}$  оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставлять отметки

**В результате освоения учебной дисциплины студент должен иметь навыки и (или) опыт деятельности:**

анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию;

определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;

применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;

проведения диагностики физической подготовленности обучающихся;

наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

ведения учебной документации.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Объем программы 302 часов, в том числе:

аудиторной учебной нагрузки обучающегося 226 часов;

самостоятельной работы обучающегося 58 часов.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

*Таблица 1. Виды учебной работы по периодам освоения ООП СПО для формы обучения - очная.*

| Вид учебной работы   | Всего, ак. ч. | Семестр(-ы) |     |   |   |   |   |
|--|---------------|-------------|-----|---|---|---|---|
|  |               | 5           | 6   |   |   |   |   |
| <b>Контактная (аудиторная) работа (всего)</b>                    | 226           | 50          | 176 |   |   |   |   |
| в том числе:   | -             | -           | -   | - | - | - | - |
| лекции (если предусмотрено)                                      | 96            | 20          | 76  |   |   |   |   |
| в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено) | -             | -           | -   |   |   |   |   |
| лабораторные занятия (если предусмотрено)                        | -             | -           | -   |   |   |   |   |
| в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено) | -             | -           | -   |   |   |   |   |
| практические занятия (если предусмотрено)                        | 130           | 30          | 100 |   |   |   |   |
| в том числе в форме практической подготовки (если предусмотрено) | -             | -           | -   |   |   |   |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>               | 58            | 18          | 40  |   |   |   |   |
| в том числе:   | -             | -           | -   | - | - | - | - |
| в форме практической подготовки (если предусмотрено)             | -             | -           | -   |   |   |   |   |
| Часов на контроль:   | 18            | 18          | -   |   |   |   |   |
| Промежуточная аттестация в форме: (зачет/дифзачет/экзамен)       | -             | Эк          | Др  |   |   |   |   |
| Общая трудоемкость час   | 302           | 86          | 216 |   |   |   |   |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ПМ.03.01 Методика обучения предмету "Физическая культура"

Таблица 2. Содержание дисциплины/МДК по видам учебной работы

| НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛА ДИСЦИПЛИНЫ   | Вид учебной работы* | Кол-во часов |
|---|---------------------|--------------|
| Содержание раздела (темы)   |                     |              |
| <b>Освоение методики обучения предмету «Физическая культура»</b>  | <b>212</b>          |              |
| Содержание предмета «Физическая культура» в системе общего образования  | Лек                 | 4            |
| Урок как основная форма организации занятий по физической культуре в общеобразовательном учреждении   | Лек                 | 4            |
| Планирование, анализ и контроль процесса обучения на уроке по физической культуре. Основные документы планирования учебного материала урока физической культуры | Лек                 | 4            |
| Учебная документация к организации и проведению урока физической культуры в общеобразовательном учреждении  | Лек                 | 4            |
| Содержание программного материала по лыжной подготовке в общеобразовательном учреждении   | Лек                 | 8            |
| Структура построения урока по лыжной подготовке в общеобразовательном учреждении.   | Лек                 | 6            |

|  |     |    |
|--|-----|----|
| Средства, методы и приемы обучения двигательным действиям на уроках по лыжной подготовке   | Лек | 10 |
| Методика развития физических качеств на уроке по лыжной подготовке.  | Лек | 10 |
| Цели и задачи предмета «Физическая культура». Основные концепции учебного предмета «Физическая культура» Федеральный государственный образовательный стандарт как документ, определяющий требования к результату усвоения, структуре и условиям реализации образовательной программы по предмету «Физическая культура»   | Лек | 10 |
| Структура содержания образования по предмету «Физическая культура». Примерные программы по физической культуре начального и среднего (полного) общего образования. Требования образовательного стандарта и примерных программ учебного предмета «Физическая культура».   | Лек | 12 |
|  | СР  | 40 |
| Формы и методы взаимодействия с родителями или лицами их заменяющими, как субъектами образовательного процесса.  | Пр  | 10 |
| Планирование, анализ и контроль процесса обучения на уроке по физической культуре. Основные документы планирования учебного материала урока физической культуры. Логика планирования при обучении предмету «Физическая культура» Планирование урока физической культуры. Подготовка учителя к уроку. Логика анализа урока физической культуры в общеобразовательном учреждении с точки зрения реализации требований к организации и методике проведения урока. | Пр  | 16 |
| Показатели эффективности урока физической культуры в общеобразовательном учреждении. Контроль процесса обучения на уроках физической культуры. Задачи, виды, функции и формы организации контроля на уроке. Требования к контролю.   | Пр  | 16 |

|  |           |    |
|--|-----------|----|
| <p>Методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры. Диагностика физических качеств и физической подготовленности учащихся.</p> <p>Проведение тестирования учащихся по физическим качествам. Нормативы физической подготовленности учащихся. Использование результатов диагностики в планировании урока физической культуры.</p>  | Пр        | 20 |
| <p>Основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры. Критерии оценки и выставления отметок. Виды учета успеваемости обучающихся на уроке физической культуры</p>   | Пр        | 16 |
| <p>Документация учителя физической культуры к организации и проведению урока физической культуры в общеобразовательном учреждении.</p> <p>Нормативное обеспечение урока физической культуры в общеобразовательном учреждении.</p> <p>Требования к оформлению и ведению документации.</p>   | Пр        | 12 |
| <p>Структура построения урока по спортивным играм. Средства, методы и приемы обучения двигательным действиям на уроках по спортивным играм. Методика развития физических качеств на уроке спортивных игр.</p> <p>Подготовка преподавателя к уроку.</p> <p>Методы и приемы регулирования нагрузки на уроке по спортивным играм. Меры предупреждения травматизма на уроке по спортивным играм.</p> | Пр        | 10 |
| <p><b>Проведение уроков физической культуры по основным общеобразовательным программам</b></p>   | <b>90</b> |    |
| <p>Методика проведения урока гимнастики в общеобразовательном учреждении.</p> <p>Методические особенности и задачи урока гимнастики в общеобразовательном учреждении</p>   | Лек       | 4  |
| <p>Методика проведения урока легкой атлетики в общеобразовательном учреждении</p>  | Пр        | 10 |
| <p>Методика проведения урока по спортивным играм в общеобразовательном учреждении.</p> <p>Методические особенности и задачи урока по спортивным играм в общеобразовательном учреждении.</p>  | Пр        | 10 |

|   |     |    |
|---|-----|----|
| Методика проведения урока по подвижным играм в общеобразовательном учреждении.<br>Содержание программного материала по подвижным играм в общеобразовательном учреждении | Пр  | 10 |
|   | СР  | 18 |
| Экзамен   | Эк  | 18 |
| Методика проведения урока по лыжной подготовке в общеобразовательном учреждении.  | Лек | 8  |
| Методические особенности и задачи урока по лыжной подготовке в общеобразовательном учреждении   | Лек | 8  |
| Методы, приемы, средства и формы организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры, логика и критерии их выбора.                                       | Лек | 4  |

\* - Лек – лекции; Пр – практические занятия; СР – самостоятельная работа; ЛР – лабораторные работы.

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены специальные помещения, приведенным в п 6.3 основной образовательной программы специальности.

Таблица 3. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| Тип аудитории | Оснащение аудитории<br>Специализированное учебное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости) |
|---------------|--|
|---------------|--|

|   |  |
|---|--|
| <p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p>                          | <p>Комплект специализированной мебели, маркерная доска; кафедра; автоматизированное рабочее место преподавателя: компьютер AMD Ryzen, монитор LCD 24" Philips, интерактивная панель 86", имеется выход в интернет<br/>Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный</p>  |
| <p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации<br/>(Компьютерный класс)</p> | <p>Комплект специализированной мебели; доска аудиторная меловая, автоматизированные рабочие места (процессор не ниже Intel Core i5, оперативная память объемом не менее 16Gb;(SSD 500 GB HDD 1 TB); проектор EPSON, проекционный экран, имеется выход в интернет<br/>Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный</p> |
| <p>Аудитория для самостоятельной работы обучающихся</p>   | <p>Комплект специализированной мебели; Телевизор LED LG 42" автоматизированные рабочие места (процессор не ниже AMD Ryzen, оперативная память объемом не менее 8 Гб; SDD 500 GB, моноблок Lenovo Intel i3), имеется выход в интернет<br/>Программное обеспечение: Операционная система Windows 10 Pro; Office Professional 2007, Kaspersky Endpoint security для бизнеса - Стандартный</p>                             |

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

#### Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### *Основные источники:*

1. Готовцев Е. В., Машошина И. В., Германов Г. Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Школьный спорт. Лапта : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 402 с - Текст : электронный. - URL: <https://urait.ru/bcode/492955>
2. Алхасов Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для спо. - Москва: Юрайт, 2023. - 254 с - Текст : электронный. - URL: <https://urait.ru/bcode/514919>

##### *Дополнительные источники:*

3. Алхасов Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для спо. - Москва: Юрайт, 2023. - 441 с - Текст : электронный. - URL: <https://urait.ru/bcode/514921>

##### *Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров:
  - ЭБС Znanium <https://znanium.ru>
  - ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru>
  - Образовательная платформа Юрайт <https://urait.ru>

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН <http://mega.rudn.ru/MegaPro/Web>

2. Базы данных и поисковые системы:

- Учебный портал института <https://portal.rudn-sochi.ru/>

*Методические материалы для обучающихся*

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

*Таблица 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины*

| <b>Результаты обучения<br/>(освоенные умения, усвоенные знания)</b>   | <b>Формы и методы контроля и оценки<br/>результатов обучения</b>  |
|---|---|
| <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании;</li><li>основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) школьников;</li><li>требования образовательного стандарта и программы учебного предмета «Физическая культура»;</li><li>требования к современному уроку физической культуры;</li><li>логику планирования при обучении предмету «Физическая культура»;</li><li>содержание, методы, приемы, средства и формы организации деятельности, обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора;</li><li>приемы, способы страховки и самостраховки;</li><li>логику анализа урока физической культуры;</li><li>методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры;</li><li>основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры;</li><li>формы и методы взаимодействия с</li></ul> | <p>Анализ и оценка выполнения индивидуальных заданий, расчетных работ, опрос, тематический диктант, контрольная работа, практические занятия, домашние работы, компьютерное тестирование, Взаимоконтроль и самоконтроль студентов. Полнота и грамотность подготовленных докладов, сообщений, презентаций.</p> |

|   |   |
|---|---|
| <p>Умения:</p> <p>☞ находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;</p> <p>☞ использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся;</p> <p>☞ подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</p> <p>☞ использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств;</p> <p>☞ применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;</p> <p>☞ устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;</p> <p>☞ проводить педагогический контроль на занятиях;</p> <p>☞ оценивать процесс и результаты деятельности</p> | <p>Наблюдение, контроль преподавателя за деятельностью обучающихся, анализ и оценка оптимальности метода решения задач, беседа, опрос, практические занятия, домашние работы, компьютерное тестирование</p> |
| <p>Практический опыт:</p> <p>анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию;</p> <p>определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре;</p> <p>применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>проведения диагностики физической подготовленности обучающихся;</p> <p>наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</p> <p>ведения учебной документации.</p>   | <p>Наблюдение, контроль преподавателя за деятельностью обучающихся, анализ и оценка оптимальности метода решения задач, выполнение и защита индивидуальных заданий.</p>                                     |

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Методика обучения предмету "Физическая культура"»

Перечень вопросов для подготовки к занятиям и промежуточной аттестации, контрольных работ, содержание заданий для выполнения практических и самостоятельных работ, рекомендации по выполнению и критерии оценивания представлены в фонде оценочных средств по дисциплине «Методика обучения предмету "Физическая культура"» в Приложении к настоящей Рабочей программе дисциплины. Оценочные средства позволяют провести текущий контроль по дисциплине. По каждому средству оценивается полнота и глубина освоения, характеризующиеся показателями и критериями оценивания

Таблица 6. Показатели и критерии оценивания

| Показатель                                     | Критерий   |
|--|--|
| Пороговый<br>(узнавание)<br>«3»                | Знает: базовые общие знания;<br>Умеет: основные умения, требуемые для выполнения простых задач;<br>Владеет: работает при прямом наблюдении.  |
| Базовый<br>(воспроизведение)<br>«4»            | Знает: факты, принципы, процессы, общие понятия в пределах области исследования;<br>Умеет: диапазон практических умений, требуемых для решения определенных проблем в области исследования;<br>Владеет: берет ответственность за завершение задач в исследовании, приспосабливает свое поведение к обстоятельствам в решении проблем |
| Высокий<br>(компетентность)<br>«5»<br>max балл | Знает: фактическое и теоретическое знание в пределах области исследования с пониманием границ применимости;<br>Умеет: диапазон практических умений, требуемых для развития творческих решений, абстрагирования проблем;<br>Владеет: контролирует работу, проводит оценку, совершенствует действия работы                             |

Максимальное количество баллов по каждому оценочному средству соответствует вербальному критерию «высокий».

## 7. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ

### 7.1 Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе обучения используются активные и интерактивные образовательные технологии (формы проведения занятий):

- лекции, фронтальные опросы, презентации и защита мини-проектов;
- кейс-стади (разбор конкретных ситуаций),
- имитационные компьютерные модели;
- организации самостоятельной учебно-познавательной деятельности (индивидуальные домашние задания).