

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.10.2025
Уникальный программный ключ:
e68634da050325a9234284dd96b4f0f8b288e139

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДЕНО
Заместителем директора филиала
Шитиковым П.М.
РАЗРАБОТЧИК
Яковых Ю.В.

**МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
профили подготовки
Физическая культура; безопасность жизнедеятельности
формы обучения очная, заочная

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины:

УК-2, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-8

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

Знает правовые нормы учебно-воспитательной деятельности в образовательном учреждении, основные компоненты основных и дополнительных образовательных программ, методы и технологии организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, способы осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении, психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, способы осуществления педагогической деятельности на основе специальных научных знаний.

Умения:

Умеет определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, строить образовательные отношения в соответствии с правовыми и этическими нормами профессиональной деятельности, разрабатывать образовательные программы, в том числе с использованием ИКТ, определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, подбирать психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения,

Навыки:

Владеет методикой обучения и воспитания физической культуре на основе специальных знаний.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1.1

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего (ак.ч.)	Кол-во часов в семестре (ак.ч.)			
			Семестр			
			3	4	5	6
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	4	4	4
	ак. час	576	144	144	144	144
Из них:						
Часы аудиторной работы (всего):		208	54	54	54	46
Лекции		64	18	18	18	10
Практические занятия		144	36	36	36	36
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		–	–	–	–	–
Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу		368	90	90	90	98

Вид учебной работы	Всего (ак.ч.)	Кол-во часов в семестре (ак.ч.)			
		Семестр			
		3	4	5	6
и самостоятельную работу обучающегося					
Вид промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	Диф. зачет Экзамен	Экзамен	Диф. зачет	Диф. зачет	Экзамен

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего (ак.ч.)	Кол-во часов в семестре (ак.ч.)			
			Семестр			
			5	6	7	8
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	4	4	4
	ак. час	576	144	144	144	144
Из них:						
Часы аудиторной работы (всего):		48	12	12	12	12
Лекции		24	6	6	6	6
Практические занятия		24	6	6	6	6
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		–	–	–	–	–
Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося		528	132	132	132	132
Вид промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		Диф. зачет Экзамен	Экзамен	Диф. зачет	Диф. зачет	Экзамен

3. Содержание дисциплины

Таблица 2.1

Очная форма обучения

№	Тематика учебных встреч	Виды аудиторной работы (в ак.час.)			Итого аудиторных ак. часов по теме
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные/практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	18	36	–	54
2	Спорт в системе физической культуры и его роль в обществе.	18	36	–	54
3	Теория и методика обучения и воспитания	18	36	–	54

№	Тематика учебных встреч	Виды аудиторной работы (в ак.час.)			Итого аудиторных ак. часов по теме
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
	физической культуре				
4	Технологии преподавания и воспитания физической культуре	10	36	–	46
	Итого (ак. часов)	64	144	–	208

Таблица 2.1

Очная форма обучения

№	Тематика учебных встреч	Виды аудиторной работы (в ак.час.)			Итого аудиторных ак. часов по теме
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	6	6	–	12
2	Спорт в системе физической культуры и его роль в обществе.	6	6	–	12
3	Теория и методика обучения и воспитания физической культуре	6	6	–	12
4	Технологии преподавания и воспитания физической культуре	6	6	–	12
	Итого (ак. часов)	24	24	–	48

4. Система оценивания

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течении семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме:

- на очной форме обучения в 3 семестре экзамен, в 4 семестре дифференцированный зачет, в 5 семестре дифференцированный зачет, в 6 семестре экзамен;
- на заочной форме обучения в 5 семестре экзамен, в 6 семестре дифференцированный зачет, в 7 семестре дифференцированный зачет, в 8 семестре экзамен.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;

- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

5.1. Литература:

Основная литература:

1. Педагогика физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. – Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. – 125 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/95413.html>

Дополнительная литература:

2. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. – Москва: Евразийский открытый институт, 2011. – 144 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/11049.html>
3. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П. К. Петров. – Саратов: Вузовское образование, 2020. – 377 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/98504.html>

6. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Знаниум - <https://new.znanium.com/>
- Лань - <https://e.lanbook.com/>
- IPR Smart - <http://www.iprbookshop.ru/>
- Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
- Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
- «ИВИС» (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
- Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>
- ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru/>
- Российская государственная библиотека (РГБ) - <https://www.rsl.ru/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель,

доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Гимнастический зал оснащен следующим оборудованием: маты гимнастические, брусья, стол соревновательный, рама для колец, скамьи гимнастические, зеркала настенные.

Спортивный (игровой) зал оснащен следующим оборудованием: ферма баскетбольная, кольца баскетбольные, ворота мини-футбольные, сетка волейбольная, турник, канат, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч баскетбольный, мяч волейбольный, мячи резиновый надувной гимнастический, степ-платформа, тумба для запрыгивания, обруч, скакалка спортивная, гантель, блок для йоги, медбол, полусфера.

Спортивный зал оснащен следующим оборудованием: сетка волейбольная, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч волейбольный, степ-платформа, обруч, скакалка спортивная, изотоническое кольцо, ролл.

Тренажерный зал оснащен следующим оборудованием: велотренажеры, беговая дорожка, скамьи для пресса, многофункциональная рама, степ-доска, скамья для пресса, стойка для жима со штангой лежа, гантели, маты-татами; лыжная база оснащена: инвентарем для занятий лыжным видом спорта.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий оснащен: стартовые колодки, измерительная рамка для прыжков в длину, указатели места начала разбега, разравниватель песка, барьеры, эстафетные палочки, судейские флажки, секундомеры, измерительные рулетки, ядра из нержавеющей стали, набивные мячи. Футбольное поле стадиона оснащено: футбольные ворота, футбольные мячи, конусы.