

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 10.07.2026 16:15:51
Уникальный программный ключ:
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e985329af04f047ce2

УП: 49.03.01
Физическая культура
ЗФО 2026.plx

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖАЮ

Рабочая программа дисциплины

Физвоспитание в школе

Закреплена за кафедрой:	Теоретических основ физического воспитания
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль):	Физкультурное образование
Квалификация:	Бакалавр
Форма обучения:	заочная
Семестр:	3

Программу составил(и):

без уч. степ., старший преподаватель, Вирский Павел Евгеньевич

Тверь, 2026

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины является: формирование компетенций в области образования в сфере физической культуры.

Задачи :

1. ознакомление студентов с особенностями преподавания физической культуры в учреждениях общего полного образования
2. подготовка к прохождению педагогической практики в МОУ СОШ и тренерской практики в детских оздоровительных лагерях.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП: Б1.О

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Основным требованием к «входным» знаниям и умениям обучающегося, является прохождение учебной педагогической практики.

Дисциплина является необходимой базой для дальнейшего прохождения производственной (тренерской и педагогической) практики.

Физическая культура и спорт

Педагогическая практика

Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Педагогика физической культуры

Спортивные игры

Теория и методика обучения базовым видам спорта

Спортивно-массовые мероприятия

Педагогическая практика

Тренерская практика

Организация семейного досуга

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость	3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	108
в том числе:	
самостоятельная работа	94
часов на контроль	4

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

ОПК-10.1: Оказывает методическую и консультативную помощь

ОПК-10.2: организует взаимодействие участников деятельности для проведения различных видов спортивных мероприятий

ОПК-10.3: организует досуговой деятельности различных категорий занимающихся

ОПК-6.1: использует при проведении лекций и бесед о содержании и значении физической культуры знания истории физической культуры и спорта, идей олимпизма

ОПК-6.2: осуществляет анализ организации досуговой деятельности, подготовки и проведения массовых мероприятий, отслеживать педагогические эффекты проведения мероприятий

ОПК-6.3: организует оздоровительную и спортивно-массовую работу в образовательной организации

5. ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля на курсах:	
зачеты	3

6. ЯЗЫК ПРЕПОДАВАНИЯ

Язык преподавания: русский.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Сем.	Часов	Примечание
	Раздел 1. 1.Введение				
1.1	Социально-педагогическое значение и задачи физического образования школьников. Преподавание физической культуры на современном этапе.	Ср	3	6	
	Раздел 2. 2. Формы организации физического воспитания в школе				
2.1	Формы организации физического воспитания в школе. Урочные и неурочные формы, признаки и преимущества урочных форм. Средства физического воспитания детей школьного возраста. Методические основы, структура и содержание школьного урока физической культуры как основной формы учебной работы по физическому воспитанию	Лек	3	1	
2.2	Формы организации физического воспитания в школе. Урочные и неурочные формы, признаки и преимущества урочных форм. Средства физического воспитания детей школьного возраста. Методические основы, структура и содержание школьного урока физической культуры как основной формы учебной работы по физическому воспитанию	Пр	3	2	

2.3	Формы организации физического воспитания в школе. Урочные и неурочные формы, признаки и преимущества урочных форм. Средства физического воспитания детей школьного возраста. Методические основы, структура и содержание школьного урока физической культуры как основной формы учебной работы по физическому воспитанию	Ср	3	39	
	Раздел 3. 3. Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе.				
3.1	Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе. Значение, задачи, формы организации внеклассной работы, педагогическое руководство. Школьный коллектив физической культуры, организация и виды работы. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Планирование, организация, формы проведения.	Лек	3	1	
3.2	Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе. Значение, задачи, формы организации внеклассной работы, педагогическое руководство. Школьный коллектив физической культуры, организация и виды работы. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Планирование, организация, формы проведения.	Пр	3	2	
3.3	Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе. Значение, задачи, формы организации внеклассной работы, педагогическое руководство. Школьный коллектив физической культуры, организация и виды работы. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Планирование, организация, формы проведения.	Ср	3	25	
	Раздел 4. 4. Методика организации и виды контроля по физическому воспитанию в школе.				
4.1	Врачебный и педагогический контроль, распределение школьников на медицинские группы. Организация занятий с детьми с ослабленным здоровьем.	Лек	3	1	
4.2	Врачебный и педагогический контроль, распределение школьников на медицинские группы. Организация занятий с детьми с ослабленным здоровьем.	Ср	3	7	

	Раздел 5. 5. Планирование по физическому воспитанию в школе				
5.1	Учебные программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в школе.	Лек	3	1	
5.2	Учебные программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в школе.	Пр	3	2	
5.3	Учебные программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в школе.	Ср	3	17	
	Раздел 6. Контроль				
6.1	Контроль	Зачёт	3	4	

Образовательные технологии

Дополнительный перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине - Презентации творческих проектов, групповые практикумы, отчетные конференции, практические занятия аналитического содержания, совместные проекты со школами Твери, внеаудиторная самостоятельная работа по поиску информационных и справочных материалов. Мастер-классы и открытые уроки учителей физического воспитания общеобразовательных школ г.Твери, просмотр учебных фильмов.

Список образовательных технологий

1	Проектная технология
2	Игровые технологии
3	Дискуссионные технологии (форум, симпозиум, дебаты, аквариумная дискуссия, панельная дискуссия, круглый стол, фасилитированная и т.д.)
4	Активное слушание
5	Методы группового решения творческих задач (метод Дельфи, метод 6–6, метод развивающей кооперации, мозговой штурм (метод генерации идей), нетворкинг и т.д.)
6	Информационные (цифровые) технологии

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

Текущий контроль успеваемости.

Зачет по темам дисциплины.

Примерное задание зачета.

Разработать календарный план проведения СММ в школе на определенный период и для определенного контингента (по выбору или заданию преподавателя) с учетом содержания учебной программы по ФК. Оценивается: знание учебной программы по разделам, содержанию и распределению по учебным четвертям (для выбранного этапа указаны разделы учебной программы - 2балла; указано их содержание - 2балла); умение разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной деятельности на

определенный период; способность анализировать исходные данные и предлагать аргументированный выбор мероприятий (составлен примерный вариант календарного плана проведения СММ - 1балл; составлен с учетом содержания учебной программы - 3балла; дополнительно с учетом спортивных мероприятий более высокого ранга +1балл; обоснованы выбор формы проведения мероприятия, состав участников и др. факторы, определяющие включение СММ в календарный план +3балла)

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Планируемый образовательный результат (компетенция)

Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера) Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания

Определяет педагогические эффекты проведения физкультурно-спортивных мероприятий.

1. Заполнить таблицу «Формы организации физического воспитания в школе, их разновидности и характеристика».

Формы организации занятий Характеристика

Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания: Тема раскрыта с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения. По каждой форме занятий дана развернутая характеристика, включающая несколько критериев.— 2 балла

2. Запишите в таблицу тесты (контрольные упражнения) для оценки уровня физической подготовленности школьников.

Физические качества Контрольные упражнения

1-4классы 5-9классы 10-11классы

Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания: Приведены примеры тестовых упражнений по каждому физическому качеству и для каждой группы школьников. -2 балла

Бонусные 0.5 балла за каждый дополнительный вариант тестовых упражнений по отдельным физическим качествам и примеры нормативов по ним.

3. Выбрать правильный вариант ответа.

1. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на:

- а) подготовку к профессиональной деятельности.
- б) совершенствование физических возможностей человека.
- в) сохранение и восстановление здоровья.
- г) физической подготовленности к жизни.

2. Физическая подготовленность, как результат физической подготовки к трудовой или иной деятельности, характеризуется:

- а) высокой устойчивостью к стрессовым ситуациям, воздействию неблагоприятных условий внешней среды и различным заболеваниям.
- б) уровнем работоспособности и запасом двигательных умений и навыков.
- в) хорошим развитием систем дыхания, кровообращения, достаточным запасом надёжности, эффективности и экономичности работы основных систем организма.
- г) высокими результатами в учебной, трудовой и спортивной деятельности

3. Перечислите, какие объективные показатели могут использоваться в процессе самоконтроля: (Отметить все позиции)

- а) самочувствие и настроение.
- б) частота сердечных сокращений (пульс) и артериальное давление.
- в) умственная и физическая работоспособность.
- г) частота дыхания и ЖЕЛ.

4. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитание

морально-волевых качеств, принято называть:

- а) физическим развитием
- б) физической культурой
- в) физическим воспитанием
- г) физической подготовкой

5. Основная часть урока по общей физической подготовке отводится развитию 1.Выносливости. 2.Гибкости.

3.Быстроты. 4.Силы.

Укажите, какая последовательность развития физических качеств наиболее эффективна.

- А) 1, 2, 3, 4
- Б) 2,3,1,4
- В) 3, 2, 4,
- Г) 4,2 ,3, 1

6. Предметом обучения в физическом воспитании являются:

- а) физкультурные знания
- б) физические упражнения
- в) способы решения двигательных задач
- г) двигательные действия

7. Специфика физического воспитания школьников, как одного из видов воспитания, включает:

- а) в формировании двигательных умений и навыков
- б) в воспитании физических качеств человека
- в) в повышении физической работоспособности человека
- г) во всём вышеперечисленном

Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания: Каждый правильный вариант ответа-0.5 балла.

8.3. Требования к рейтинг-контролю

Требования к рейтинг-контролю.

Содержание учебной программы (весь материал 4-го семестра оценивается в 100 баллов). Методика изучения курса строится на рациональном сочетании лекций и практических занятий в 4-ом семестре. Часть учебного материала выносится на самостоятельную работу студентов. Контроль знаний осуществляется путем проведения тестирования, контрольных письменных и практических работ, устных опросов, подготовки творческих проектов, докладов.

Первый этап: темы 1-5.

Выполнение всех практических заданий по изученным темам - 20 баллов.

Контрольная работа, включающая вопросы по всем пройденным темам -10 баллов.

Самостоятельная работа студентов по заданию преподавателя - 20 баллов.

Рубежный контроль заключается в суммировании всех набранных студентом баллов.

Итого - 50 баллов.

Второй этап: темы 6-9.

Выполнение всех практических заданий по изученным темам – 20 баллов.

Контрольная работа - 10 баллов.

Самостоятельная работа студентов по заданию преподавателя - 20 баллов.

Рубежный контроль заключается в суммировании всех набранных студентом баллов.

Итого - 50 баллов.

Максимальная сумма баллов по учебной дисциплине, заканчивающейся зачетом, по итогам семестра составляет 100 баллов.

Обучающемуся, набравшему 40 баллов и выше по итогам работы в семестре, в рейтинговой ведомости учета успеваемости и зачетной книжке выставляется отметка «зачтено».

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуемая литература

Основная

Шифр	Литература
Л.1.1	Письменский, Аллянов, Физическая культура: 10—11 классы, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-16014-7, URL: https://urait.ru/bcode/544801
Л.1.2	Алхасов, Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 1, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-05755-3, URL: https://urait.ru/bcode/539504
Л.1.3	Алхасов, Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 2, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-05757-7, URL: https://urait.ru/bcode/539506
Л.1.4	Германов, Никитушкин, Цуканова, Физическая культура в школе. Легкая атлетика, Москва: Юрайт, 2021, ISBN: 978-5-534-04548-2, URL: https://urait.ru/bcode/472910
Л.1.5	Матвеев, Физическая культура. 8-9 классы, Москва: АО "Издательство "Просвещение", 2023, ISBN: 978-5-09-103401-1, URL: https://znanium.com/catalog/document?id=432758
Л.1.6	Лях, Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень, Москва: АО "Издательство "Просвещение", 2023, ISBN: , URL: https://znanium.com/catalog/document?id=432682
Л.1.7	Матвеев, Физическая культура. 6-7 классы, Москва: АО "Издательство "Просвещение", 2023, ISBN: 978-5-09-102572-9, URL: https://znanium.com/catalog/document?id=432053
Л.1.8	Матвеев, Физическая культура. 5 класс, Москва: АО "Издательство "Просвещение", 2023, ISBN: 978-5-09-102571-2, URL: https://znanium.com/catalog/document?id=432052
Л.1.9	Тиссен П. П., Ботагариев Т. А., Физическая культура. Рабочая программа основного общего образования (5—9 классы), Оренбург: ОГПУ, 2020, ISBN: 978-5-85859-706-3, URL: https://e.lanbook.com/book/159068

Перечень программного обеспечения

1	Google Chrome
2	ОС Linux Ubuntu
3	Многофункциональный редактор ONLYOFFICE

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1	ЭБС «ZNANIUM.COM»
2	ЭБС «ЮРАИТ»
3	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
4	ЭБС IPRbooks
5	ЭБС «Лань»
6	ЭБС BOOK.ru

7	ЭБС ТвГУ
---	----------

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудит-я	Оборудование
9-307	комплект учебной мебели, переносной ноутбук, проектор, экран

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Студент при самостоятельной работе использует лекционный материал, учебники, результаты практических занятий. Изучение дисциплины проходит по разделам и темам. Студент должен знать: основные понятия и термины, относящиеся к данной теме: формы физического воспитания школьников, методические особенности построения и проведения различных типов уроков физической культуры в школе, содержание внеклассной работы по физическому воспитанию, технология планирования и т.д.

Студент должен уметь: разрабатывать необходимую документацию для проведения школьных занятий по физической культуре с различным контингентом, проводить в качестве помощника и самостоятельно уроки физической культуры со школьниками, организовывать и проводить спортивно-массовые мероприятия со школьниками, проводить анализ выполненной работы и т.д.

Форма отчета.

Знания и умения, полученные при самостоятельном изучении, а также знания, полученные на лекционных и практических занятиях по данной дисциплине, используются студентами при прохождении производственной (педагогической) практики. Наличие знаний и умений проверяется путем тестирования по разделам и проверки результатов практических работ.

Для организации самостоятельной работы используется учебно-методическое пособие по педагогической практике для студентов факультета физической культуры. В качестве раздаточного материала используется документация, разработанная студентами, проходившими педагогическую практику в школах.