

Государственное автономное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Приморский краевой институт развития образования»  
(ГАУ ДПО ПК ИРО)

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий кафедрой ПиПВ  
М.С. Назаров  
«08» 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по научно-исследовательской и учебно-методической работе ГАУ ДПО  
ПК ИРО



О.Б. Богданова  
2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**повышения квалификации**

«Методика и технологии обучения физической культуре в образовательных организациях»

Владивосток  
2025

## Раздел 1. Характеристика программы

### 1.1. Цель реализации программы.

Совершенствование профессиональных компетенций учителей физической культуры в условиях обновления ФГОС и федеральных рабочих программ; освоение современных методик преподавания, включая нормативные изменения 2025 года, формирование умений применять их в практической деятельности.

### 1.2. Планируемые результаты обучения

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Общепедагогическая функция. Обучение. Педагог (педагогическая деятельность в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования) (учитель физической культуры)	Организация и проведение уроков и внеурочных мероприятий по физической культуре с учётом ФГОС, федеральных рабочих программ, современных методик требований безопасности	Нормативные документы, регламентирующие преподавание физической культуры; изменения в федеральных рабочих программах с 1 сентября 2025 года; возрастные особенности физического развития; методики обучения двигательным действиям и видам спорта; принципы адаптивной физической культуры; методы оценки и мониторинга физической подготовленности	Разрабатывать рабочие программы и тематическое планирование в соответствии с обновлёнными требованиями; организовывать и проводить уроки, школьные спортивные клубы и массовые мероприятия; применять адаптивные методики для обучающихся СМГ; осуществлять оценку и мониторинг физической подготовленности

1.3. Категория обучающихся: учителя физической культуры общеобразовательных организаций.

1.4. Форма обучения: очно-заочная с ДОТ.

1.5. Срок освоения программы: 36 академических часов.

## Раздел 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный (тематический) план.

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ		Самостоятельная работа, час	Формы контроля
			Лекция, час	Интерактивное (практическое) занятие, час		
	Входной контроль	1	0	0	1	Тестирование
1	Модуль 1. Актуальные нормативно-правовые изменения в преподавании физической	5	4	0	1	Практическая работа

культуры						
2	<b>Модуль 2. Современные методики обучения двигательным действиям и видам спорта</b>	8	1	6	1	Практическая работа
3.	<b>Модуль 3. Организация школьных спортивных клубов и массовых мероприятий</b>	8	1	6	1	Практическая работа
4.	<b>Модуль 4. Адаптивная физическая культура и работа с обучающимися СМГ</b>	8	1	6	1	Практическая работа
5.	<b>Модуль 5. Оценка результатов и мониторинг физической подготовленности</b>	4	1	2	1	Практическая работа
6.	<b>Итоговая аттестация</b>	2	0	2	0	Проект
<b>Итого</b>		<b>36</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	<b>6</b>	

## 2.2. Рабочая программа

### Входной контроль (самостоятельная работа – 1 ч.)

Определить уровень знаний слушателей о нормативных документах, методиках преподавания физической культуры, требованиях безопасности, а также умение структурировать урок.

**Модуль 1. Актуальные нормативно-правовые изменения в преподавании физической культуры** (лекция – 4 ч, самостоятельная работа – 1 ч.)

*Лекция.* Знакомит слушателей с актуальными документами, регламентирующими преподавание физической культуры, и с изменениями федеральных рабочих программ с 1 сентября 2025 года. Дает представление о порядке внесения изменений в рабочие программы и использования цифрового «Конструктора».

*Самостоятельная работа.* Уметь составлять таблицу изменений федеральных рабочих программ, закрепляя понимание новых требований и структурируя информацию. Уметь разрабатывать фрагмент пояснительной записки рабочей программы, правильно отражая нормативные требования и формулируя цели.

## **Модуль 2. Современные методики обучения двигательным действиям и видам спорта** (лекция – 1 ч., практическое занятие – 6 ч., самостоятельная работа – 1 ч.)

*Лекция:* Ориентирована на освоение эффективных методик обучения двигательным действиям в различных видах спорта. Предусматривает изучение вопросов техники безопасности, профилактики травм и применения ИКТ в обучении.

*Практическое занятие:* Разработать план урока по одному из модулей федеральной программы (например, «Футбол» или «Самбо») с учётом техники безопасности. Подготовить подборку цифровых ресурсов (видео, платформы) для обучения двигательным действиям.

*Самостоятельная работа:* Уметь составлять план урока по одному модулю федеральной программы, интегрируя методику обучения, безопасность и педагогические задачи. Уметь подбирать цифровые ресурсы для обучения двигательным действиям, обосновывая их выбор и способ применения.

## **Модуль 3. Организация школьных спортивных клубов и массовых мероприятий**

(лекция – 1 ч., практическое занятие – 6 ч., самостоятельная работа – 1 ч.)

*Лекция:* Раскрывает особенности планирования и проведения работы школьных спортивных клубов, интеграцию урочной и внеурочной деятельности. Формирует умения разрабатывать сценарии массовых спортивных мероприятий и взаимодействовать с внешними партнерами.

*Практическое занятие:* Разработать план работы школьного спортивного клуба на учебный год. Составить сценарий массового мероприятия (например, «День ГТО» или «Туристическая эстафета»).

*Самостоятельная работа:* Уметь разрабатывать план работы школьного спортивного клуба с учетом нормативов, задач и возможностей школы. Уметь составлять сценарий массового спортивного мероприятия, обеспечивая вовлеченность участников и соблюдение техники безопасности.

## **Модуль 4. Адаптивная физическая культура и работа с обучающимися СМГ** (лекция – 1 ч., практическое занятие – 6 ч., самостоятельная работа – 1 ч.)

*Лекция:* Описывает специфику организации уроков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Формирует навыки разработки индивидуальных образовательных маршрутов и адаптации упражнений.

*Практическое занятие:* Разработать адаптированный урок для обучающихся СМГ (слабое зрение, ДЦП, хронические заболевания). Составить перечень упражнений с модификацией под разные ограничения здоровья.

*Самостоятельная работа:* Уметь разрабатывать адаптированный урок физической культуры для обучающихся СМГ, учитывая их возможности и ограничения. Уметь составлять перечень модифицированных упражнений, соответствующих медицинским показаниям и возрасту обучающихся.

**Модуль 5. Оценка результатов и мониторинг физической подготовленности** (лекция – 1 ч., практическое занятие – 2 ч., самостоятельная работа – 1 ч.)

*Лекция:* Дает инструменты для оценки физической подготовленности и мотивации обучающихся, включая формы ведения дневников самоконтроля. Рассматривает подготовку к сдаче нормативов ГТО и использование цифровых средств мониторинга.

*Практическое задание:* Разработать форму «Дневника самоконтроля» для обучающихся и план подготовки класса к сдаче норм ГТО.

*Самостоятельная работа:* Уметь разрабатывать форму дневника самоконтроля и план подготовки к ГТО, системно подходя к оценке физической подготовленности и планированию тренировочного процесса.