

Федеральное государственное бюджетное учреждение
профессиональная образовательная организация
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



УТВЕРЖДАЮ
Директор  А.А.Солонкин

«28» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Методика обучения предмету «Физическая культура»

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Брянск 2025 г.

Программа по дисциплине Методика обучения предмету «Физическая культура» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968 и примерной образовательной программой по специальности 49.02.01 физическая культура, утвержденной Федеральным учебно-методическим объединением в системе среднего профессионального образования по УГПС 49.00.00 (Протокол № 4 от 05.05.2023г.).

Разработчик:

Карпенкова Елена Николаевна – преподаватель ФГБУ ПОО «БГУОР», преподаватель высшей категории.

Рассмотрена на заседании **ПЦК общепрофессиональных дисциплин**
Протокол № 1 от «28» августа 2025 г.

Председатель ПЦК  Рейх Е.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

 А.Н.Моисеев

« 28 » августа 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ МДК.03.01

Методика обучения предмету "Физическая культура"

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина МДК.03.01. Методика обучения предмету «Физическая культура» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии: ОК 1 - 11, ПК 1.1 - 1.5.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен:
иметь практический опыт:

- ✓ 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;

уметь:

- ✓ находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;
- ✓ использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся;
- ✓ подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;
- ✓ использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств;
- ✓ применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
- ✓ устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;
- ✓ проводить педагогический контроль на занятиях;
- ✓ оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставять отметки;

- ✓ осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков;
- ✓ анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их;

знать:

- ✓ место и значение предмета "Физическая культура" в общем образовании;
- ✓ основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) обучающихся;
- ✓ 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 анализ 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.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	96
в том числе:	
теоретическое обучение	38
практические занятия	58
Итоговая аттестация (зачет с оценкой)	-

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. час	Коды компетенций и личностных результатов
РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»		22	
Тема 1. Предмет теории и методики обучения (дидактики) физической культуре. «Физическая культура» как учебный предмет в содержании общего образования.	Содержание: Особенности курса «Теория и методика обучения предмету Физическая культура». 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. Нормативные документы, регламентирующие деятельность в области школьной физической культуры.	4	ОК-01, ОК-02, ОК-08 ВД 3 (3): ПК 3.1, ПК-3.3, ПК 3.4, ПК 3.5
Тема 1.2. Основные понятия предмета «Физическая культура»	Содержание: Основные понятия предмета «Физическая культура»: «предмет «Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета «Физическая культура», «педагогический процесс по предмету «Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету «Физическая культура», «методика», «методический прием».	2	
Тема 1.3. Педагогическая система предмета «Физическая культура». Цель, содержание и формы организации учебного процесса, методы их реализации.	Содержание: Системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура». Основные элементы и структура педагогической системы предмета «Физическая культура» и ее функции. Значение и формирование цели предмета «Физическая культура». Проблемы целеполагания в теории и практике преподавания физической культуры. Процедуры целеполагания в циклах технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».	4	ОК-02
	Практическое занятие 1. Отбор оптимального содержания, методов и форм реализации учебно-воспитательного процесса по физической культуре.	2	
	Самостоятельная работа: Роль содержания предмета «Физическая культура» в педагогической системе. Структура содержания образования по предмету «Физическая культура».	2	
Тема 1.4. Требования образовательного стандарта и программы учебного предмета	Содержание: ФГОС как основной документ, регламентирующий учебный процесс по физической культуре, его положения: основы знаний о физкультурной деятельности, способы физкультурной деятельности различной направленности, требования к уровню подготовки обучающихся, минимальные требования к оснащенности учебного процесса. Вариативный компонент стандарта. Доминирующие	4	ОК-02

«Физическая культура»	факторы, лежащие в основе разработки регионального компонента содержания образования по физической культуре. Документы, регламентирующие содержание образования по предмету «Физическая культура»: базисный учебный план, обязательный минимум содержания образования по дисциплине		
	Практическое занятие 2-3. Реализация требований ФГОС основного общего образования (анализ) -----(взять из лекции)	4	
РАЗДЕЛ 2. ДИДАКТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» - ОСОБЕННОСТИ ДИДАКТИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ, ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ.		34	
Тема 2.1. Особенности преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе	Содержание: Особенности дидактических процессов предмета «Физическая культура». Функции дидактических процессов. Особенности психофизиологических и педагогических основ образовательного процесса в предмете «Физическая культура». Физическая подготовленность, физическое развитие, навыки учебного труда школьников, состояние их здоровья как компонент реальных учебных возможностей по дисциплине «физическая культура». Мотивы и интересы учащихся на уроках физической культуры.	2	ОК-01, ОК-02, ОК-08 ВД 3 (3): ПК 3.1, ПК-3.3, ПК 3.4, ПК 3.5
	Практическое занятие 4. Стадии формирования двигательных навыков и этапы процесса обучения. Особенности методики обучения двигательным действиям школьников.	2	
Тема 2.2. Единица функционирования дидактических процессов по предмету «Физическая культура».	Содержание: Функциональная единица (шаг) дидактических процессов по предмету «физическая культура»: определение, структура, связь по этапам. Дидактические принципы предмета «Физическая культура». Компоненты структуры деятельности учителя физической культуры.	4	
Тема 2.3. Урок в дидактической системе предмета «Физическая культура».	Содержание: Урок в структуре дидактических процессов по предмету «физическая культура»: определение, место, развитие теории и практики уроков (исторический аспект). Урок в процессе обучения физической культуре. Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе. Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. Типы и виды уроков по предмету «Физическая культура»: классификация и общая характеристика. Способы построения уроков физической культуры. Требования к современному уроку физической культуры. <i>Современные образовательные технологии на уроках фк в школе.</i> https://nmc58.ru/files/news/newsfile20230206171005.pdf	6	ОК-01, ОК-02, ОК-08 ВД 3 (3): ПК 3.1, ПК-3.3, ПК 3.4, ПК 3.5
	Практическое занятие 5. Методика организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры	2	
	Практическое занятие 6. Содержание деятельности обучающихся и учителя в подготовительной, основной и заключительной	2	

	части занятия по физической культуре в школе.		
	Практическое занятие 7. Особенности методики проведения уроков физической культуры в 1-4 классах	2	
	Практическое занятие 8. Особенности методики проведения уроков физической культуры в 5-9 классах	2	
	Практическое занятие 9. Особенности методики проведения уроков физической культуры в 10-11 классах	2	
	Практическое занятие 10. Анализ форм организации учебного процесса и их содержательное наполнение.	2	
	Практическое занятие 11. Организация занятий с учащимися разных медицинских групп здоровья	2	
	Практическое занятие 12. Проектная деятельность на уроках физической культуры в школе.	2	
Тема 2.4. Техника безопасности во время проведения уроков физической культуры	Содержание: Основные причины травматизма при занятиях физической культурой. Основы техники безопасности на уроках физической культуры. Правила безопасности при организации и проведении физкультурно-оздоровительной, учебной и внеклассной работы в общеобразовательной школе. Нормативно-правовое регулирование техники безопасности по физической культуре. Обязательный перечень общеобразовательных документов по технике безопасности в образовательном учреждении.	2	
	Самостоятельная работа: Методика разработки инструкций по технике безопасности по базовым видам спорта.	2	
РАЗДЕЛ 3. ПРОГРАММИРОВАНИЕ, ПЛАНИРОВАНИЕ, КОНТРОЛЬ И УЧЕТ В ТЕХНОЛОГИИ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ШКОЛЕ		46	
Тема 3.1. Программирование и планирование в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»	Содержание: Сущность и содержание планирования и программирования в системе предмета «Физическая культура». Общие требования, предъявляемые к планированию. Виды, формы и методы планирования учебно-воспитательного процесса.	4	ОК-01, ОК-02, ОК-04, ОК-08 ВД 3 (3): ПК 3.1, ПК-3.3, ПК 3.4, ПК 3.5
	Практическое занятие 13-16. Алгоритм разработки рабочих программ на портале «Единое содержание общего образования» https://edsoo.ru/	8	
	Практическое занятие 17-20. Составление плана-конспекта урока по физической культуре	8	
	Самостоятельная работа: Анализ рабочих программ на портале «Единое содержание общего образования» https://edsoo.ru/	2	

Тема 3.2. Педагогический контроль и учет в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»	Содержание: Понятие контроля и учета в технологии учебно-воспитательного процесса. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе. Формы организации и требования контроля в учебно-воспитательном процессе. Основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры.	4	
	Практическое занятие 21-23. Анализ урока по физической культуре в общеобразовательных учебных учреждениях. Цели и методы анализа урока по физической культуре в школе. Схема анализа урока.	6	
	Практическое занятие 24-26. Пульсометрия как метод определения нагрузки урока по частоте сердечных сокращений	6	
	Практическое занятие 27-29. Хронометрирование как метод определения продуктивности урока по физической культуре.	6	
Тема 3.3. Самоконтроль на уроках фк и при самостоятельных занятиях	Содержание: Понятие «самоконтроль». Способы развития навыков самоконтроля на уроках физической культуры. Методические рекомендации по организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.	2	
Итоговая аттестация (зачет с оценкой)		-	
Всего:		96	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет дисциплины Методика обучения предмету «Физическая культура», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 образовательной программы по данной специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе: учебник для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 689 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20500-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569295> (дата обращения: 19.07.2025).

3. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562057> (дата обращения: 19.07.2025).

4. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебник / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563233> (дата обращения: 19.07.2025).

5. Германов, Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика: учебник для вузов / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. —

Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 461 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04548-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563494> (дата обращения: 19.07.2025).

6. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебник для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565149> (дата обращения: 19.07.2025)

7. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — М.: Спорт-Человек, 2021. — 520 с.

8. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559943> (дата обращения: 19.07.2025)

3.2.2. Основные электронные издания

Матвеев, А.П. Физическая культура (базовый уровень). Реализация требований ФГОС основного общего образования: методическое пособие для учителя / А. П. Матвеев. М.: ФГБНУ «Институт стратегии развития образования РАО», 2022. 62 с. - URL: <https://nmc58.ru/files/news/newsfile20230206171005.pdf> (дата обращения: 01.05.2025)

3.2.3. Дополнительные источники

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — М.: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебник для вузов / под общей редакцией А. А. Зайцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 321 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19931-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566879> (дата обращения: 19.07.2025)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знания:		
- основной понятийный аппарат физической культуры; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы обучения двигательным действиям; - основы обучения двигательным умениям и навыкам; - основы развития физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения; - основные составляющие урока физической культуры.	- определяет основные понятия физической культуры; - устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории и методики физической культуры; - описывает Нормативные документы, регламентирующие деятельность в области школьной физической культуры; - объясняет основные элементы и структуру педагогической системы предмета «Физическая культура» и ее функции - реализует требования ФГОС как основного документа, регламентирующего учебный процесс по физической культуре, его положения; - перечисляет и объясняет сущность методов, методических приемов и принципов физического воспитания; - осуществляет деятельность по работе с документами, регламентирующими содержание образования по предмету «Физическая культура»: базисный учебный план, обязательный минимум содержания	Устный опрос, проверочные работы, тестирование

	образования по дисциплине; - применяет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности; - описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности; Описывает формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. - использует различные типы и виды уроков по предмету «Физическая культура». - реализует различные способы построения уроков физической культуры; - учитывает требования к современному уроку физической культуры; - использует <i>современные образовательные технологии на уроках фк в школе.</i> -реализует этапы обучения двигательному действию; -определяет особенности этапов обучения двигательному действию; -перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и способностей; - объясняет и использует особенности методики воспитания физических качеств и способностей; - определяет понятия	
--	---	--

	«нагрузка» «отдых», учитывает их особенности при работе с различным контингентом; - реализует различные методы контроля на уроках физической культуры; - осуществляет оценочную деятельность учителя на уроке физической культуры, с учетом критериев выставления отметок;	
Умения:		
- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта; - использовать знания физической культуры в профессиональной деятельности; - правильно использовать терминологию в области физической культуры; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания; - находить и анализировать информацию по теории и методике физической культуры, необходимую для решения профессиональных задач.	- применяет знания о физической культуре с учетом задач профессиональной деятельности; - применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала; - определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания; - находит и использует информацию по методике физической культуры в соответствии с профессиональной задачей	Оценка результатов выполнения практической работы