

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**СТАРОБЕЛЬСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ (ФИЛИАЛ)  
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего  
образования «Луганский государственный педагогический университет»  
(Старобельский факультет (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Кафедра физической культуры и охраны жизнедеятельности**

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Старобельского факультета (филиала)  
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»



Маршуба И.В.  
2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

**По направлению подготовки:** 49.03.01 Физическая культура

**Профиль подготовки:** Физкультурное образование

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Курс:** ОФО 3 курс (5 семестр), ЗФО 3 курс (7 семестр)

Старобельск, 2023

## Лист согласования

Рабочая программа дисциплины «Методика обучения физической культуре в общеобразовательных организациях» является частью основной профессиональной образовательной программы для бакалавров всех направлений подготовки очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования — бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. № 940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования — бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» (с изменениями и дополнениями). Редакция с изменениями от 26.11.2020 г. № 1456.


### СОСТАВИТЕЛЬ:

ассистент кафедры физической культуры и охраны жизнедеятельности Старобельского факультета (филиал) ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет», **Хайнус Стефан Алексеевич.**

Утверждена на заседании кафедры физической культуры и охраны жизнедеятельности

«1» сентября 2023 г., протокол № 1


Заведующий кафедрой

 А.В. Туленцов

Одобрена на заседании учебно-методического совета Старобельского факультета (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

«15» ноября 2023 г., протокол № 3

Председатель

 О.В. Верховод

### СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора  
Старобельского факультета  
(филиал)

 А.В. Стась

«15» ноября 2023 г.

## 1. Цели и задачи дисциплины

**Цели изучения дисциплины** - овладение научным пониманием дисциплины «Методика обучения физической культуре в общеобразовательных учреждениях» является формирование у студентов знаний, отражающих закономерности формы и способы организации физического воспитания на уроках физической культуры, основных сторон и принципов обучения двигательным действиям и воспитания двигательных качеств.

### **Задачи:**

- освоение и формирование системы методических знаний и умений, обуславливающих психологию учебно-воспитательного процесса по физической культуре;
- формирование системных знаний о сущности, специфике, содержании и методах обучения по предмету «Физическая культура»;
- осознание значимости обучения двигательным навыкам и умениям, а также развития физических, морально-нравственных и волевых качеств личности учащихся на уроках физической культуры;
- преобразование педагогических знаний, навыков и умений в компоненты технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре;
- формирование готовности слушателей к педагогической практике в учреждениях общего образования.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Методика обучения физической культуре в общеобразовательных учреждениях» Б1.В.ДВ.08.01 входит в базовую (обязательную) часть формируемую участниками

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модуля), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
<b>ОПК-9.</b> Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического	<b>1.1_Б.ОПК-9</b>	<b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;</li><li>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в</li></ul>

состояния занимающихся		<p>программах дополнительного и профессионального образования;</p> <p>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре.</p>
	<b>2.1_Б.ОПК-9</b>	<p><b>Умеет:</b></p> <p>- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;</p> <p>- оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;</p> <p>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</p> <p>- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</p> <p>- пользоваться контрольно-измерительными приборами;</p> <p>- интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в индивидуальном виде спорта.</p>
	<b>3.1_Б.ОПК-9</b>	<p><b>Владеет:</b></p> <p>- навыком проведения антропометрических измерений;</p> <p>- навыками контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</p> <p>- навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся индивидуальным видом спорта.</p>

## 4. Структура и содержание учебной дисциплины

### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов / зач. ед.	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка	108/3	108/3
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов), в том числе:	36	12
Лекции	24	6

Практические занятия (в том числе семинарские)	12	6
Контроль	4	4
Самостоятельная работа студента (всего часов)	68	92
Форма аттестация	<b>Зачёт</b>	<b>Зачёт</b>

## 4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

### **Тема 1. Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура»**

Цели и задачи предмета «Физическая культура». Место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов. Основные понятия предмета «Физическая культура».

### **Тема 2. Физическая культура как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования**

Становление теории и методики преподавания предмета «Физическая культура». Современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура». Место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования. Основные концепции учебного предмета «Физическая культура».

### **Тема 3. Педагогическая система предмета «Физическая культура»**

Системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура». Основные элементы и структура педагогической системы предмета «Физическая культура». Функции педагогической системы предмета «Физическая культура».

### **Тема 4. Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура».**

Методика урока физической культуры в школе. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе.

## 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура»	4	2
2	Физическая культура как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования	4	
3	Педагогическая система предмета «Физическая культура»	2	
4	Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура»	2	2
5	Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента	2	
6	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	2	

7	Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	2	
8	Основы здорового образа жизни студента. Физическое воспитание в обеспечении здоровья	2	2
9	Социально-биологические основы физической культуры и спорта	2	
10	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	2	
<b>Итого</b>		<b>24</b>	<b>6</b>

#### 4.4. Практические занятия

№	Название темы	Объем часов	
		очная форма	заочная форма
1.	Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура»	2	2
2.	Физическая культура как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования	4	2
3.	Педагогическая система предмета «Физическая культура»	2	2
4.	Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура»	4	
<b>Итого</b>		<b>12</b>	<b>6</b>

#### 4.5 Самостоятельная работа

№	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			очная форма	заочная форма
1.	Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура»	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	16	24
2.	Физическая культура как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	18	22
3.	Педагогическая система предмета «Физическая культура»	Подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск источников, написание и оформление рефератов в соответствии с заданиями	18	22
4.	Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура»	Подготовка к практическим занятиям и к промежуточному контролю знаний и умений. Самостоятельный поиск источников научно-технической информации, изучение	16	24

Итого	68	92
-------	----	----

## 5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

*Структурно-логические:* в процессе изучения лекционного материала предполагает его поэтапное усвоение студентом с постановкой цели (тема конкретной лекции, как структурной единицы логической цепочки изучаемого курса) и задач (освоение темы посредством рассмотрения и разбора каждого из пунктов плана входящего в неё).

*Работа в команде:* совместная работа студентов при выполнении практических заданий.

*Активизация обучения:* с целью развития познавательного интереса, умения находить подходы к решению проблемы студенту в самостоятельной работе ставится задача при работе с информационным ресурсом Интернет суметь обобщить информацию по заданной теме.

## 6. Формы контроля освоения учебной дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим лекционные занятия по дисциплине в форме контрольной работы.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачета (включает в себя ответ на теоретические вопросы). Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплине.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачета. Студенты, выполнившие 75% текущих и контрольных мероприятий на «отлично», а остальные 25 % на «хорошо», имеют право на получение итоговой отличной оценки.

### Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические занятия (10 бал. * 6 занятий)	60
Самостоятельная работа	20
Зачёт	20
Всего:	100

### Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Практические занятия (20 бал. * 3 занятия)	60
Самостоятельная работа	20
Зачёт	20
Всего:	100

### Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачёта
Отлично	90–100	<b>А</b> – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	<b>В</b> – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	<b>С</b> – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	<b>Д</b> – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	<b>Е</b> – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные	



		программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	<b>FX</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	<b>F</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

## 7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

### а) основная литература:

1. Мухина М. П. Физкультурное образование школьников: учебное пособие / М.П. Мухина. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2014. - 400 с.
2. Яковлев Б. П. Психология физической культуры: учебник / под ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. - Москва: Спорт, 2016. - 624 с.
3. Коджаспиров Ю. Г. Секреты успеха уроков физкультуры учебно-методическое пособие / Ю. Г. Коджаспиров. - Москва: Спорт, 2018. - 192 с.
4. Шивринская С. Е. Урок физической культуры как пространство самовоспитания подростка / С. Е. Шивринская. - Москва: ФЛИНТА, 2017. - 158 с.

### б) дополнительная литература:

1. Ильина Г. В. Формирование готовности студентов к реализации непрерывной физкультурной деятельности детей: монография / Г.В. Ильина. - 3-е изд. стер. - Москва: ФЛИНТА, 2020. - 230 с.
2. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 520 с.
3. Мельникова Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. - Москва: Спорт, 2017. - 432 с.

4. Скурихина Н. В. Рефлексивно-деятельностная педагогика как социокультурный фактор развития физической культуры в современном обществе / Н.В. Скурихина. - Красноярск: СФУ, 2016. - 160 с.

5. Шивринская С. Е. Урок физической культуры как пространство самовоспитания подростка / С.Е. Шивринская. - Москва: ФЛИНТА, 2017. – 158 с.

**в) Интернет-ресурсы.**

1. <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970447673.html>
2. [https://www.studentlibrary.ru/book/sibgufk\\_034.html](https://www.studentlibrary.ru/book/sibgufk_034.html)
3. <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223283.html>
4. <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785919301462.html>
5. <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785000322505.html>

## **8 Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Освоение дисциплины предполагает использование академических аудиторий Факультета, соответствующих действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины будут использованы мультимедийные средства; наборы слайдов и кинофильмов.

Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук,) и т.п.

Практические занятия: презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

## **9 Лист дополнений и изменений**

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения /дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)