

Департамент образования и науки города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»  
Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА  
**МДК.01.07 Теория и методика физического воспитания с практикумом**  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ  
**ПМ.01 Преподавание по программам начального общего образования**

Специальность

**44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Москва  
2022

## **1. Место МДК в структуре ОП СПО:**

МДК.01.07 Теория и методика физического воспитания с практикумом входит в профессиональный модуль ПМ.01 Преподавание по программам начального общего образования образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

## **2. Требования к результатам освоения МДК:**

В результате изучения МДК обучающийся должен:

### **Знать:**

- особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности обучающихся;
- требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и примерные основные образовательные программы начального общего образования;
- программы и учебно-методические комплекты, необходимые для осуществления образовательного процесса по основным образовательным программам начального общего образования;
- вопросы преемственности образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- воспитательные возможности урока в начальной школе;
- методы и приемы развития мотивации учебно-познавательной деятельности на уроках по всем предметам;
- особенности одаренных детей младшего школьного возраста и детей с проблемами в развитии и трудностями в обучении;
- основы построения коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими трудности в обучении;
- основы обучения и воспитания одаренных детей;
- основные виды ТСО и их применение в образовательном процессе;
- содержание основных учебных предметов начального общего образования в объеме, достаточном для осуществления профессиональной деятельности, и методику их преподавания: физической культуры;
- требования к содержанию и уровню подготовки обучающихся;
- методы и методики педагогического контроля результатов учебной деятельности обучающихся (по всем учебным предметам);
- методику составления педагогической характеристики ребенка;
- основы оценочной деятельности учителя начальных классов, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости обучающихся;
- педагогические и гигиенические требования к организации обучения на уроках;
- логику анализа уроков;

- виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению.

**Уметь:**

- находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам;
- определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей учебного предмета, возраста, класса, отдельных обучающихся и в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами;
- использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности обучающихся на уроках по всем учебным предметам, строить их с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся;
- планировать и проводить работу с одаренными детьми в соответствии с их индивидуальными особенностями;
- планировать и проводить коррекционно-развивающую работу с обучающимися, имеющими трудности в обучении;
- использовать технические средства обучения в образовательном процессе;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;
- проводить педагогический контроль на уроках по всем учебным предметам, осуществлять отбор контрольно-измерительных материалов, форм и методов диагностики результатов обучения;
- интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся;
- оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроках по всем учебным предметам, выставлять отметки;
- осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков по всем учебным предметам;
- анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по всем учебным предметам, корректировать и совершенствовать их;
- выполнять физические упражнения;
- анализировать уроки для установления соответствия содержания, методов и средств, поставленным целям и задачам;
- осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении уроков.

**Иметь практический опыт:**

- анализа учебно-тематических планов и процесса обучения по всем учебным предметам начального общего образования, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения уроков по всем учебным предметам начального общего образования;

- проведения диагностики и оценки учебных достижений обучающихся с учетом особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся;
- составления педагогической характеристики обучающегося;
- применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
- наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения учебной документации.

Изучение дисциплины должно способствовать формированию компетенций:

ОК 1 - 11

ПК 1.1 - 1.5, 4.1 - 4.5

### 3. Объем МДК и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		3
Контактная работа (всего)	36	36
В том числе:		
Лекции, уроки	18	18
Практические занятия, семинары	18	18
Лабораторные занятия		
Самостоятельная работа	18	18
Формы промежуточной аттестации		другие
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	<b>54</b>	<b>54</b>

### 4. Структура и содержание МДК

#### 4.1. Разделы МДК и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции, уроки	Практические занятия	Лабораторные	Самостоятельная	Всего/в том числе в интерактивной форме
1.	Раздел 1. Теория физического воспитания	4	4		4	12/8

2.	Раздел 2. Методика проведения физкультурных упражнений	4	4		4	12/8
3.	Раздел 3. Формы работы по физической культуре в школе	4	4		4	12/8
4.	Раздел 4. Планирование, учет и диагностика	6	6		6	18/12

## 4.2. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела МДК	Содержание раздела (темы занятий)
1.	<b>Раздел 1. Теория физического воспитания</b> Тема 1.1 Физическая культура и спорт	Основные понятия и термины теории физического воспитания. Задачи и средства физического воспитания учащихся младшего школьного возраста. История развития физической культуры и спорта.
2.	Тема 1.2. Учебная-методическое сопровождение программы по физической культуре в начальной школе	Учебная программа – основной документ по физическому воспитанию. Планирование и контроль по физической культуре. План-конспект урока физической культуры. – Учебный проект «Формирование учебно-познавательного интереса к здоровому образу жизни в учебной деятельности младших школьников». <i>Продукт: серия конспектов уроков физической культуры, направленных на формирование учебно-познавательного интереса к здоровому образу жизни у младших школьников.</i> – Учебный проект «Режим дня младшего школьника как средство физического воспитания». <i>Продукт: памятка для учащихся по составлению и соблюдению режима дня.</i> – Учебный проект «Взаимосвязь средств физического воспитания и их влияние на развитие личности младшего школьника». <i>Продукт: методические рекомендации для учителей начальных классов, направленные на выявление взаимосвязи средств физического воспитания и</i>

		<i>развития личности младшего школьника.</i>
3.	<b>Раздел 2. Методика проведения физкультурных упражнений</b> Тема 2.1 Методика проведения гимнастических упражнений	Методика обучения двигательным действиям в начальной школе. Двигательное действие, двигательное умение, двигательный навык. Обучение гимнастическим упражнения без предмета, с гимнастической палкой, скакалками, мячами, обручем. – <i>Учебный проект «Разработка комплекса упражнений для проведения физкультминуток в начальной школе».</i> <i>Продукт: сборник комплекса упражнений для проведения физкультминуток в начальной школе.</i>
4.	Тема 2.2. Методика проведения ОРУ и строевых упражнений	Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ). Принципы составления комплексов ОРУ. Организационно-методические указания при выполнении общеразвивающих упражнений школьниками. Методика проведения строевых упражнений, строевые команды, перестроения
5.	Тема 2.3. Методика проведения легкоатлетических и акробатических упражнений	Основы легкой атлетики. Различные виды бега. Упражнения бегуна. Акробатические элементы. Прыжки, многоскоки. Висы и упоры. Лазание, перелезания, равновесие. Кувырки, стойки. Методика обучения легкоатлетическим и акробатическим упражнениям.
6.	Тема 2.4. Методика проведения подвижных и спортивных игр	Понятие о спортивных и подвижных играх. Подвижные и спортивные игры в начальной школе. Эстафеты и сюжетные подвижные игры. Описание игр. Организация и методика проведения подвижных игр в начальной школе. Инвентарь и руководство проведением подвижных игр. – <i>Учебный проект «Подвижные игры в учебной деятельности как средство физического развития и воспитания младших школьников».</i> <i>Продукт:</i>

		<p><i>сборник подвижных игр, направленных на решение задач физического развития и физического воспитания младших школьников.</i></p> <p><i>– Учебный проект «Формирование познавательной мотивации детей младшего школьного возраста к ведению здорового образа жизни».</i></p> <p><i>Продукт: методические рекомендации для учителей начальных классов по формированию познавательной мотивации детей младшего школьного возраста к ведению здорового образа жизни.</i></p>
7.	Тема 2.5. Методика проведения занятий по лыжной подготовке	<p>Техника бега на лыжах. Виды лыжных ходов.</p> <p>Методика обучения лыжной подготовке в начальной школе.</p>
8.	Тема 2.6. Методика проведения занятий по плаванию	<p>Обучение плаванию младших школьников. Дыхательные упражнения, стили плавания.</p> <p>Методика проведения занятия по плаванию в начальной школе.</p>
9.	<p><b>Раздел 3. Формы работы по физической культуре в школе</b></p> <p>Тема 3.1. Урок как основная форма физического воспитания</p>	<p>Виды и типы уроков физической культуры. Методы проведения уроков. Подготовительная, основная и заключительная части урока физической культуры.</p> <p>Дозировка физической нагрузки в течение урока. Показатели эффективности урока ФК: общая и моторная плотность урока.</p> <p><i>– Учебный проект «Методы ведения урока физической культуры в начальной школе». Продукт: серия конспектов уроков физической культуры в начальной школе.</i></p> <p><i>– Учебный проект «Какие физические качества развиваются у детей младшего школьного возраста в ходе организации ритмической гимнастики на уроках физической культуры?»</i></p> <p><i>Продукт: сборник упражнений / ритмической гимнастики для</i></p>

		<p>включения в структуру уроков физической культуры в начальной школе.</p> <p>– Учебный проект «Организация динамических пауз в структуре уроков физической культуры на уровне начального общего образования». Продукт: сборник разработанных содержательных аспектов динамических пауз/ методические рекомендации по организации динамических пауз в структуре уроков физической культуры на уровне начального общего образования.</p>
10.	Тема 3.2. Физкультурные мероприятия в режиме учебного дня школы	<p>Отличительные особенности физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>Организация и проведение физкультминутки.</p> <p>Комплекс упражнений для проведения физкультминуток в начальной школе.</p>
11.	Тема 3.3. Внеклассная и внешкольная работа по физическому воспитанию	<p>Виды внеклассной спортивно-оздоровительной работы.</p> <p>Организация и руководство внеклассной и внешкольной работы по физическому воспитанию в начальной школе</p> <p>– Учебный проект «Разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня школы». Продукт: серия конспектов физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня школы.</p>
12.	<p><b>Раздел 4. Планирование, учет и диагностика</b></p> <p>Тема 4.1. Планирование, учет и диагностика физической подготовленности младших школьников, имеющих отклонения в физическом развитии</p>	<p>Методы диагностики физической подготовленности в начальной школе.</p> <p>Планирование работы по физическому воспитанию с учетом уровня физической подготовленности и состояния здоровья учащихся.</p>

## 5. Образовательные технологии



№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Образовательные технологии (в том числе интерактивные)
1.	Раздел 1. Теория физического воспитания	Лекция-визуализация, проблемная лекция, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов, деловая игра
2.	Раздел 2. Методика проведения физкультурных упражнений	Лекция-визуализация, проблемная лекция, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов, деловая игра
3.	Раздел 3. Формы работы по физической культуре в школе	Лекция-визуализация, проблемная лекция, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов, деловая игра
4.	Раздел 4. Планирование, учет и диагностика	Лекция-визуализация, проблемная лекция, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов, деловая игра

#### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

##### **а) основная литература**

1. Никитушкин, Виктор Григорьевич. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. - М. : Юрайт, 2018.

2. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения предмету «Физическая культура»: в 2 ч. [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО. Ч. 1 / Д.С. Алхасов. - М.: Юрайт, 2018.

##### **б) дополнительная литература**

1. Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом [Электронный ресурс] : учеб. для СПО / Т.Ю. Торочкова,

Н.Ю. Аристова, И.А. Демина; под ред. Т.Ю. Торочковой. - М. : Academia : Издат. центр «Академия», 2014.

2. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Теория и история физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. и практикум для СПО / Д.С. Алхасов. - М. : Юрайт, 2018.

**в) электронные ресурсы:**

1. <https://resources.mgpu.ru/findbooks.php?pagenum=9>
2. <https://resources.mgpu.ru/discplist.php?mode=library>
3. [www.mgpu.ru](http://www.mgpu.ru)
4. [www.fipi.ru](http://www.fipi.ru)
5. <http://www.gnpbu.ru/>
6. Информационно-просветительский портал. Физическое воспитание. <http://www.eduhmao.ru/info/1/3814/>, <http://www.eduhmao.ru/>
7. РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
8. РИНЦ <http://elibrary.ru/> Федеральный образовательный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [www.edu.ru](http://www.edu.ru).
9. Теория и методика физического воспитания [http://www.twirpx.com/files/physical\\_training/training/](http://www.twirpx.com/files/physical_training/training/), <http://www.twirpx.com/file/14469/>
10. Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. <http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/>
11. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>.
12. Физическая культура. Научно-методический журнал. <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/>
13. Физкультура и спорт. <http://fkis.ru/?id=341>
14. Электронная библиотека. [http://www.lib.ua-ru.net/disser/ru/code-13.00.04.html\\_](http://www.lib.ua-ru.net/disser/ru/code-13.00.04.html_)

**7. Информационные технологии:**

информационные технологии обработки графической информации; информационные технологии передачи данных и распространения информации; информационные технологии хранения данных; информационные технологии накопления данных. Сетевые (локальные, территориальные, проводные, беспроводные и др.) информационные технологии, информационные технологии групповой работы, гипертекстовые информационные технологии, мультимедийные информационные технологии, операционные системы семейства Windows, Office, браузеры (FireFox);

базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: доступ к базам РГБ, ГНБУ, ERIC ([www.rsl.ru](http://www.rsl.ru), [www.gnpbu.ru](http://www.gnpbu.ru)), Министерства образования и науки Российской Федерации ([www.informica.ru](http://www.informica.ru)), научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>.

## **8. Материально-техническое обеспечение:**

Реализация МДК.01.07 Теория и методика физического воспитания с практикумом предполагает наличие учебного кабинета теории и методики физического воспитания. Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплекты учебно-методических материалов;
- программное обеспечение профессионального назначения;
- методические рекомендации и разработки;
- наглядные пособия.

Технические средства обучения: компьютер, мультимедийный проектор, лицензионное программное обеспечение. Информационно-образовательная среда образовательной организации должна включать в себя совокупность технологических средств (компьютеры, базы данных, коммуникационные каналы, программные продукты и др.), культурные и организационные формы информационного взаимодействия, компетентность участников образовательного процесса в решении учебно-познавательных и профессиональных задач с применением информационно-коммуникативных технологий.

Спортивный комплекс:

- спортивный зал;
- зал ритмики и хореографии;
- открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;
- стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

Образовательная организация должна быть обеспечена учебниками, учебниками с электронными приложениями, являющимися их составной частью, учебно-методической литературой.

Образовательная организация должна также иметь доступ к печатным и электронным образовательным ресурсам (ЭОР).