

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 25.09.2023 18:03:45  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:  
Руководитель ООП:  
С.В. Комин  
«9/» сеп 2023г.

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

4

Составитель: Вирский П.Е.

Тверь, 2022

## 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.

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

**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																													
<p>Определяет педагогические эффекты проведения физкультурно-спортивных мероприятий.</p>	<p>1. Заполнить таблицу «Формы организации физического воспитания в школе, их разновидности и характеристика».</p> <table border="1" data-bbox="512 853 1011 1077"> <thead> <tr> <th>Формы организации занятий</th> <th>Характеристика</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table> <p>2. Запишите в таблицу тесты (контрольные упражнения) для оценки уровня физической подготовленности школьников.</p> <table border="1" data-bbox="512 1245 1059 1529"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Физические качества</th> <th colspan="3">Контрольные упражнения</th> </tr> <tr> <th>1-4классы</th> <th>5-9классы</th> <th>10-11классы</th> </tr> </thead> <tbody> <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> </tbody> </table>	Формы организации занятий	Характеристика									Физические качества	Контрольные упражнения			1-4классы	5-9классы	10-11классы													<p>Тема раскрыта с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения. По каждой форме занятий дана развернутая характеристика, включающая несколько критериев.– 2 балла</p> <p>Приведены примеры тестовых упражнений по каждому физическому качеству и для каждой группы школьников. -2 балла</p> <p>Бонусные 0.5 балла за каждый дополнительный вариант тестовых упражнений по отдельным физическим качествам и примеры нормативов по ним.</p>
Формы организации занятий	Характеристика																														
Физические качества	Контрольные упражнения																														
	1-4классы	5-9классы	10-11классы																												

	<p><b>3. Выбрать правильный вариант ответа.</b></p> <p><b>1.</b> Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) подготовку к профессиональной деятельности.</li> <li>б) совершенствование физических возможностей человека.</li> <li>в) сохранение и восстановление здоровья.</li> <li>г) физической подготовленности к жизни.</li> </ul> <p><b>2.</b> Физическая подготовленность, как результат физической подготовки к трудовой или иной деятельности, характеризуется:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) высокой устойчивостью к стрессовым ситуациям, воздействию неблагоприятных условий внешней среды и различным заболеваниям.</li> <li>б) уровнем работоспособности и запасом двигательных умений и навыков.</li> <li>в) хорошим развитием систем дыхания, кровообращения, достаточным запасом надёжности, эффективности и экономичности работы основных систем организма.</li> <li>г) высокими результатами в учебной, трудовой и спортивной деятельности</li> </ul> <p><b>3.</b> Перечислите, какие объективные показатели могут использоваться в процессе самоконтроля: (Отметить все позиции)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) самочувствие и настроение.</li> <li>б) частота сердечных сокращений (пульс) и артериальное давление.</li> <li>в) умственная и физическая работоспособность.</li> <li>г) частота дыхания и ЖЕЛ.</li> </ul> <p><b>4.</b> Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитание морально-волевых качеств, принято называть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) физическим развитием</li> <li>б) физической культурой</li> <li>в) физическим воспитанием</li> <li>г) физической подготовкой</li> </ul> <p><b>5.</b> Основная часть урока по общей физической подготовке отводится развитию 1.Выносливости. 2.Гибкости. 3.Быстроты. 4.Силы.</p>	<p>Каждый правильный вариант ответа-0.5 балла.</p>
--	--	--

	<p>Укажите, какая последовательность развития физических качеств наиболее эффективна.</p> <p>А) 1, 2, 3, 4  Б) 2,3,1,4  В) 3, 2, 4,  Г) 4,2 ,3, 1</p> <p><b>6.</b> Предметом обучения в физическом воспитании являются:</p> <p>а) физкультурные знания  б) физические упражнения  в) способы решения двигательных задач  г) двигательные действия</p> <p><b>7.</b> Специфика физического воспитания школьников, как одного из видов воспитания, включает:</p> <p>а) в формировании двигательных умений и навыков  б) в воспитании физических качеств человека  в) в повышении физической работоспособности человека  г) во всём вышеперечисленном</p>	
--	---	--

### **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. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>

2. 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>

3. 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>

4. 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>

### **5. б) Дополнительная литература**

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:

Google Chrome б

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows антивирус

paint.net б

STDU Viewer version 1.6.375.0      б

Microsoft Windows 10 Enterprise      Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017;

MS Office 365 pro plus      Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017;

***Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:***

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» [www.znanium.com](http://www.znanium.com);

2. ЭБС «ЮРАИТ» [www.biblio-online.ru](http://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?](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.			