

**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: 02.12.2025  
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,  
2026 г.





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"

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 освоения, 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





- 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/>

#### 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.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки 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

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