

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 25.12.2025 14:33:27
Уникальный программный ключ:
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ 03. ПРЕПОДАВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО ОСНОВНЫМ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ

ПМ.03.1 МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

основная профессиональная образовательная программа
среднего профессионального образования
профиль профессионального образования: гуманитарный

Наименование специальности:

49.02.01 Физическая культура

Уровень образования: среднее общее образование

Форма обучения: очная

Челябинск

2025

Лист согласования

Разработчик:

Преподаватель
(занимаемая должность)

Иванов И.А.
(подпись)

Резник Г.А.
(инициалы, фамилия)

Программа утверждена на заседании

Учебно-методического совета «28» августа 2025

Протокол № 1

Одобрено представителем работодателя
Директор МБУ ДО «СШ №3»
Копейского городского округа
(занимаемая должность)


А.А.Афанасьев
(инициалы, фамилия)

Руководитель ПОП
Преподаватель колледжа ЮУрГПУ
(занимаемая должность)


М.Ю.Буслаева
(инициалы, фамилия)

Директор колледжа


М.Ю. Буслаева
(инициалы, фамилия)

СОДЕРЖАНИЕ

1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ.....	5
3.СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	9
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	10
5.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	11

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

1.1 Дисциплина ПМ.03.1 «Методика обучения предмету «Физическая культура» является частью профессионального модуля ПМ.03 «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам», а также частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 128 часов.

1.3 Цель изучения дисциплины: формирование профессиональной компетентности студента в области физической культуры.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Код и наименование компетенции по ФГОС	Код и наименование индикатора достижения компетенции
OK 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
OK 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
OK 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
OK 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
OK 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
OK 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
OK 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.
OK 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
OK 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.
ПК 3.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре.
ПК 3.3.	Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура».
ПК 3.4.	Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста.
ПК 3.5.	Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№ п/п	Наименование раздела (формулировки изучаемых вопросов)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				
		Л	ЛР	ПЗ	СРС	Всего
1	2	3	4	5	6	7
	База 11 классов – 3 курс, 5 семестр	16		40		
	База 9 классов – 4 курс, 7 семестр					
1.	Введение в теорию физической культуры. Физическая культура как социальная система	4		10		14
2.	Средства и методы формирования физической культуры личности.	4		10		14
3.	Методы обучения в физическом воспитании	4		10		14
4.	Теоретико- практические основы воспитания физических качеств и обучения двигательным действиям.	4		10		14
	База 11 классов – 3 курс, 6 семестр	20		52		
	База 9 классов – 4 курс, 8 семестр					
5.	Теоретико- практические основы воспитания физических качеств и обучения двигательным действиям.	2		10		12
6.	Общеметодические и специфические принципы обучения в физическом воспитании.	2		10		12
7.	Место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании.	4		8		12
8.	Основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) школьников	4		10		14
9.	Урок в процессе обучения физической культуре.	4		8		12
10.	Методы физического воспитания	4		6		10
	Всего	36		92		128 (Экзамен)

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
(уровни освоения: 1 – ознакомительный, 2 – репродуктивный, 3 – продуктивный)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
База 11 классов – 3 курс, 5 семестр			
База 9 классов – 4 курс, 7 семестр			
Тема 1. Введение в теорию физической культуры. Физическая культура как социальная система.	Содержание учебного материала 1. Система физической культуры. Цель и задачи системы физической культуры. 2. Общие принципы системы физической культуры. Структура и функции физической культуры. 3. Методика обучения предмету «Физическая культура» как учебная дисциплина, её основные понятия. 4. Цель и задачи физического воспитания как одного из главных факторов физического развития и оздоровления людей.	14	1
Тема 2. Средства и методы формирования физической культуры личности.	Содержание учебного материала 1. Общая характеристика средств физического воспитания. 2. Общеразвивающие, специально-подготовительные, соревновательные упражнения как средства физического воспитания. 3. Классификация физических упражнений. 4. Вспомогательные средства физического воспитания.	14	1
Тема 3. Методы обучения в физическом воспитании	Содержание учебного материала 1. Специфические методы физического воспитания 2. Общепедагогические методы 3. Игровой метод 4. Соревновательный метод 5. Методы обучения двигательным действиям 6. Методы воспитания физических качеств	14	2
Тема 4. Теоретико- практические основы воспитания физических качеств и обучения двигательным действиям.	Содержание учебного материала 1. Понятие о физических качествах. 2. Средства воспитания выносливости, методика воспитания общей и специальной выносливости. 3. Сила и средства её воспитания, методика воспитания, гибкость,	14	2

	средства и методы её воспитания. 4. Скоростно-силовые качества.		
База 11 классов – 3 курс, 6 семестр			
База 9 классов – 4 курс, 8 семестр			
Тема 5. Теоретико- практические основы воспитания физических качеств и обучения двигательным действиям.	Содержание учебного материала 1. Понятие о физических качествах. 2. Средства воспитания выносливости, методика воспитания общей и специальной выносливости. 3. Сила и средства её воспитания, методика воспитания, гибкость, средства и методы её воспитания. 4. Скоростно-силовые качества.	12	3
Тема 6. Общеметодические и специфические принципы обучения в физическом воспитании.	Содержание учебного материала 1. Обще методические принципы. 2. Принцип сознательности и активности 3. Принцип наглядности, доступности и индивидуализации 4. Специфические принципы физического воспитания	12	3
Тема 7. Место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании	Содержание учебного материала 1. Общая характеристика методики обучения предмету «Физическая культура». 2. Цели и задачи предмета «Физическая культура». «Физическая культура» как учебный предмет в содержании общего образования. Место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов.	12	2
Тема 8. Основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) школьников	Содержание учебного материала 1 Концептуальные подходы физического воспитания школьников, основанные на приоритете развивающей, образовательной, оздоровительной и тренировочной направленности. 2 Задачи модернизации системы физического воспитания: развитие индивидуальных способностей ребенка и создание условий для их самосовершенствования средствами физической культуры; обучение способам самостоятельного поиска необходимой информации, освоение новых двигательных действий путем переосмыслиния уже изученных движений, исследовательской и конструктивной деятельности, нахождение своих способов решения проблемных	14	3

	ситуаций в двигательной деятельности.		
Тема 9. Урок в процессе обучения физической культуре.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Урок физической культуры. Отличие урока физической культуры от уроков по другим дисциплинам.</p> <p>2. Содержание урока физической культуры в общеобразовательной школе.</p> <p>3. Подготовка учителя к уроку. Методическая литература и другие источники информации для подготовки к уроку физической культуры. Типы уроков. Общая и моторная плотность урока физической культуры. Подготовка спортивного оборудования и инвентаря к уроку.</p>	12	2
Тема 10. Методы физического воспитания	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Характеристика методов физического воспитания. Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы; общепедагогические методы.</p> <p>2. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха.</p>	10	3

СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Тема самостоятельной работы	Кол-во часов	Содержание самостоятельной работы по теме	Методическое обеспечение	Формируемые компетенции	Форма отчетности
Основы воспитания физических качеств	4	<ol style="list-style-type: none">1. Изучить упражнения для развития физических качеств, специфичных для отдельных видов спорта и видов спортивных упражнений. Круговая тренировка.2. Разработка комплексов упражнений на развитие физических качеств.	Список основной и дополнительной литературы	П.К 4.3.4.5	Оформить в виде реферата и презентации.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине.

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор, экран.

4.2. Информационное обеспечение обучения

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)
1. Основная литература	
1.	Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : сборник учебно-методических материалов : в 2 ч. / Д.С. Алхасов. – Москва ; Берлин : ДиректМедиа, 2015. – Ч. 1. – 227 с.
2.	Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : сборник учебно-методических материалов : в 2 ч. / Д.С. Алхасов. – Москва ; Берлин : ДиректМедиа, 2015. – Ч. 2. – 342 с
3.	Тычинин, Н.В. ОГСЭ.05 Физическая культура : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 65 с.
4.	Третьякова Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш; под общ. ред. Н. В. Третьяковой. Москва: Спорт, 2016. 280 с.
2. Дополнительная литература	
5.	Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.

4.3 Электронная учебно-методическая литература

№ п/п	Наименование	Ссылка на информационный ресурс
1.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru
2.	Педагогическая библиотека	http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php
3.	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/default.aspx
4.	Каталог образовательных информационных ресурсов	https://cspu.sharepoint.com/sites/education/
5.	Электронная библиотечная система ЮУрГПУ	http://elecat.cspu.ru/

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины Методика обучения предмету «Физическая культура» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий (в рамках самостоятельной работы), исследований.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные компетенции	освоенные умения, усвоенные знания	
ПК 3.1-3.5	<p>Должен иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решения профессиональных задач и задач профессионально-личностного самоопределения и саморазвития; - актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; - демонстрации интереса к будущей профессии; - применения творческого под хода при решении поставленных учебных задач; - проектирования и развития менеджерских и Soft-skills компетенций необходимых для будущего профессионала 	<ul style="list-style-type: none"> - проверка выполнения самостоятельной работы - оценивание выступлений на практических занятиях - собеседование
	<p>Должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать социальную и профессиональную пригодность педагогической профессии; - составить квалификационные требования к педагогической профессии; - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; 	<ul style="list-style-type: none"> - проверка выполнения самостоятельной работы - оценивание выступлений на практических занятиях
	<p>Должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> - проверка выполнения самостоятельной работы - выступление на практических занятиях - собеседование