

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий»
Сибайский институт (филиал) УУНиТ
Естественно-математический факультет

УТВЕРЖДАЮ:



Декан

И.В.

И.В. Суюндуков

(подпись, инициалы, фамилия)

«20» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика обучения физической культуры

(наименование дисциплины)

ОПОП ВО **44.03.05 Педагогическое образование**

шифр и наименование направления подготовки (специальности)

направленность (профиль, специализация)

Физическая культура и Спортивная подготовка

наименование направленности (профиля, специализации)

форма обучения **-заочная**

(очная, очно-заочная, заочная)

Рабочая программа составлена на основании учебного плана основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование, направленность (профиль, специализация) физическая культура и Спортивная подготовка, одобренного ученым советом СИ (филиала) УУНиТ (протокол №8 от 19.03.2025) и утвержденного директором 19.03.2025.

Заведующий кафедрой естественных наук <i>(наименование кафедры разработчика программы)</i>	 _____ <i>(подпись)</i>	<u>Г.М. Полько</u> (Ф.И.О.)
Разработчик программы	 _____ <i>(подпись)</i>	<u>Г.М. Полько</u> (Ф.И.О.)
Руководитель образовательной программы	 _____ <i>(подпись)</i>	<u>Г.М. Полько</u> (Ф.И.О.)

1. Цель дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

1.1 Цель дисциплины

Дисциплина **Теория и методика обучения физической культуры**

относится к обязательной части Блока 1 учебного плана Б1.0.05.02 (Методический модуль) данного направления подготовки. Дисциплина изучается на 4-5_курсе в 7-10 семестре -заочной формы обучения.

Цель дисциплины: Цели изучения дисциплины: объединить и дополнить имеющиеся у студентов теоретические знания и практические навыки развития физических качеств в единую и непротиворечивую систему научного познания, основанного на применении системного анализа; научить применять в научной и производственно-технологической деятельности знания фундаментальных и прикладных разделов спортивных дисциплин, генерировать новые идеи и методические решения проблем развития спорта высших достижений.

1. Когда и в какой стране впервые были разработаны правила футбола?
2. Сколько человек входит в состав судейской бригады, обслуживающей футбольный матч?
3. Какова окружность футбольного мяча?
4. Где должны располагаться футболисты соревнующихся команд при начальном ударе?
5. Каков радиус центрального круга футбольного поля?
6. Каков радиус дуги, образующей угловой сектор?
7. Засчитывается ли мяч, забитый в ворота непосредственно с углового удара?
8. Что означает желтая и красная карточки, показанные судьей футболисту?
9. Имеет ли право игрок, производящий начальный удар, коснуться мяча дважды подряд?
10. В чем отличие штрафного удара от свободного?
11. Каково решение судьи, если игрок неправильно вбросит мяч из-за боковой линии?
12. Должен ли судья остановить игру, если в ходе игры мяч отскочит в поле от древка углового флага?

1.2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 1. – Результаты обучения по дисциплине

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>	
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК 6.1. Знает: основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности ИУК 6.2. Умеет: учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>	
		использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата. ИУК 6.3. Владеет: навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.
ОПК-7	Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	ИОПК-7.1. Знает: закономерности формирования и развития детско- взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских и подростковых сообществ; психолого- педагогические закономерности, принципы, особенности, этические и правовые нормы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.
		ИОПК-7.2. Умеет: обоснованно выбирать и реализовывать формы, методы и средства взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ; предупреждать и продуктивно разрешать межличностные конфликты.
		ИОПК-7.3. Владеет: техниками и приемами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ; приемами предупреждения и продуктивного разрешения межличностных конфликтов.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 14 зачетные единицы (з.е.), 504 академических часов.

Таблица 2 – Объем дисциплины

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
Общая трудоемкость дисциплины	504	504
Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (всего)	64	64
в том числе:	16	16
лекции	28	28
лабораторные занятия		
практические занятия	36	36
Другие виды работ в соответствии с УП: - эссе - контрольная работа - и др.	-	-
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	418	418
Контактная работа по промежуточной аттестации	0,2	0,2
в том числе:	0,2	0,2
зачет	0,2	0,2
зачет с оценкой	-	-

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
курсовая работа (проект)	-	-
экзамен	22	22

3. Содержание дисциплины

Таблица 3 – Содержание дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности				Формы текущего контроля успеваемости
		Лек., час	Лаб. раб., час	Практ. раб., час	СРС, час	
1.	Когда и в какой стране впервые были разработаны правила футбола?	4		6	70	ИЗ1, СТ
2.	Сколько человек входит в состав судейской бригады, обслуживающей футбольный матч?	4		6	70	ИЗ2, СТ
3.	Какова окружность футбольного мяча	4		6	70	ИЗ3, СТ, Т
4.	. Где должны располагаться футболисты соревнующихся команд при начальном ударе	4		6	70	СТ, Т
5.	Каков радиус центрального круга футбольного поля	6		6	70	СТ, Т
6.	Каков радиус дуги, образующей угловой сектор? Засчитывается ли мяч, забитый в ворота непосредственно с углового удара? Что означает желтая и красная карточки, показанные судьей футболисту? В чем отличие штрафного удара от свободного?	6		6	68	ИКР, Т

ИЗ-индивидуальное задание, СТ-словарь терминов, К – коллоквиум, Т – тестирование, Р – защита (проверка) рефератов, ИКР-индивидуальная контрольная работа, БРС – модульно-рейтинговая система

Таблица 4 – Лабораторные работы

№	Наименование лабораторной работы	Объем, час.
1.		
2.		
Итого		

Таблица 5 – Практические (семинарские) занятия

№	Наименование практических занятий	Объем, час.
1	Засчитывается ли гол, если игрок, выполняя 11-метровый удар, попадает мячом в стойку Какое решение принимает судья в этом случае?	4
2	Должен ли судья остановить игру, если мяч попадет в него и вновь отскакивает в поле	4

3	Засчитывается ли мяч, брошенный в ворота непосредственно из-за боковой линии	4
4	Какое решение принимает судья, если мяч брошен из-за боковой линии: а) в ворота соперников; б) в свои ворота? (а) удар от ворот; (б) назначается угловой удар	4
5	Какое решение принимает судья, если игрок, выполняющий начальный удар, направляет мяч назад, т.е. в сторону своих ворот	4
6	В каких городах состоялись предварительные и финальные игры футбольного турнира XXII Олимпийских игр	4
7	Когда и на каких Олимпийских играх советские футболисты завоевывали звание чемпионов	6
8	Кто автор известного футбольного марша? В каком году впервые стали проводиться розыгрыши Кубка СССР по футболу и кто стал его первым обладателем?	6
Итого		36

4. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости
Вопросы в тестовой форме по разделу

1. Должен ли судья остановить игру, если в ходе игры мяч отскочит в поле от древка углового флага?
2. В какую сторону футболист должен направить мяч при начальном ударе?
3. Каково решение судьи, если мяч в ходе игры пришел в негодность?
4. Какое наказание получает футболист, умышленно нарушающий правила 9м при выполнении штрафных и свободных ударов?
5. Засчитывается ли мяч, забитый непосредственно с удара от ворот?
6. Что означает поднятая вверх рука судьи?
7. Что означает жест судьи: обе руки подняты вверх, пальцы сжаты кулаки?
8. Какое решение принимает судья, если вратарь, держа мяч в руках, сделает в своей штрафной площади более 4 шагов?
9. Какое решение принимает судья, если игрок, выполняющий удар от ворот, передаст мяч в руки своему вратарю?
10. Какое решение принимает судья, если любой игрок, кроме вратаря, сыграет в своей штрафной площади рукой?

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине при использовании модульно-рейтинговой системы

Критериями оценивания при *модульно-рейтинговой системе* являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (*для экзамена*: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10; *для зачета*: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

Шкалы оценивания:

(для экзамена:

от 45 до 59 баллов – «удовлетворительно»;

от 60 до 79 баллов – «хорошо»;

от 80 баллов – «отлично».

для зачета:

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),

не зачтено – от 0 до 59 рейтинговых баллов).

Рейтинг – план дисциплины (при необходимости)

Спортивная метрология

(название дисциплины согласно рабочему учебному плану)

Направление Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки Физическая культура и Спортивная подготовка
курс 4, семестр 8

Таблица 6.

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1. предмет и задачи футбола				
Текущий контроль			12	16
1. Словарь терминов	2	1	2	2
2. Решение экспериментальных и расчетных задач	-	10 задач	1	3
3. Работа при обсуждении вопросов аудиторной работы	2	4	3	8
4. Отчет по лабораторной работе	1	3	3	3
Рубежный контроль			6	10
1. Контрольная работа №1	-	5	3	5
2. Индивидуальное задание №1	-	2	1	2
3. Тестовый контроль	-	20 заданий	2	3
Модуль 2. виды техники и тактики в футболе				
Текущий контроль			8	12
1. Словарь терминов	2	1	2	2
2. Решение экспериментальных и расчетных задач	-	10 задач	1	3
3. Работа при обсуждении вопросов аудиторной работы	2	2	3	4
4. Отчет по лабораторной работе	1	3	3	3
Рубежный контроль			6	10
1. Контрольная работа №2	-	5	3	5
2. Индивидуальное задание №2	-	2	1	2
3. Тестовый контроль	-	20 заданий	2	3
Модуль 3. Судейство				
Текущий контроль			7	12
1. Словарь терминов	2	1	2	2
2. Решение экспериментальных и расчетных задач	-	10 задач	1	3
3. Работа при обсуждении вопросов аудиторной работы	2	2	3	4
4. Отчет по лабораторной работе	1	3	3	3
Рубежный контроль			6	10
1. Контрольная работа №1	-	5	3	5
2. Индивидуальное задание №2	-	2	1	2
3. Тестовый контроль	-	20 заданий	2	3
Поощрительные баллы			0	10
1. Студенческая олимпиада	5	1	0	5
2. Публикация статей	3	1	0	3

3. Работа со школьниками (кружок, конкурсы, олимпиады)	2	1	0	2
Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)				
1. Посещение лекционных занятий			0	-6
2. Посещение лабораторных занятий			0	-10
Итоговый контроль				
1. Зачет (дифференцированный зачет)	10	1	10	30
ИТОГО:			60	110

Критерии оценки (в баллах):

Количество баллов	Критерии оценивания на вопросы для аудиторной работы
2	При ответе студент демонстрирует свободное владение заявленной проблемой, умение грамотно использовать физический понятийный аппарат в рамках рассматриваемого вопроса, не использует конспект семинарского занятия как план при ответе.
1	При ответе на вопрос студентом допущено несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос.
0	Дан в целом неверный ответ

Словарь терминов (гlossарий)

В качестве самостоятельной работы студент должен составить *словарь терминов (гlossарий)* по данной дисциплине, который в последствие необходимо сдать в устной форме преподавателю.

Примерный (неполный) список терминов:

Антиподы (энантимеры) – оптические (зеркальные) изомеры, обладающие одинаковыми физическими и химическими свойствами, но отличающиеся знаком вращения (противоположные по значению + или -) плоскости поляризованного света.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1 Основная учебная литература

Основная литература:

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. М., 1987. 124с.
2. Амосов Н.М., Муравов И.В. Сердце и физические упражнения. М.: Знание, 1985. 64с.
3. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и каждого. М.: Физкультура и спорт, 1988. 142с.
4. Горигорович Е.С., Трофименко А.М. Двигательная активность – ключ к оздоровлению. Мн., 1998. 88с.
5. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь (1-4 ступень, возраст 7-21 год) / Разработчики комплекса В.Н. Кряж, З.С. Кряж. Мн., 1999. 106с.
6. Донской Д.Д. Ходить и бегать для здоровья. М.: Знание, 1985. 64 с.

7. Желобкович М.П., Глазко Т.А., Купчинов Р.И. Дифференцированный и индивидуальный подходы к построению и организации физического воспитания студенческой молодежи: Учебное пособие. Мн., 1997. 112с.

8. Иванченко В.А. Секреты вашей бодрости. Мн.: Вышэйшая школа, 1991. 250с.

9. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: Учебник. - М.: Гардарики, 2008.

Дополнительная литература:

1. Ильинич В.И. Студенческий спорт и жизнь: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: АО "Аспект Пресс", 1995г.

2. Родиченко В.С. и др. Олимпийский учебник студента: Пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных высших учебных заведениях - 5-е изд., перераб. и доп. - М.: Советский спорт, 2009.

3. Самостоятельные занятия физическими упражнениями: Учебно-методическое пособие. Лутченко Н.Г., Щеголев В.А., Волков В.Ю., и др.: - СПб.: СПбГТУ, 1999.

4. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника/ В.Ю.Волков, Л.М.Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. - СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та. 2009. 322 с.

6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. www.xumuk.ru
2. www.chem.msu.ru
3. www.himhelp.ru
4. www.organicchemistry.narod.ru
5. <http://www.chemport.ru/data/chemipedia>
6. <http://booksonchemistry.com/index.php>

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
1	2	3
Аудитория 468	Лекции	Демонстрационное оборудование: доска, проектор – 1 шт., переносной экран – 1 шт. Специализированная мебель: столы, стулья.
Лаборатория общей химии	Лабораторные занятия	Демонстрационное оборудование: доска, проектор – 1 шт., переносной экран – 1 шт. Специализированная мебель: столы, стулья.

		Приборы и оборудование: установка титровальная – 3 шт., рН метр – 1 шт., центрифуга – 1 шт., весы аналитические – 1 шт., весы электронные – 1 шт., набор ареометров – 1 шт., электроплитка – 1 шт., термометры – 5 шт., лабораторная посуда, хим. реактивы. Учебно-наглядные пособия
--	--	---