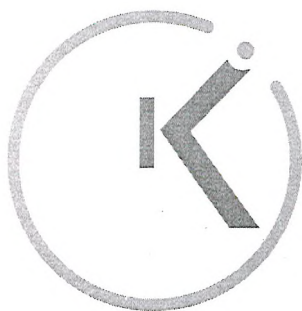




Российская Федерация
Министерство образования Калининградской области

Государственное автономное учреждение Калининградской
области дополнительного профессионального образования

«Институт развития образования»

236016, г. Калининград, ул. Томская, 19
тел/факс: (4012) 578-301
e-mail: info@koiro.edu.ru
www.koiro.edu.ru

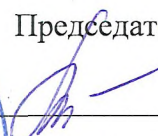
ОГРН 1023901014323
ИНН 3906020548

Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации
**«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков
в процессе образовательной деятельности по физической культуре»**

Программа обсуждена и утверждена
на заседании Ученого совета
26.08. 2026 г. (Протокол № 6)



Председатель Ученого совета

 /Л. А. Зорькина/

Калининград
2026

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Составитель: Козина Жанна Геннадьевна, заместитель заведующего кафедрой общего образования Калининградского областного института развития образования.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре» обсуждена и утверждена на заседании кафедры общего образования Калининградского областного института развития образования (протокол № 8 от 24.08 2026 г.).

 **Заведующий кафедрой общего образования, кандидат химических наук**
/В. А. Зеленцова/
(подпись)

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре» утверждена Ученым советом Калининградского областного института развития образования (протокол № 6 от 26.08 2026 г.).

Программа пересмотрена на заседании Ученого совета

Внесены следующие изменения (или изменений не внесено):

Протокол № ____ от _____ 20 ____ г.

**Проректор по научно-методической работе,
кандидат педагогических наук**

 /В. П. Вейдт/

СОДЕРЖАНИЕ

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

	Стр.
СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ.....	4
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	5
УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной профессиональной программы повышения квалификации <i>«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»</i>	9
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК дополнительной профессиональной программы повышения квалификации <i>«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»</i>	10
РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МОДУЛЕЙ дополнительной профессиональной программы повышения квалификации <i>«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»</i> :	
– Нормативно-правовой раздел.....	11
– Предметно-методический раздел.....	16
САМОДИАГНОСТИКА	28
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ.....	30

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

НОО	Начальное общее образование
ООО	Основное общее образование
ПРП	Примерная рабочая программа
РП	Рабочая программа
СОО	Среднее общее образование
СПО	Среднее профессиональное образование
ФРП	Федеральная рабочая программа

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации *«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»* обусловлена продолжающейся модернизацией российского образования, направленной на создание конкурентоспособной и отвечающей вызовам времени системы обучения. Современный этап развития общества и школы характеризуется дальнейшим углублением понимания сущности, задач, содержания и организации физического воспитания. Ранее оно сводилось главным образом к развитию физических качеств, подготовке к труду, обеспечению нормального физического состояния, компенсации недостаточной двигательной активности, выработке двигательных навыков, закаливанию. В последние годы основные целевые установки физического воспитания расширены и включают развитие у обучающихся знаний в области физической культуры и выработку навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями, использование их для досуга, отдыха и самосовершенствования.

В школьном возрасте совершенствуются ранее освоенные действия и формируются более сложные навыки, связанные с различными видами спорта и физической активности. Важную роль играет индивидуальный подход, учитывающий особенности детей, их двигательный опыт и уровень физической подготовленности. Постепенно увеличивается объем и интенсивность физических нагрузок, усложняются двигательные задачи, расширяется диапазон методов и приемов обучения. У студентов колледжей двигательные навыки формируются на основе имеющегося двигательного опыта и сознательного отношения к процессу обучения. В этом возрасте часто возникает необходимость освоения новых действий, связанных с профессиональной деятельностью, спортом или оздоровительной физической культурой. Процесс обучения может быть более интенсивным и целенаправленным, с акцентом на развитие специальных физических качеств и техническое совершенствование движений.

Ключевыми факторами успешного формирования двигательных навыков являются понимание механизмов обучения, правильный выбор методов, учет индивидуальных особенностей и мотивация обучающегося. Эффективное обучение предполагает четкую постановку целей, систематический контроль, своевременную обратную связь и адаптацию методов к конкретным условиям.

Современные образовательные стандарты требуют не только формирования двигательных умений и навыков, но и развития у школьников системы знаний о физической культуре. Это позволяет им осознанно подходить к организации собственной двигательной деятельности, понимать влияние физических упражнений на организм, формировать ответственное отношение к здоровью.

Таким образом, современному педагогу, реализующему образовательные программы по физической культуре, важно знать основные изменения в организации образовательного процесса и уметь применять актуальные методики обучения.

Цель реализации программы: совершенствование профессиональных компетенций слушателей в области методики формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре.

Связь дополнительной профессиональной программы с профессиональными стандартами. Программа разработана с учетом профессиональных стандартов «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 года № 544н) и «Педагог профессионального обучения, среднего профессионального образования» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 21.03.2025 года № 136н).

Планируемые результаты обучения по программе

Для учителей физической культуры общеобразовательных организаций
(профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»)

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Общепедагогическая функция. Обучение (А/01.6)	Планирование и проведение учебных занятий	– Особенности организации образовательного процесса на основе актуальных нормативно-методических документов; – основы методики формирования знаний по физической культуре; – специфику методики обучения двигательным навыкам и умениям	Проектировать образовательный процесс по физической культуре на основе актуальных методик обучения

Для преподавателей профессиональных образовательных организаций
(профессиональный стандарт «Педагог профессионального обучения, среднего профессионального образования»)

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) ОППО, ОП СПО с учетом программы воспитания, в том числе с применением электронного обучения, дистанционных технологий, и цифровых средств (А/01.6)	Проведение учебных занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы, включая общеобразовательный учебный цикл (для ОП СПО), в том числе с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, цифровых средств	– Особенности организации образовательного процесса на основе актуальных нормативно-методических документов; – основы методики формирования знаний по физической культуре; – специфику методики обучения двигательным умениям и навыкам	Проектировать образовательный процесс по физической культуре на основе актуальных методик обучения

Организационно-педагогические условия реализации программы

Методические и технические средства обучения. Реализация программы предполагает использование следующих методических средств обучения:

- нормативно-правовые документы;
- лекционный материал, подготовленный на основе учебных пособий, учебников, методических рекомендаций;
- презентационный материал;
- учебный видеоматериал;
- практические задания.

Техническими средствами обучения являются персональный компьютер / ноутбук / ультрабук / нетбук / планшет с установленной операционной системой Windows версии не ниже 7, имеющий стабильное подключение к Интернету (рекомендуемая скорость соединения с сетью — от 2 Мбит/сек для входящего и исходящего потоков) с наличием колонок, наушников или встроенного динамика для воспроизведения звука и аудиоматериалов; установленный браузер (Chrome / Opera / Microsoft Edge / Яндекс.Браузер или другие актуальные браузеры).

Дистанционное обучение слушателей реализуется на платформе Калининградского областного института развития образования <https://2020.baltinform.ru/> (Moodle). Дистанционный курс содержит теоретический материал для углубленного изучения тем, презентационный материал, учебный видеоматериал, задания в форме выполнения практических работ, материалы для скачивания, подборку электронных ресурсов, оценочные материалы согласно разработанной программе.

Очный формат реализации программы организуется в спортивных залах организаций-партнеров с использованием спортивного инвентаря и оборудования в соответствии видом практической деятельности, а также в аудиториях, оснащенных необходимыми средствами обучения, включающими магнитную доску или флипчарт, компьютерное и мультимедийное оборудование для использования видео- и аудиосредств обучения с подключением к сети Интернет, в т. ч. для воспроизведения слайдовых презентаций.

Принципы построения программы. Программа разработана и реализуется в соответствии с компетентностным подходом, проявляющимся в

- направленности программы на совершенствование профессиональных компетенций слушателей;
- применимости в профессиональной деятельности знаний и умений, совершенствуемых компетенций в процессе обучения.

Основными принципами разработки и реализации программы являются:

- принцип адресности (удовлетворение образовательных запросов слушателей);
- принцип андрагогичности (соответствие специфике обучения взрослых, ориентация на самостоятельное (в том числе дистанционное) обучение, развитие образовательных потребностей слушателей, индивидуализация образования);
- принцип практической направленности учебных материалов (направленность программы на решение актуальных профессиональных задач).

Образовательные технологии, с помощью которых реализуется программа. Реализация программы предполагает использование дистанционных образовательных технологий, технологий критического мышления и проблемного обучения, а также информационно-коммуникационных технологий.

Освоение слушателем образовательной программы в форме самостоятельной работы предполагает изучение текстового лекционного материала, в том числе с гиперссылками, изучение презентационного материала, выполнение трех практических работ и выполнение тестовых заданий самопроверки.

В рамках очных занятий предусмотрено проведение стажировок на базе организации-партнера (общеобразовательной организации / организации дополнительного образования / организации высшего образования), включающих участие слушателей в мастер-классах по методике обучения двигательным действиям в спортивных играх (баскетбол, волейбол, футбол), легкой атлетике и гимнастике.

Для выявления дефицитов профессиональных компетенций слушателей до начала обучения по образовательным модулям (НПР 1, ПМР 1, ПМР 2) программы предусмотрена процедура самодиагностики в форме онлайн-тестирования.

Степень освоения учебного материала оценивается в форме промежуточных аттестаций в виде тестовых заданий и практических работ. Итоговая аттестация проводится по совокупности выполненных на положительную оценку теста и практических работ в рамках промежуточных аттестаций по итогам освоения образовательных модулей нормативно-правового и предметно-методического разделов.

Кадровый потенциал реализации программы представлен преподавательским составом Калининградского областного института развития образования и привлеченными специалистами, работающими в системе общего, дополнительного и высшего профессионального образования. Все преподаватели имеют высшее педагогическое образование и стаж профессиональной деятельности не менее пяти лет.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе
образовательной деятельности по физической культуре»

Категория слушателей: учителя физической культуры общеобразовательных организаций, преподаватели профессиональных образовательных организаций.

Срок освоения программы: 42 часа.

Форма обучения: очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: в соответствии с расписанием.

Документ по окончании обучения: удостоверение о повышении квалификации.

Шифр модуля	Образовательный модуль	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
Самодиагностика		-	-	1	1
НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ					
НПР 1	Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре	-	-	7	7 (в т. ч. промеж. аттест.)
ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ					
ПМР 1	Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре	2	-	8	10 (в т. ч. промеж. аттест.)
ПМР 2	Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре	2	8	14	24 (в т. ч. промеж. аттест.)
Итоговая аттестация		По совокупности выполненных на положительную оценку теста и практических работ в рамках промежуточных аттестаций по итогам освоения образовательных модулей нормативно-правового и предметно-методического разделов			
ВСЕГО:		4	8	30	42

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

Шифр модуля	Наименование структурного компонента программы	Всего час.	Трудоемкость, часы			Кол-во ауд. дней*
			Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обуч.	
Самодиагностика		1	-	-	1	-
НПР 1	Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре	7	-	-	7	-
ПМР 1	Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре	10	2	-	8	2
ПМР 2	Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре	24	2	8	14	
Итоговая аттестация		По совокупности выполненных на положительную оценку теста и практических работ в рамках промежуточных аттестаций по итогам освоения образовательных модулей нормативно-правового и предметно-методического разделов				
ИТОГО:		42	4	8	30	2

* Указывается количество аудиторных дней, отводимых на освоение структурного компонента программы из расчета, что в один день слушателем не может быть освоено более 6 академических часов.

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

образовательных модулей дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ

Рабочая программа образовательного модуля

«Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре» (НПР 1)

Результат освоения образовательного модуля «Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре»: слушатели будут знать особенности организации образовательного процесса на основе актуальных нормативно-методических документов.

Учебно-тематический план образовательного модуля

«Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Нормативно-правовые основы реализации образовательной деятельности по физической культуре	-	-	3	3
2.	Методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре	-	-	3	3
Промежуточная аттестация		-	-	1	1
ВСЕГО:		-	-	7	7

Содержание образовательного модуля

«Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре»

Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения образовательного модуля «Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения	Кол-во часов
1.	Нормативно-правовые основы реализации образовательной деятельности по физической культуре	1. Содержание дистанционного обучения: – Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 84 «Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта»);	3

№ п/п	Тема	Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения	Кол-во часов
		– изменения в федеральных образовательных программах начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования (приказы Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 года № 704, от 08.10.2025 года № 729, от 10.11.2025 года № 808 в части учебного предмета «Физическая культура»); – содержание федерального перечня средств обучения и воспитания (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.11.2024 года № 838), направленного на реализацию образовательных программ по физической культуре. 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение нормативно-правовых документов в части, ориентированной на реализацию образовательных программ по физической культуре; – выполнение тестовых заданий самопроверки	
2.	Методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре	1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i> – учебно-методическое обеспечение реализации образовательного процесса по физической культуре в соответствии с действующим федеральным перечнем учебников; – реализация содержания образовательных программ по физической культуре в соответствии с действующим перечнем допущенных к использованию электронных образовательных ресурсов; – обеспечение интеграции общего и дополнительного образования в области физической культуры. 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение текстового лекционного материала с интерактивными элементами (ссылками); – изучение презентации «Физическая культура: интеграция общего и дополнительного образования»; – выполнение тестовых заданий самопроверки	3
Промежуточная аттестация		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	1
ВСЕГО:			7

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля «Нормативно-методическое обеспечение реализации образовательной деятельности по физической культуре» осуществляется в форме тестирования. Тестирование включает в себя 18 вопросов (9 заданий с единичным выбором правильных ответов и 9 заданий с множественным выбором правильных ответов).

Время, отводимое на выполнение теста, — 1 академический час.

Количество попыток для прохождения промежуточной аттестации — 2.

Критерии оценки промежуточной аттестации

Каждый верный ответ в заданиях с единичным выбором (9 заданий) оценивается в 1 балл (максимальное количество баллов за выполнение заданий с единичным выбором ответов — 9). Каждый верный ответ в заданиях с множественным выбором (9 заданий) оценивается в 1 балл (максимальное количество баллов за выполнение заданий с множественным выбором ответов — 27). Баллы за все задания суммируются. Максимальная сумма баллов — 36, что соответствует 100 %.

По результатам промежуточной аттестации выставляются отметки «зачтено» / «не зачтено». Отметка «зачтено» устанавливается при получении слушателем 26 баллов и более (72 % и более), отметка «не зачтено» — при получении 25 баллов и менее (69 % и менее).

Примеры заданий промежуточной аттестации

1. В СООТВЕТСТВИИ С ИЗМЕНЕНИЯМИ, ВНЕСЕННЫМИ В ФЕДЕРАЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ НОО, ООО, СОО, УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (*задание с единичным выбором ответа*):

- а) входит в предметную область «Физическая культура, основы безопасности и защиты Родины»;
- б) входит в предметную область «Физическая культура»;
- в) входит в предметную область «Основы безопасности и защиты Родины»;
- г) не входит ни в одну из предметных областей, т. к. понятие «предметная область» исключено.

2. СОГЛАСНО ФЕДЕРАЛЬНОМУ ЗАКОНУ ОТ 29.12.2012 ГОДА № 273-ФЗ «ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ», РЕАЛИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НАПРАВЛЕНА НА (*задание с множественным выбором ответов*):

- а) физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;
- б) выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд;
- в) исключительно на выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд;
- г) подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Нормативно-правовые документы

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.10.2025 года № 729 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального об-

щего образования, основного общего образования и среднего общего образования» [Электронный ресурс] // Официальное опубликование правовых документов. — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202512040010> (дата обращения: 24.07.2026).

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 года № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования» [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: <https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/02/prikaz-ot-09.10.2024-%E2%84%96-704.pdf> (дата обращения: 24.07.2026).

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 10.11.2025 года № 808 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования» [Электронный ресурс] // Официальное опубликование правовых документов. — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202602120006> (дата обращения: 24.07.2026).

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.07.2025 года № 551 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: <https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/10/0001202508250013.pdf> (дата обращения: 24.07.2026).

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.10.2025 года № 768 «О внесении изменений в приложения № 1 и № 2 к приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 26 июня 2025 года № 495 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и установлении предельного срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий» [Электронный ресурс] // Официальное опубликование правовых документов. — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202511270026> (дата обращения: 24.07.2026).

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.11.2024 года № 838 «Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, соответствующих современным условиям обучения, необходимых при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий государственной программы Российской Федерации "Развитие образования", направленных на содействие созданию (создание) в субъектах Российской Федерации новых (дополнительных) мест в общеобразовательных организациях, модернизацию инфраструктуры общего образования, школьных систем образования, критериев его формирования и требований к функциональному оснащению общеобразовательных организаций» [Электронный ресурс] // Официальное опубликование правовых документов. — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202412190009> (дата обращения: 24.07.2026).

7. Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (ред. от 25.04.2026) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. — URL: <https://docs.cntd.ru/document/902389617> (дата обращения: 24.07.2026).

Электронная поддержка образовательного процесса

1. Нормативные документы [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: https://edsoo.ru/normativnye-dokumenty-_/ (дата обращения: 24.07.2026).

ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Рабочая программа образовательного модуля

«Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре» (ПМР 1)

Результат освоения образовательного модуля «Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре»: слушатели будут знать основы методики формирования знаний по физической культуре.

Учебно-тематический план образовательного модуля

«Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Раздел «Знания о физической культуре» в структуре рабочих программ: содержание и планируемые результаты	-	-	3	3
2.	Основы методики формирования знаний	2	-	3	5
Промежуточная аттестация		-	-	2	2
ВСЕГО:		2	-	8	10

Содержание образовательного модуля

«Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

Содержание лекционных занятий образовательного модуля

«Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
2.	Основы методики формирования знаний	– Целевые установки в области знаний о физической культуре; – принципы методики формирования знаний (наглядность, доступность, последовательность, систематичность, индивидуализация, связь теории с практикой); – особенности распределения знаний на группы (общетеоретические, инструктивно-методические, практические)	2
ВСЕГО:			2

Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения
образовательного модуля «Методика формирования знаний в процессе
образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения	Кол-во часов
1.	Раздел «Знания о физической культуре» в структуре рабочих программ: содержание и планируемые результаты	1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i> – содержание знаний о физической культуре в контексте ФРП НОО, ФРП ООО, ФРП СОО / ПРП СПО; – планируемые результаты ФРП НОО, ФРП ООО, ФРП СОО / ПРП СПО по физической культуре в части теоретической подготовки обучающихся; – преемственность содержания раздела «Знания о физической культуре» в рамках ФРП НОО, ФРП ООО, ФРП СОО / ПРП СПО. 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение текстового лекционного материала с интерактивными элементами (ссылками); – изучение презентации «Преемственность теоретической подготовки в области физической культуры: от начальной до старшей школы»; – выполнение тестовых заданий самопроверки	3
2.	Основы методики формирования знаний	1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i> – особенности методики формирования знаний по физической культуре (перечень основных требований); – реализация методики сообщения знаний в области физической культуры (формулировка учебных задач; методы / способы формирования знаний; методы / способы закрепления знаний по физической культуре); – формы и методы осуществления контроля за уровнем сформированности знаний о физической культуре (наблюдение, устный и письменный опрос, специальные задания по применению знаний в реальных условиях, проекты и т. д.). 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение текстового лекционного материала с интерактивными элементами (ссылками); – выполнение практической работы № 1 в виде подготовки кейсовой задачи, направленной на формирования знаний у обучающихся в области физической культуры (тема — по выбору слушателя)	3
Промежуточная аттестация		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	2
ВСЕГО:			8

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля «Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре» осуществляется в форме практической работы, включающей два задания

(подбор методики формирования знаний по физической культуре по теме ФРП / ПРП и составление комплекса заданий для осуществления контроля за уровнем сформированности знаний о физической культуре по выбранной теме).

Время, отводимое на выполнение практической работы, — 2 академических часа.

Количество попыток для прохождения промежуточной аттестации — 2.

Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценивание выполненной практической работы осуществляется согласно установленным критериям, представленным в таблице ниже. Набранные баллы по каждому критерию и заданию суммируются. Максимальная сумма за выполнение задания № 1 — 10 баллов, максимальная сумма за выполнение задания № 2 — 6 баллов. Общая максимальная сумма за выполнение всех заданий — 16 баллов (или 100 %). На основании итоговой суммы баллов устанавливается отметка «зачтено» / «не зачтено».

Основанием для получения отметки «зачтено» является результат, составляющий 12 баллов и более (от 75 % и более). Отметка «не зачтено» устанавливается при результативности в 11 баллов и менее (69 % и менее).

Критерии оценивания практической работы промежуточной аттестации

№ п/п	Критерий	Баллы*
Задание № 1	1. Задание выполнено с опорой на изученный учебный материал программы и в полном объеме	0–2
	2. Тема и планируемые результаты в части теоретической подготовки по физической культуре соответствуют указанной слушателем ФРП НОО / ФРП ООО / ФРП СОО / ПРП СПО	0–2
	3. Учебные задачи сформулированы корректно и направлены на формирование знаний по соответствующей теме ФРП НОО / ФРП ООО / ФРП СОО / ПРП СПО	0–2
	4. Указанные методы будут способствовать формированию знаний по соответствующей теме	0–2
	5. Указанные методы уместны для закрепления знаний по выбранной теме	0–2
<i>Максимальная сумма баллов за задание № 1:</i>		<i>10</i>
Задание № 2	1. Представленный комплекс заданий для осуществления контроля за уровнем сформированности у обучающихся / студентов знаний о физической культуре подготовлен в соответствии с макетом	0–2
	2. Содержание заданий корректно, соответствует выбранному уровню образования	0–2
	3. Содержание заданий будет способствовать оцениванию уровня знаний обучающихся по заданной теме	0–2
<i>Максимальная сумма баллов за задание № 2:</i>		<i>6</i>
<i>Общая максимальная сумма за выполнение всех заданий:</i>		<i>16</i>

* При полном соответствии критерию устанавливается 2 балла, при частичном соответствии критерию устанавливается 1 балл, при полном несоответствии критерию устанавливается 0 баллов.

Примеры заданий промежуточной аттестации

Инструкция для слушателя.

Выполните практическую работу, включающую два задания по темам образовательного модуля «Методика формирования знаний в процессе образовательной деятельности по физической культуре».

Для выполнения практической работы скачайте файл с представленным описанием заданий и макетами к ним. Файл с выполненными заданиями сохраните и загрузите на дистанционный курс образовательной платформы <https://2020.baltinform.ru/>.

Задание № 1.

Опираясь на изученный учебный материал программы, подберите методику формирования знаний по одной из тем раздела «Знания о физической культуре» рабочей программы по физической культуре (тема, уровень образования, класс / группа — по выбору слушателя).

Задание выполните в соответствии с представленным макетом.

Макет выполнения задания № 1

Наименование РП: _____

Класс / группа: _____

Тема раздела РП	Планируемый результат в части теоретической подготовки обучающихся	Учебная задача	Методы / способы формирования знаний	Методы / способы закрепления знаний

Задание № 2.

Составьте комплекс заданий (не менее 3-х), способствующих контролю уровня знаний по теме, указанной в задании № 1.

Задание выполните в соответствии с представленным макетом.

Макет выполнения задания № 2

Тема: _____

Метод контроля: _____

Проверяемые знания: _____

Задание	Содержание
1	
2	
3	

Нормативно-методические документы

1. Примерная рабочая программа общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций (одобрено на заседании Педагогического совета ФГБОУ ДПО ИРПО протоколом № 20 от 15.08.2024 года) [Электронный ресурс] // Институт развития профессионального образования. — URL:

https://firpo.ru/netcat_files/353/664/h_ec381496bc45079fa1b4c2dbe6d8fa0d (дата обращения: 24.07.2026).

2. Федеральная рабочая программа начального общего образования. Физическая культура (для 1–4 классов образовательных организаций) [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/07/2025_noo_frp_fizicheskaya-kultura_1-4.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

3. Федеральная рабочая программа основного общего образования. Физическая культура (для 5–9 классов образовательных организаций) [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/07/2025_ooo_frp_fizkultura-5-9.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

4. Федеральная рабочая программа среднего общего образования. Физическая культура (для 10–11 классов образовательных организаций) [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/07/2025_soo_frp_fizkultura_10_11.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

Список литературы

Список основной литературы

1. Борисова, М. М. Физическая культура: Методическое пособие для организаций среднего профессионального образования [Электронный ресурс] / М. М. Борисова, З. Б. Губжоков. — М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2024. — 194 с. — URL: <https://academia-moscow.ru/off-line/free/701120852/701120852.pdf> (дата обращения: 24.07.2026).

2. Лях, В. И. Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности. Физическая культура: базовый уровень: Методическое пособие к учебно-методическому комплексу «Физическая культура. Базовый уровень» В. И. Ляха [Электронный ресурс] / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2026. — 239 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-bazovii-uroven-metodicheskoe-posobie-dlya-spo229078002/> (дата обращения: 24.07.2026).

3. Лях, В. И. Физическая культура: 1–4 классы: Методические рекомендации: Учебное пособие [Электронный ресурс] / В. И. Лях. — 5-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2024. — 198 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-metodicheskije-rekomendatsii-1-4-klassi76890702/> (дата обращения: 24.07.2026).

4. Виленский, М. Я. Физическая культура: 5–7 классы: Методические рекомендации [Электронный ресурс] / М. Я. Виленский, В. Т. Чичикин, Т. Ю. Торочкова; под ред. М. Я. Виленского. — 5-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2024. — 238 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-metodicheskije-rekomendatsii-5-7-klassi76858202/> (дата обращения: 24.07.2026).

5. Лях, В. И. Физическая культура: 8–9 классы: Методические рекомендации [Электронный ресурс] / В. И. Лях. — 4-е изд., стереот. — М.: Просвещение, 2024. — 239 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-metodicheskije-rekomendatsii-8-9-klassi76837102/> (дата обращения: 24.07.2026).

6. Лях, В. И. Физическая культура: 10–11 классы: Методические рекомендации [Электронный ресурс] / В. И. Лях. — 2-е издание, стереотипное. — М.: Просвещение, 2024. — 191 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-metodicheskije-rekomendatsii-10-11-klassi02/> (дата обращения: 24.07.2026).

7. Матвеев, А. П. Уроки физической культуры: 10–11 классы: Методические рекомендации. [Электронный ресурс] / А. П. Матвеев. — М.: Просвещение, 2024. — 108 с. — URL: <https://prosv.ru/product/uroki-fizicheskoi-kul-turi-metodicheskije-rekomendatsii-10-11-klassi02/> (дата обращения: 05.05.2026).

Список дополнительной литературы

1. Матвеев, А. П. Физическая культура (базовый уровень). Реализация требований ФГОС основного общего образования: Методическое пособие для учителя [Электронный ресурс] / А. П. Матвеев. — М.: ФГБНУ «Институт стратегии развития образования РАО», 2022. — 62 с. — URL: https://sh-6-vyazma.gosuslugi.ru/netcat_files/30/50/Burmistrova_T.A._sistema_otsenki_po_fizicheskoy_kulture.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

Электронная поддержка образовательного процесса

1. Институт развития профессионального образования [Сайт]. — URL: <https://firpo.ru/> (дата обращения: 22.07.2026).
2. Рабочие программы [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: <https://edsoo.ru/rabochie-programmy/> (дата обращения: 24.07.2026).

Рабочая программа образовательного модуля

«Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре» (ПМР 2)

Результаты освоения образовательного модуля «Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»: слушатели будут знать специфику методики обучения двигательным умениям и навыкам, слушатели будут уметь проектировать образовательный процесс по физической культуре на основе актуальных методик обучения.

Учебно-тематический план образовательного модуля

«Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Особенности методики обучения двигательным действиям	2	-	4	6
2.	Методика обучения двигательным умениям и навыкам в базовых видах спорта (спортивные игры, легкая атлетика, гимнастика)	-	8	4	12
3.	Методика организации самостоятельных занятий физическими упражнениями	-	-	3	3
Промежуточная аттестация		-	-	3	3
ВСЕГО:		2	8	14	24

Содержание образовательного модуля
«Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

Содержание лекционных занятий образовательного модуля
«Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Особенности методики обучения двигательным действиям	– Специфика методики обучения двигательным действиям в соответствии с возрастными особенностями обучающихся (подбор методов и средств при обучении детей младших классов, подростков 11–15 лет и 16–18 лет); – специфика методики обучения двигательным действиям с учетом пола обучающихся (подбор упражнений, дозирование нагрузки, использование разного оборудования и др.)	2
ВСЕГО:			2

Содержание практических занятий образовательного модуля
«Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2.	Методика обучения двигательным умениям и навыкам в базовых видах спорта (спортивные игры, легкая атлетика, гимнастика)	<i>1. Содержание практического занятия:</i> – практическое применение методики обучения основным техническим приемам в спортивных играх (баскетболе, волейболе, футболе); – практика обучения базовым двигательным действиям в легкой атлетике; – практика обучения базовым гимнастическим упражнениям с элементом акробатики. <i>2. Форма организации практического занятия:</i> стажировка на базе организации-партнера (общеобразовательной организации / организации дополнительного образования / организации высшего образования), включающая участие слушателей в – мастер-классах по методике обучения двигательным действиям в спортивных играх (баскетбол, волейбол, футбол); – мастер-классе по методике обучения двигательным действиям в легкой атлетике; – мастер-классе по методике обучения двигательным действиям в гимнастике	8
ВСЕГО:			8

Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения образовательного модуля «Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»

№ п/п	Тема	Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения	Кол-во часов
1.	Особенности методики обучения двигательным действиям	1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i> – основы обучения двигательным действиям и развития физических (двигательных) способностей у обучающихся 1–4 классов; – основы обучения двигательным действиям с учетом возрастных особенностей развития физических способностей у обучающихся 5–7 классов; – основы методики формирования двигательных действий и развития физических способностей у обучающихся 8–9 классов; – особенности методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей у обучающихся 10–11 классов; – профессионально-прикладная физическая подготовка студентов СПО (развитие профессионально важных физических качеств, формирование прикладных двигательных умений и навыков). 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение текстового лекционного материала с интерактивными элементами (ссылками); – просмотр серии видеофрагментов открытых уроков и тренировок по развитию физических способностей у обучающихся (не менее 3-х); – выполнение практической работы № 2 в виде обобщения особенностей методики обучения двигательным действиям у обучающихся 1–4 классов / 5–9 классов / 10–11 классов / студентов СПО (класс / уровень образования — по выбору слушателя)	4
2.	Методика обучения двигательным умениям и навыкам в базовых видах спорта (спортивные игры, легкая атлетика, гимнастика)	1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i> – спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол) — методика обучения основным техническим приемам, характеристика ошибок в технике выполнения приемов, методика исправления ошибок в спортивных играх (баскетбол, волейбол, футбол); – легкая атлетика — методические особенности обучения базовому составу двигательных действий, система подводящих и подготовительных упражнений, основные ошибки в технике выполнения двигательных действий и их устранение; – гимнастика с элементами акробатики — методические особенности обучения основным двигательным действиям, возможные ошибки в технике выполнения, подходы к устранению ошибок;	4

№ п/п	Тема	Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения	Кол-во часов
		– контроль технической подготовленности обучающихся (критерии эффективности и освоенности техники). 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение текстового лекционного материала с интерактивными элементами (ссылками); – просмотр серии видеофрагментов открытых уроков и тренировок по методике обучения двигательным навыкам и умениям в базовых видах спорта (не менее 3-х); – выполнение практической работы № 3 в виде анализа видеоматериала открытого урока с целью выявления и оценки методических приемов, используемых при формировании двигательных действий	
3.	Методика организации самостоятельных занятий физическими упражнениями	1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i> – формы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями; – средства повышения физической подготовленности в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями; – подготовка к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i> – изучение текстового лекционного материала с интерактивными элементами (ссылками); – просмотр видеоролика «Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями»; – выполнение тестовых заданий самопроверки	3
Промежуточная аттестация		Описание промежуточной аттестации представлено ниже	3
ВСЕГО:			14

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля «Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре» осуществляется в виде выполнения кейсового задания.

Время, отводимое на выполнение кейсового задания, — 3 академических часа.
Количество попыток для прохождения промежуточной аттестации — 2.

Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценивание выполненного кейсового задания осуществляется согласно установленным критериям, представленным в таблице ниже. Набранные баллы по каждому критерию суммируются. Максимальная сумма за выполнение кейсового задания — 16 баллов (или 100 %). На основании итоговой суммы баллов устанавливается отметка «зачтено» / «не зачтено».

Основанием для получения отметки «зачтено» является положительный результат, составляющий 12 баллов и более (от 75 % и более). Отметка «не зачтено» устанавливается при результативности в 11 баллов и менее (69 % и менее).

Критерии оценивания кейсового задания промежуточной аттестации

№ п/п	Критерий	Баллы*
1.	Кейсовое задание выполнено с опорой на изученный учебный материал программы и в полном объеме	0–2
2.	Поэтапный план содержит описание не менее 6 занятий	0–2
3.	Описание этапов, средств обучения, способов обеспечения безопасности, критериев оценки успешности освоения технических элемента в поэтапном плане отражено корректно	0–2
4.	Содержание подробного плана занятия включает все компоненты согласно инструкции по выполнению	0–2
5.	Описание применяемых упражнений соответствует этапу обучения	0–2
6.	Описание возможных ошибок в технике выполнения упражнений и способов их исправления соответствуют методике обучения на указанном этапе	0–2
7.	При помощи представленных способов контроля возможно оценивание качества выполнения техники упражнений	0–2
8.	Предложенные варианты упражнений в рамках самостоятельных занятий обучающихся будут способствовать совершенствованию техники выполнения прыжка в высоту	0–2
Максимальная сумма баллов:		16

* При полном соответствии критерию устанавливается 2 балла, при частичном соответствии критерию устанавливается 1 балл, при полном несоответствии критерию устанавливается 0 баллов.

Пример задания промежуточной аттестации

Инструкция для слушателя.

Выполните кейсовое задание (возрастная категория — по выбору слушателя) по теме образовательного модуля «Методика формирования двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре».

Для выполнения практической работы скачайте файл с представленным описанием задания и макетом к нему. Файл с выполненными заданиями сохраните и загрузите на дистанционный курс образовательной платформы <https://2020.baltinform.ru/>.

Кейсовое задание¹

Ситуация. В спортивной секции по легкой атлетике под Вашим руководством занимается группа подростков 13–15 лет. Ребята имеют базовую физическую подготовку, но ранее не обучались прыжкам в высоту. Вам необходимо обучить их прыжку в высоту с разбега способом «перешагивание» (ножницы), чтобы они могли уверенно выполнять этот элемент на школьных соревнованиях.

¹ В качестве примера представлено кейсовое задание для слушателей, работающих преимущественно на уровне ООО. Всего слушателям будет предложено четыре кейсовых задания для выполнения одного из них по выбору (НОО, ООО, СОО, СПО).

Задания.

1. Разработайте план поэтапного обучения прыжку в высоту с разбега способом «перешагивание», включающий не менее 6 занятий (согласно макету, представленному ниже). Опишите, какие средства (упражнения) Вы будете использовать. Укажите, как Вы будете обеспечивать безопасность на занятиях. Сформулируйте критерии оценки успешности освоения элемента.

Макет плана поэтапного обучения прыжку в высоту с разбега способом «перешагивание»

Содержание плана \ Номер занятия	Занятие 1	Занятие 2	Занятие 3	Занятие 4	Занятие 5	Занятие 6
1. Этап обучения						
2. Средства обучения						
3. Способы обеспечения безопасности						
4. Критерии оценки успешности освоения элемента						

2. Разработайте подробный план одного из представленных выше занятий с описанием методики обучения (этап, цель, применяемые упражнения, возможные ошибки в технике выполнения упражнений, способы исправления ошибок, возникающие у подростков при выполнении прыжка, способы контроля качества выполнения техники упражнений).

3. Предложите варианты совершенствования техники выполнения прыжка в рамках самостоятельных занятий обучающимися физическими упражнениями.

Список литературы

Список основной литературы

1. Андриянова, Л. А. Физическая культура. Базовый уровень: Методическое пособие для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования [Электронный ресурс] / Л. А. Андриянова. — М.: Издательский центр «Академия», 2026. — 53 с. — URL: <https://academia-moscow.ru/off-line/free/701122667/701122667.pdf> (дата обращения: 24.07.2026).

2. Петрова, Т. В. Физическая культура: 1–4 классы: Методическое пособие [Электронный ресурс] / Т. В. Петрова, Ю. А. Копылов. — М.: Просвещение, 2024. — 157 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-metodicheskoe-posobie-1-4-klassi77340102/> (дата обращения: 24.07.2026).

3. Погодаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех: 1–11 классы: Методическое пособие. [Электронный ресурс] / Г. И. Погодаев. — М.: Просвещение, 2024. — 125 с. — URL: <https://prosv.ru/product/fizicheskaya-kul-tura-futbol-dlya-vseh-metodicheskoe-posobie-1-11-klassi02/> (дата обращения: 24.07.2026).

Список дополнительной литературы

1. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / сост: Ш. З. Хуббиев

[и др.]. — СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2018. — 272 с. — URL: https://sport.spbu.ru/images/library/teaching_aids/8.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

2. Лебедихина, Т. М. Гимнастика: теория и методика преподавания: Учебное пособие [Электронный ресурс] / Т. М. Лебедихина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2017. — 112 с. — URL: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/48978/1/978-5-7996-2054-7_2017.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

3. Марина, И. А. Теория и методика обучения технике спортивных способов плавания: Учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / И. А. Марина. — Новополюцк: Полоц. гос. ун-т им. Евфросинии Полоцкой, 2023. — 96 с. — URL: https://elib.psu.by/bitstream/123456789/38836/1/Marina_%d0%a3%d0%9c%d0%9f.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

4. Методика обучения и совершенствование техники легкоатлетических упражнений: Учебно-методическое пособие по легкой атлетике, дополненное и переработанное [Электронный ресурс] / П. В. Дудник [и др.]. — СПб.: РГТМУ, 2021. — 40 с. — URL: http://elib.rshu.ru/files_books/pdf/rid_3624755f08844da590d2292aa49fbc75.pdf (дата обращения: 24.07.2026).

5. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой и спортом: Учебное пособие [Электронный ресурс] / сост: Е. В. Романова [и др.]; Алтайский государственный университет. — Барнаул: АлтГУ, 2023. — 320 с. — URL: <http://elibrary.asu.ru/xmlui/bitstream/handle/asu/13150/book.pdf> (дата обращения: 24.07.2026).

Электронная поддержка образовательного процесса

1. Физическая культура [Электронный ресурс] // Единое содержание общего образования. — URL: <https://edsoo.ru/mr-fizkultura/> (дата обращения: 24.07.2026).

САМОДИАГНОСТИКА

Самодиагностика проводится до освоения программы с целью оценки первоначального уровня знаний слушателей по темам, освещаемым в дополнительной профессиональной программе повышения квалификации.

Результаты самодиагностики служат основой для более персонализированного проектирования содержания очных занятий, в том числе в части подбора методических материалов.

Самодиагностика проводится в форме онлайн-тестирования, включающего 18 тестовых заданий (6 с единичным выбором ответа, 6 с множественным выбором ответов, 2 на установление последовательности и 4 кейса).

На выполнение самодиагностики отводится 1 академический час.

Количество попыток на прохождение самодиагностики — 1.

Критерии оценки самодиагностики

Каждый верный ответ в заданиях с единичным выбором оценивается в 1 балл (максимальное количество баллов за верное выполнение заданий — 6). Каждый верный ответ в заданиях с множественным выбором оценивается в 1 балл (максимальное количество баллов за верное выполнение заданий — 18). Верно установленная последовательность в заданиях на установление последовательности оценивается в 2 балла (максимальное количество баллов за верное выполнение заданий — 4). В заданиях на решение кейса каждый верный ответ оценивается в 2 балла, частично верный ответ оценивается в 1 балл, неверный — в 0 баллов (максимальное количество баллов за верное выполнение заданий — 8). Максимальная сумма баллов за выполнение всех заданий — 36, что соответствует 100 %.

На основании результата, полученного слушателем по итогам прохождения теста самодиагностики, согласно критериям, представленным ниже, определяется уровень профессиональных знаний. Уровень условно оценивается следующим образом:

- низкий уровень — 15 баллов и менее (42 % и менее);
- недостаточный уровень — от 16 до 21 балла (от 44 % до 58 %);
- средний уровень — от 22 до 28 баллов (от 61 % до 78 %);
- высокий уровень — от 29 до 36 баллов (80 % и более).

Примеры заданий самодиагностики

1. ОПТИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ВЛАДЕНИЯ ТЕХНИКОЙ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩАЯСЯ АВТОМАТИЗИРОВАННЫМ (Т. Е. ПРИ МИНИМАЛЬНОМ КОНТРОЛЕ СОЗНАНИЯ) УПРАВЛЕНИЕМ ДВИЖЕНИЯМИ, ВЫСОКОЙ ПРОЧНОСТЬЮ И НАДЕЖНОСТЬЮ ИСПОЛНЕНИЯ, НАЗЫВАЕТСЯ *(задание с единичным выбором ответа)*:

- а) двигательным умением;
- б) техническим мастерством;
- в) двигательной одаренностью;
- г) двигательным навыком.

2. СОЗДАНИЕ ПОЛНОЦЕННОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ОБ ИЗУЧАЕМОМ ДВИЖЕНИИ ДОЛЖНЫ ВКЛЮЧАТЬ *(задание с множественным выбором ответов)*:

- а) зрительный образ двигательного действия, возникающий на основе наблюдения;
- б) логический (смысловой) образ, основанный на знании, полученном при объяснении, комментарии, сравнении, анализе;

в) двигательный образ, создаваемый на основании уже имеющегося у ученика двигательного опыта, либо на тех ощущениях, которые возникают у него при выполнении подводящих упражнений;

г) образ собственного представления о действии.

3. ТЕХНОЛОГИЯ ПРОЕКТНОГО ОБУЧЕНИЯ — ЭТО СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ПОЗНАНИЯ, СИСТЕМА ОБУЧЕНИЯ, ПРИ КОТОРОЙ ОБУЧАЮЩИЕСЯ ПРИОБРЕТАЮТ ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПЛАНИРОВАНИЯ И ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОЕКТОВ.

УКАЖИТЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ТРИАДЫ ПРОЕКТА (*задание на установление последовательности; запишите последовательность этапов одним числом, например — 231*):

- 1) замысел;
- 2) реализация;
- 3) продукт.

4. КЕЙСОВОЕ ЗАДАНИЕ: ниже представлено описание упражнений и заданий, способствующих развитию определенного физического качества. Определите, развитию какого физического качества будут способствовать представленные средства.

Описание средств:

Примерные упражнения: ходьба прямо, боком, спиной вперед с различным положением рук (в т. ч. по разметке на полу, скакалке, канату, гимнастической скамейке, рейке, напольному бревну); по ориентирам; без участия зрительного анализатора.

Ходьба с заданиями - с остановкой, с ударами мяча об пол, с приседаниями, приставными шагами, прыжками, на носках, в полуприседе, с поворотами на 90^0 , 180^0 .

Передвижение с предметами (мячом, скакалкой и др.), перешагивание через предметы; ходьба по наклонной плоскости.

Статические позы и стойки: на носках, одной ноге; с различным положением рук и ног; на малых опорах разной высоты; без участия зрительного анализатора.

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации *«Методика формирования знаний, двигательных умений и навыков в процессе образовательной деятельности по физической культуре»* проводится по совокупности выполненных на положительную оценку теста и практических работ в рамках промежуточных аттестаций по итогам освоения образовательных модулей нормативно-правового и предметно-методического разделов.