

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛПУ»)

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра теории и методики физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Директор института физического
воспитания и спорта

А.А. Губарев

« 17 »  20 25 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

По направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки Физкультурное образование

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная, заочная

Курс 4 (7 семестр) ОФО, 5 курс (8 семестр) ЗФО

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Физкультурное образование очной, заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 № 544н (с изменениями и дополнениями).

СОСТАВИТЕЛИ:

Заведующий кафедры теории и методики физического воспитания, к.п.н., доцент ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет» Богданова Елена Виталиевна.

Преподаватель кафедры теории и методики физического воспитания ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет» Мещеряков Александр Ильич.

Утверждена на заседании кафедры теории и методики физического воспитания. Протокол от « 14 » 12 20 24 г. № 7
Заведующий кафедрой ТМФВ Богданова Е.В.

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

Протокол от « 14 » 01 20 25 г. № 5

Председатель учебно-методической комиссии института физического воспитания Загной Т.В.

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

Савенков В.В.

1. Цели и задачи учебной дисциплины.

Цель изучения дисциплины- формирование социально-культурного бытия индивида, модификация его общей и профессиональной культуры, воспитание и профессиональная подготовка в отношении студентов к своему здоровью, физическим возможностям и способностям, здоровому образу жизни и профессиональной деятельности, формирование единства знаний, убеждений, ценностных ориентаций в их практическом воплощении.

Задачи:

- формирование системы теоретических и методических знаний о законодательстве РФ в сфере физической культуры и спорта, нормативных документах в области физической культуры и спорта;
- овладение практическим программным материалом и развитие умений оптимального подбора средств сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования, анатомо-физиологических, психолого-педагогических и физических особенности детей различного возраста.
- формирование системы знаний об основах планирования учебно-воспитательной и оздоровительной работы по физической культуре в образовательных учреждениях, методике организации и проведения общеобразовательных и специализированных уроков физической культуры.
- формирование у обучающегося культуры здоровья на основе воспитания психически здоровой, физически развитой и социально-адаптированной личности;
- реализация творческих возможностей студентов в процессе ценностной ориентации и отношения студентов к физической культуре в жизни и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Учебная дисциплина «Физическая культура в системе профессионального образования» входит в базовую (обязательную) часть формируемую участниками образовательных отношений профессионального блока дисциплин, подготовки студентов по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (профиль «Физкультурное образование»).

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-14.1 – Знать: ОПК-14.2 – Уметь: ОПК-14.3 – Владеть навыками: -	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по индивидуальному виду спорта; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в индивидуальном виде спорта. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения

		<p>физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по индивидуальному виду спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками проведения педагогического наблюдения, анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, индивидуального вида спорта; - навыками разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - навыками планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия - оздоровительного характера.
--	--	---

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма 3-й курс	Заочная форма 3-й курс
Общая учебная нагрузка (всего)	72 (2 зач.)	108 (3,0 зач. ед.)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72	108
в том числе:		
Лекции	12	8
Семинарские занятия	-	-

Практические занятия	12	4
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы		
Курсовая работа / курсовой проект	-	-
Другие формы организации учебного процесса (<i>дискуссии, тренинг, и т.п.</i>)	-	-
Самостоятельная работа студента (всего часов)	21	84
Контроль	27	12
Форма аттестации	экзамен	экзамен

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Тема 1. Трудовой кодекс РФ. Законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта;

Тема 2. Нормативные документы в области физической культуры и спорта;

Тема 3. Требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта. Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;

Тема 4. Физиологические, психолого-педагогические и физические особенности детей различного возраста;

Тема 5. Цель, задачи, методы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного и школьного возраста, с различными группами обучающихся в образовательных организациях;

Тема 6. Цель, задачи, средства и формы организации внеклассной физкультурно-спортивной работы;

Тема 7. Основы планирования учебно-воспитательной и оздоровительной работы по физической культуре в образовательных учреждениях;

Тема 8. Методические основы организации и проведения общеобразовательных и специализированных уроков физической культуры.

Тема 9. Методические особенности обучения и основы техники выполнения физических упражнений;

Тема 10. Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы (содержательный модуль)	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Трудовой кодекс РФ. Законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта;	1	1
2	Нормативные документы в области физической культуры и	1	1

	спорта;		
3	Требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта. Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;	1	1
4	Физиологические, психолого-педагогические и физические особенности детей различного возраста;	1	1
5	Цель, задачи, методы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного и школьного возраста, с различными группами обучающихся в образовательных организациях;	1	1
6	Цель, задачи, средства и формы организации внеклассной физкультурно-спортивной работы;	1	1
7	Основы планирования учебно-воспитательной и оздоровительной работы по физической культуре в образовательных учреждениях;	1	1
8	Методические основы организации и проведения общеобразовательных и специализированных уроков физической культуры;	1	1
9	Методические особенности обучения и основы техники выполнения физических упражнений;	1	-
10	Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;	1	-
11	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания	1	-
12	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов	1	-
Итого:		12	8

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы (содержательный модуль)	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Трудовой кодекс РФ. Законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта;	1	1
2	Нормативные документы в области физической культуры и спорта;	1	1
3	Требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта. Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;	1	1
4	Физиологические, психолого-педагогические и физические особенности детей различного возраста;	1	-
5	Цель, задачи, методы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного и школьного возраста, с	1	-

	различными группами обучающихся в образовательных организациях;		
6	Цель, задачи, средства и формы организации внеклассной физкультурно-спортивной работы;	1	-
7	Основы планирования учебно-воспитательной и оздоровительной работы по физической культуре в образовательных учреждениях;	1	-
8	Методические основы организации и проведения общеобразовательных и специализированных уроков физической культуры;	1	-
9	Методические особенности обучения и основы техники выполнения физических упражнений;	1	-
10	Меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся;	1	1
11	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания	1	-
12	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов	1	-
Итого:		12	4

4.5. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	Объем часов
			ОФО	ЗФО
1	Проанализировать законодательство ЛНР в сфере физической культуры и спорта.	реферат	2	8
2	Дать характеристику принимаемым решениям по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики.	конспект	2	6
3	Охарактеризовать документы обязательной отчетности в соответствии с порядком установления нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации.	Письменный отчет	2	6
4	Составить Положение о проведении соревнований;	письменный отчет	1	6
5	Охарактеризовать средства и методы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного и школьного возраста.	конспект	2	4

6	Уточнить способы оказания первой помощи при травматических повреждениях (в объёме основной образовательной программы).	устный отчёт	2	4
7	Проанализировать различные формами организации внеклассной физкультурно-спортивной работы.	письменный отчет	2	6
8	Методические основы техники выполнения базовых физических упражнений в соответствии с программными требованиями к уровню технической подготовленности.	реферат	2	8
9	Составить комплекс упражнений для формирования и развития профессиональнозначимых психических (психологических) качеств	конспект	2	6
10	Составить комплекс упражнений прикладной направленности личной спортивной специализации, реализуемой в рамках учебного процесса ИФВС	реферат	2	8
11	Уточнить методические особенности организации и проведения общеобразовательных и специализированных уроков физической культуры в школе.	Письменный отчет	2	6
12	Дать характеристику навыкам страховки, самостраховки и оказания физической помощи при выполнении физических упражнений	Письменный отчет	2	6
13	Охарактеризовать методические приемы использования физических упражнений в процессе самостоятельных занятий физической культурой и проведения активного отдыха.	устный отчёт	2	4
14	Ознакомиться с требованиями разработки учебных планов	Письменный отчет	2	6
Итого:			27	84

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с использованием отдельных элементов следующих видов образовательных технологий (классификация по признакам модернизации традиционной системы обучения):

- **проблемно-модульная технология обучения** (М. О. Чошанов) – при подготовке к контрольным работам и в процессе проведения практических занятий;
- **технология реализации теории поэтапного формирования умственных действий** (М. Б. Волович) – в процессе формирования на

практических занятиях умений и навыков проведения различных форм занятий гимнастикой;

- **контекстная технология обучения** (А. О. Вербицкий) – активное использование в процессе проведения практических занятий (и при подготовке к ним) профессионального контекста, что позволяет формировать профессиональные умения уже на ранних этапах учебной деятельности.

6. Формы контроля освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателями, ведущими практические занятия по дисциплине на основе дифференцированного оценивания:

- выступлений с сообщениями на лекционных и практических занятиях;
- ответов на лекционных и практических занятиях (устный опрос)
- рефератов, конспектов первоисточников и их анализа;
- уровня решения профессиональных задач (педагогические ситуации) (моделирование профессиональной деятельности);
- выполнения заданий для самостоятельной работы студентов;
- выполнения итоговых контрольных (зачетных и экзаменационных) работ.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного зачета (включает в себя ответы на теоретические вопросы).

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплине (приложении).

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

А). Основная литература:

1. Агеева Г.Ф. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие для СПО / Г.Ф. Агеева, Е.Н. Карпенкова. – Санкт-Петербург : Лань, 2022. – 68 с.
2. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. — М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. — 780 с.
3. Алексеева, Е. П. Коллекция лучших физминуток для 5-11 классов. Методическое пособие / Е.П. Алексеева. — М.: Издательство Ольги Кузнецовой, 2013. — 112 с.
4. Арзуманов, С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5-9 классов / С.Г. Арзуманов. — М.: Феникс, 2015. — 672 с.
5. Багнетова, Е. А. Гигиена физического воспитания и спорта. Курс лекций / Е.А. Багнетова. — М.: Феникс, 2016. — 256 с.

6. Бардамов Г.Б. Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / Г.Б. Бардамов, А.Г. Шаргаев, С.В. Балдуева. – Санкт-Петербург : Лань, 2022. – 144 с.

7. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко. — М.: Альфа-М, ИНФРА-М, 2012. — 336 с.

8. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. — М.: Советский спорт, 2013. — 431 с.

9. Барчуков, И.С. Физическая культура: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И.С. Барчуков; Под общ.ред. Н.Н. Маликов. — М.: ИЦ Академия, 2013. — 528 с.

10. Губа, В. П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи / В.П. Губа, О.С. Морозов, В.В. Парфененков. — М.: Советский спорт, 2016. — 208 с.

11. Зобкова Е.А.. Основы спортивной тренировки : учебное пособие для вузов / Е.А. Зобкова. – Санкт-Петербург : Лань, 2022. – 44 с.

12. Петрова, В.И. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров) / В.И. Петрова, А.Ю. Петров, А.Н. Сорокин. — М.: КноРус, 2013. — 304 с.

Б).Дополнительная литература:

1. Качашкин, В. М. Методика физического воспитания / В.М. Качашкин. — М.: Просвещение, 2015. — 304 с.

2. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие / Ю.П. Кобяков. — Рн/Д: Феникс, 2012. — 252 с

3.Макеева, Вера Степановна Профессионально-Личностное Развитие Учителя В Процессе Физического Воспитания / Макеева Вера Степановна. — Москва: РГГУ, 2015. — 103 с.

4.Максачук, Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е.П. Максачук. — М.: Спутник +, 2016. — 104 с.

5. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. — М.: ЮНИТИ, 2016. — 431 с.

В) Интернет-ресурсы:

1.<http://infovestnik.blogspot.com>>2019/02/blog-post...Закон ЛНР "О физическойкультуре и спорте"

2. http://cherkasov.do.am/literayura/OT/razdel_1_zakonodatelstvo_ot_lnr.
Трудовой кодекс ЛНР.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины предполагает использование академических аудиторий, соответствующих действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

В качестве материальнотехнического обеспечения дисциплины будут использованы мультимедийные средства; наборы слайдов и кинофильмов. Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук,)

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

[illegible]

