

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Институт естественнонаучного образования, физической культуры и  
безопасности жизнедеятельности  
Кафедра теории и методики обучения физической культуре и безопасности  
жизнедеятельности



«УТВЕРЖДАЮ»  
Проректор по учебной работе  
Ю. А. Жадаев  
«*12*» *сентября* 2020 г.

# Методика обучения физической культуре

## Программа учебной дисциплины

Направление 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями  
подготовки)»

Профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»

*заочная форма обучения*

Волгоград  
2020

Обсуждена на заседании кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности

« 28 » 01 2020 г., протокол № 6

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

  
(подпись)


Степанко В.В.  
(зав. кафедрой)

« 28 » 01 2020 г.  
(дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета института естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности

« 17 » 02 2020 г., протокол № 5

Председатель учёного совета \_\_\_\_\_

  
(подпись)

« 17 » 02 2020 г.  
(дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»

« 2 » 03 2020 г., протокол № 6

#### Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

#### Разработчики:

Волкова Елена Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".

Программа дисциплины «Методика обучения физической культуре» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. N 125) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 02.03.2020 г., протокол № 6).

## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование готовности к реализации методик обучения и воспитания в области физической культуры.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Методика обучения физической культуре» относится к базовой части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Методика обучения физической культуре» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Адаптивная физическая культура», «Лечебная физическая культура», «Методика обучения безопасности жизнедеятельности», «Педагогика», «Психология», «Спортивная медицина», «Теория и методика физической культуры и спорта», прохождения практик «Производственная (исследовательская)», «Производственная (педагогическая) практика по безопасности жизнедеятельности», «Производственная (педагогическая) практика по физической культуре», «Производственная (психолого-педагогическая)», «Производственная (ранняя педагогическая) практика по физической культуре», «Производственная (тьюторская)», «Производственная практика (педагогическая (адаптационная))», «Учебная практика (по получению первичных профессиональных умений и навыков)».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ (ОПК-7);
- способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов (ПК-4);
- способен осуществлять преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта (ПК-13).

### **В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

#### ***знать***

- цель, задачи и содержание школьной физической культуры как элемент педагогической системы учебного предмета;
- современные концепции организации и реализации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях различных типов;
- сущность образовательно-инструктивной, оздоровительно-рекреативной и воспитательно-развивающей направленности содержания и методов преподавания предмета в их взаимосвязи и единстве;
- специфику содержания образования по предмету «Физическая культура», принципы и подходы к его построению, многообразие профессионально-образовательных программ;

#### ***уметь***

- обосновать содержание предмета для конкретного образовательного учреждения;
- разработать документы перспективного (годового), оперативного (семестр, триместр, четверть) и текущего программирования целей, задач, содержания образования, форм организации учебного процесса по предмету;
- осуществлять отбор учебного материала, адекватного целям и задачам предмета;
- использовать элементы исследовательской работы в процессе преподавания данного предмета;

**владеть**

- методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке;
- методикой формирования мотивации учебной деятельности учащихся на уроке физической культуры;
- методикой выявления позитивных и негативных стороны своей педагогической деятельности в каждом из технологических циклов, и выявлять их причины;
- оценкой результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета.

**4. Объём дисциплины и виды учебной работы**

| Вид учебной работы                | Всего часов      | Семестры          |                       |  |  |
|-----------------------------------|------------------|-------------------|-----------------------|--|--|
|                                   |                  | 5з / 5л / 6з / 6л |                       |  |  |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b> | 56               | 14 / 14 / 14 / 14 |                       |  |  |
| В том числе:                      |                  |                   |                       |  |  |
| Лекции (Л)                        | 16               | 4 / 4 / 4 / 4     |                       |  |  |
| Практические занятия (ПЗ)         | 20               | 10 / 10 / – / –   |                       |  |  |
| Лабораторные работы (ЛР)          | 20               | – / – / 10 / 10   |                       |  |  |
| <b>Самостоятельная работа</b>     | 349              | 94 / 85 / 85 / 85 |                       |  |  |
| <b>Контроль</b>                   | 27               | – / 9 / 9 / 9     |                       |  |  |
| Вид промежуточной аттестации      |                  | – / ЭК / ЭК / ЭК  |                       |  |  |
| Общая трудоёмкость                | часы             | 432               | 108 / 108 / 108 / 108 |  |  |
|                                   | зачётные единицы | 12                | 3 / 3 / 3 / 3         |  |  |

**5. Содержание дисциплины**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

| № п/п | Наименование раздела дисциплины  | Содержание раздела дисциплины  |
|-------|--|--|
| 1     | Методика обучения физической культуре в системе высшего профессионального физкультурного образования. Цели и задачи учебного предмета «физическая культура». | Современные взгляды на проблемы методики обучения физической культуре. Место и значение дисциплины «Методика обучения физической культуре» в подготовке бакалавров физической культуры. Понятия и термины в методике обучения физической культуре. Физкультурное образование для различных категорий населения России. Цель и задачи предмета «физическая культура» в учреждениях общего образования, их связь с ФГОС. Система физического воспитания. Система подготовки спортсменов, связь с ними учебного предмета «Физическая культура» и методики обучения физической культуре. |
| 2     | Содержание учебного  | Основные подходы к определению содержания  |

|   |  |   |
|---|--|---|
|   | <p>предмета «Физическая культура» в педагогической системе образовательных учреждений.</p> <p>Дидактические принципы и процессы в учебном предмете «Физическая культура». Дидактические взаимодействия субъектов в учебном предмете «Физическая культура».</p>   | <p>учебного предмета «Физическая культура».</p> <p>Реализация государственных образовательных стандартов общего образования (1-11 классы) в учебном предмете «Физическая культура» и дисциплине «Методика обучения физической культуре». Структура содержания учебного предмета «Физическая культура» в различных образовательных учреждениях. Инновационные подходы к определению содержания учебного предмета «Физическая культура». Характеристика и значение дидактических принципов. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура», их психолого-физиологические и педагогические характеристики. Психолого-физиологические и педагогические основы дидактических процессов. Субъекты обучения предмету «Физическая культура», их взаимодействия. Развитие деятельности преподавания и учения. Взаимодействие в обучении деятельности преподавания и учения. Структура обучения двигательным действиям и развития физических качеств, действия субъектов обучения. Формирование у студентов профессиональных компетенций бакалавров физической культуры.</p> |
| 3 | <p>Технология и методика реализации дидактической системы учебного предмета «физическая культура».</p> <p>Программирование, планирование и контроль в технологии учебно-воспитательного процесса в предмете «Физическая культура». Урок в дидактической системе учебного предмета «физическая культура».</p> | <p>Технология и методика преподавания и учения в системе предмета «Физическая культура».</p> <p>Целеполагание в теории и практике учебного предмета «Физическая культура». Цели учебно-воспитательного процесса. Отбор содержания, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса на уроке физической культуры. Сущность и содержание программирования и планирования в системе предмета «Физическая культура». Виды, формы и методы программирования учебно-воспитательного процесса. Контроль в технологии учебно-воспитательного процесса. Виды и формы контроля учебно-воспитательного процесса. Урок как форма организации дидактических процессов. Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе. Виды уроков в зависимости от решаемых задач. Требования к уроку физической культуры в школе. Дозирование физических нагрузок на уроке.</p>   |
| 4 | <p>Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры.</p> <p>Анализ урока физической культуры. Способы оценивания результатов обучения.</p>  | <p>Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. Фронтальная форма организации урока физической культуры. Групповая форма организации урока физической культуры. Индивидуальная форма организации урока физической культуры. Круговая тренировка как форма организации урока физической культуры. Особенности при проведении уроков различных форм. Цели и методы анализа урока физической культуры в школе. Метод хронометрирования. Метод пульсометрии.</p>  |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | Сущность оценочно-аналитического компонента технологии учебно-воспитательного процесса. Оценка и отметка в учебно-воспитательном процессе. Критерии эффективности учебно-воспитательного процесса и виды учета успеваемости. Оценочно-аналитическая информация в учебно-воспитательном процессе. Мониторинг эффективности методики обучения в общеобразовательных учреждениях. |
|--|--|--|

## 5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

| № п/п | Наименование раздела дисциплины  | Лекц. | Практ. зан. | Лаб. зан. | СРС | Всего |
|-------|--|-------|-------------|-----------|-----|-------|
| 1     | Методика обучения физической культуре в системе высшего профессионального физкультурного образования. Цели и задачи учебного предмета «физическая культура».   | 4     | 5           | 5         | 87  | 101   |
| 2     | Содержание учебного предмета «Физическая культура» в педагогической системе образовательных учреждений. Дидактические принципы и процессы в учебном предмете «Физическая культура». Дидактические взаимодействия субъектов в учебном предмете «Физическая культура».                           | 4     | 5           | 5         | 86  | 100   |
| 3     | Технология и методика реализации дидактической системы учебного предмета «физическая культура». Программирование, планирование и контроль в технологии учебно-воспитательного процесса в предмете «Физическая культура». Урок в дидактической системе учебного предмета «физическая культура». | 4     | 5           | 5         | 88  | 102   |
| 4     | Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. Анализ урока физической культуры. Способы оценивания результатов обучения.  | 4     | 5           | 5         | 88  | 102   |

## **6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### **6.1. Основная литература**

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура": {Учеб.} / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 7-е изд., стер. - М. : Изд. центр "Академия", 2009. - 472,[1] с. : ил. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Рекомендовано УМО по специальностям пед. образования. - ISBN 978-5-7695-6214-3; 20 экз. : 381-70. Холодов, Ж.К..

2. Воробьева Е.В. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в общеобразовательных учреждениях [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Воробьева Е.В., Григорьев А.А.— Электрон. текстовые данные.— Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма, 2010.— 174 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15700>.— ЭБС «IPRbooks».

### **6.2. Дополнительная литература**

1. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие/ Карась Т.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.— 131 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Тихонов А.М. Физическая культура. Системно-деятельностный подход в преподавании [Электронный ресурс]: направление подготовки: 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр/ Тихонов А.М., Кечкин Д.Д.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013.— 104 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32106>.— ЭБС «IPRbooks».

3. Макеева В.С. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/ Макеева В.С., Бойко В.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2014.— 152 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40818>.— ЭБС «IPRbooks».

4. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для студентов высших учебных заведений/ Быченков С.В., Везеницын О.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 270 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49867>.— ЭБС «IPRbooks».

5. Германов Г.Н. Урок легкой атлетики в школе. Часть I [Электронный ресурс]: монография/ Германов Г.Н., Германова Е.Г.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 242 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27260>.— ЭБС «IPRbooks».

6. Германов Г.Н. Урок легкой атлетики в школе. Часть II [Электронный ресурс]: монография/ Германов Г.Н., Германова Е.Г.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 441 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27261>.— ЭБС «IPRbooks».

7. Ермакова М.А. Методика обучения базовым видам спорта [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для студентов высшего профессионального образования, обучающихся по специальностям 060101.65 - Лечебное дело, 060103.65/ Ермакова М.А., Матявина С.И.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2014.— 149 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51454>.— ЭБС «IPRbooks».

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. [Http://elibrary.ru](http://elibrary.ru) - Научная электронная библиотека.
2. [Http://www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) - Электронная библиотечная система.
3. [Http://lib.sportedu.ru](http://lib.sportedu.ru) - Центральная отраслевая библиотека РГУФКа.
4. [Http://edu.vspu.ru](http://edu.vspu.ru) - Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета.
5. [Http://www.gumfak.ru](http://www.gumfak.ru) - Электронная гуманитарная библиотека.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Комплект офисного программного обеспечения.

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Методика обучения физической культуре» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Аудитория для проведения лекционных и практических занятий, оснащенная стандартным набором учебной мебели, учебной доской и стационарным или переносным комплексом мультимедийного презентационного оборудования.
2. Методический, наглядный и раздаточный материал для организации групповой и индивидуальной работы обучающихся (схемы, таблицы, образцы анкет, памятки, варианты тестовых заданий и бланки ответов для проведения тестирования в периоды рубежных срезов и др.).

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Методика обучения физической культуре» относится к базовой части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций, проведение практических занятий и лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена, .

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить



литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Лабораторная работа представляет собой особый вид индивидуальных практических занятий обучающихся, в ходе которых используются теоретические знания на практике, применяются специальные технические средства, различные инструменты и оборудование. Такие работы призваны углубить профессиональные знания обучающихся, сформировать умения и навыки практической работы в соответствующей отрасли наук. В процессе лабораторной работы обучающийся изучает практическую реализацию тех или иных процессов, сопоставляет полученные результаты с положениями теории, осуществляет интерпретацию результатов работы, оценивает возможность применения полученных знаний на практике.

При подготовке к лабораторным работам следует внимательно ознакомиться с теоретическим материалом по изучаемым темам. Необходимым условием допуска к лабораторным работам, предполагающим использованием специального оборудования и материалов, является освоение правил безопасного поведения при проведении соответствующих работ. В ходе самой работы необходимо строго придерживаться плана работы, предложенного преподавателем, фиксировать промежуточные результаты работы для отчета по лабораторной работе.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Методика обучения физической культуре» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.