

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сердитова Наталья Евгеньевна

Должность: проректор по образовательной деятельности

Дата подписания: 09.09.2025 18:17:56

Уникальный программный ключ:

6cb002877b2a1ea640fdebb0cc541e4e05322d13

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Физическое воспитание в школе

49.03.01. физическая культура

Направление подготовки

Профиль подготовки

Физкультурное образование

Для студентов 2 курса очной и заочной формы обучения

Составитель: Вирский П.Е.

Тверь, 2025

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины Физвоспитание в школе

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

Задачами освоения дисциплины являются:

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

2. Место дисциплины в структуре ООП

Данная дисциплина относится к обязательной части учебного плана и читается в 4 семестре. Дисциплина связана логически и содержательно-методически с такими предметами как: педагогика физической культуры, теория и методика физической культуры, теория и методика обучения базовым видам спорта, история физической культуры, основы олимпизма. 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.

3. Объем дисциплины: __3__ зачетных единиц, __108__ академических часов, **в том числе:**

контактная аудиторная работа: лекции __15__ часов, практические занятия __30__ часов,

самостоятельная работа: __63__ часа

Для заочной формы обучения: __3__ зачетных единиц, __108__ академических часов, **в том числе:**

контактная аудиторная работа: лекции __4__ часа, практические занятия __6__ часов,

самостоятельная работа: __94__ часов, контроль __4__ часа ____.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы ОПК-6.1; ОПК-6.2; ОПК-6.3; ОПК-10.1; ОПК-10.2; ОПК-10.3

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Использует при проведении лекций и бесед о содержании и значении физической культуры знания истории физической культуры и спорта, идей олимпизма. Осуществляет анализ организации досуговой деятельности, подготовки и проведения

	физкультурно-массовых мероприятий. Определяет педагогические эффекты проведения физкультурно-спортивных мероприятий. Организует оздоровительную и спортивно-массовую работу в образовательной организации
ОПК-10 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	Оказывает методическую и консультативную помощь, организует взаимодействие участников деятельности для проведения различных видов спортивных мероприятий. Организует досуговую деятельность различных категорий занимающихся.

5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения зачет в 4 семестре, для ЗФО – зачет на 3 курсе.

6. Язык преподавания русский.

II. Содержание дисциплины (или модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование разделов и тем	Всего	Контактная работа (час)		Самостоятельная работа
		Лекции	Практические занятия	
Тема 1. Социально-педагогическое значение и задачи физического образования школьников. Преподавание физической культуры на современном этапе.	6	1		5
Тема 2. Формы организации физического воспитания в школе. Урочные и неурочные формы, признаки и преимущества урочных форм. Средства физического воспитания детей школьного возраста.	12	2	4	6
Тема 3. Методические основы, структура и содержание школьного урока физической культуры как основной формы учебной работы по физическому воспитанию школьников. Требования по организации уроков, подготовка к уроку, организационное обеспечение уроков физической культуры.	18	2	4	12
Тема 4. Методика физкультурно-оздоровительных занятий в режиме учебного и продленного дня.	12	1	4	7
Тема 5. Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе. Значение, задачи, формы организации внеклассной работы, педагогическое руководство. Школьный коллектив физической культуры, организация и виды работы.	12	2	4	6
Тема 6. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Планирование, организация, формы проведения.	14	2	4	8

Тема 7. Врачебный и педагогический контроль, распределение школьников на медицинские группы. Организация занятий с детьми с ослабленным здоровьем.	8	1	2	5
Тема 8. Учебные программы физического воспитания учащихся 1-11 классов.	10	2	4	4
Тема 9. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в школе.	16	2	4	10
ИТОГО	108	15	30	63

2. Для студентов заочной формы обучения

Наименование разделов и тем	Всего	Контактная работа (час)		Самостоятельная работа
		Лекции	Практические занятия	
Тема 1. Социально-педагогическое значение и задачи физического образования школьников. Преподавание физической культуры на современном этапе.	6	1		
Тема 2. Формы организации физического воспитания в школе. Урочные и неурочные формы, признаки и преимущества урочных форм. Средства физического воспитания детей школьного возраста.	15		1	14
Тема 3. Методические основы, структура и содержание школьного урока физической культуры как основной формы учебной работы по физическому воспитанию школьников. Требования по организации уроков, подготовка к уроку, организационное обеспечение уроков физической культуры.	21	1	2	18
Тема 4. Методика физкультурно-оздоровительных занятий в режиме учебного и продленного дня.	12			12
Тема 5. Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе. Значение, задачи, формы организации внеклассной работы, педагогическое руководство. Школьный коллектив физической культуры, организация и виды работы.	11		1	10
Тема 6. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Планирование, организация, формы проведения физкультурно-оздоровительной работы со школьниками. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.	10			10
Тема 7. Врачебный и педагогический контроль, распределение школьников на медицинские группы. Организация занятий с детьми с ослабленным здоровьем.	10			10
Тема 8. Программы физического воспитания учащихся 1-11 классов.	12			12
Тема 9. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в школе.	12			12
ИТОГО	108	2	4	98+4

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
Введение. Социально-педагогическое значение и задачи физического образования школьников. Преподавание физической культуры на современном этапе.	Лекция; практическая работа	круглый стол, лекция-визуализация
Формы организации физического воспитания в школе. Урочные и неурочные формы, признаки и преимущества урочных форм. Средства физического воспитания детей школьного возраста	Лекция; практическая работа	проектные технологии
Методические основы, структура и содержание школьного урока физической культуры как основной формы учебной работы по физическому воспитанию школьников. Требования по организации уроков, подготовка к уроку, организационное обеспечение уроков физической культуры.	Лекция; практическая работа	дискуссия, панельная дискуссия, круглый стол, лекция-визуализация
Методика физкультурно-оздоровительных занятий в режиме учебного и продленного дня.	Лекция; практическая работа	круглый стол, лекция-визуализация
Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе. Значение, задачи, формы организации внеклассной работы, педагогическое руководство. Школьный коллектив физической культуры, организация и виды работы.	Лекция; практическая работа	панельная дискуссия, круглый стол, лекция-визуализация.
Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Планирование, организация, формы проведения физкультурно-оздоровительной работа со школьниками. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.	Лекция; практическая работа	игровые технологии, круглый стол, лекция-визуализация.
Врачебный и педагогический контроль, распределение школьников на медицинские группы. Организация занятий с детьми с ослабленным здоровьем.	Лекция; практическая работа	аквариумная дискуссия, панельная дискуссия, круглый стол.
Программы физического воспитания учащихся 1-11 классов	Лекция; практическая работа	игровые технологии, проектные технологии.
Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в школе.	Лекция.	круглый стол, лекция-визуализация, проектные 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.

IV. Оценочные материалы для проведения текущей и 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». <table><tr><td>Формы организации занятий</td><td>Характеристика</td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td></tr></table> 2. Запишите в таблицу тесты (контрольные упражнения) для оценки уровня физической подготовленности школьников. <table><tr><td rowspan="2">Физические качества</td><td colspan="3">Контрольные упражнения</td></tr><tr><td>1-4классы</td><td>5-9классы</td><td>10-11классы</td></tr><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>	Формы организации занятий	Характеристика									Физические качества	Контрольные упражнения			1-4классы	5-9классы	10-11классы													Тема раскрыта с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения. По каждой форме занятий дана развернутая характеристика, включающая несколько критериев.– 2 балла 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.
Формы организации занятий	Характеристика																														
Физические качества	Контрольные упражнения																														
	1-4классы	5-9классы	10-11классы																												

	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.	Каждый правильный вариант ответа-0.5 балла.
--	--	--

	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	
--	---	--

Задания для работы на практических занятиях и самостоятельной работы студентов.

1. На примере урока физической культуры, проводимого учителем в одной из школ города, провести анализ урока.
2. Провести отдельные части урока и целый урок в паре с учителем и с однокурсником.
3. Провести хронометрирование и анализ урока проводимого студентами.

Самостоятельная работа.

1. Определить и обосновать выбор средств и методов для решения конкретных задач урока (на примере задач для 2-3 уроков).
2. Разработать комплексы ОРУ с учетом поставленных на урок задач.
3. На примере конкретного урока предложить использование системы предметных ориентиров при реализации метода практического выполнения изучаемых действий.
4. Разработать и подготовить для использования при прохождении педагогической практики в школе набор наглядных пособий для проведения уроков физической культуры.
5. Разработать комплексы заданий, которые могут выполнять в ходе урока освобожденные от занятий физической культурой.

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1: учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492748>
2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2: учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 441 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06125-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492771>
3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/104667.htm>

б) Дополнительная литература

4. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитонова. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>
1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85832.html>
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 / А.М. Тихонов, Д.Д. Кечкин. — Электрон. текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 104 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32106.html>

Перечень программного обеспечения:

Список ПО:

1. Google Chrome
2. Яндекс Браузер

3. Kaspersky Endpoint Security
4. Многофункциональный редактор ONLYOFFICE
5. ОС Linux Ubuntu

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» www.znanium.com;
2. ЭБС «ЮРАИТ» www.biblio-online.ru;
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/> ;
4. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>;
5. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>;
7. ЭБС ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы)
https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp? ;

VI. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля).

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.

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)

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».

VII. Материально-техническое обеспечение

В образовательном процессе используются:

- учебные аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, технические средства обучения - ПК, оборудование для демонстрации презентаций;
- помещения для самостоятельной работы (оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета);
- гимнастический зал, зал спортивных игр, тренажерный зал, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем.

VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.		Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.	IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации	ФОС, критерии оценки	Протокол каф. ТОФВ №8 от 25.05.2023
2.	литература	Обновлен список основной литературы	Пр.№4 заседания кафедры ТОФВ от 14.03.24.