

**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.

# **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 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

Методика проведения урока по подвижным играм в общеобразовательном учреждении. 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 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 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 (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 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 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 (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p>Знания:</p> <p>- 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 самостраховки; 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</p>	<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 (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).