

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**«ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «ОмГПУ»)



УТВЕРЖДАЮ  
Д.В. Щербаков  
2017 г.

**ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**Преподаватель физической культуры**

**Вид дополнительного образования:** профессиональная переподготовка.

**Программа:** Преподаватель физической культуры

**Контингент слушателей:** специалисты с высшим и (или) средним профессиональным образованием.

**Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу Преподаватель физической культуры,** включает обучение, воспитание, развитие, просвещение, образовательные системы.

**Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу Преподаватель физической культуры в образовательной организации,** являются обучение, воспитание, развитие, просвещение, образовательные системы.

**Виды профессиональной деятельности, к которым готовятся выпускники, освоившие программу:** педагогическая; проектная; исследовательская; культурно-просветительская.

Выпускник, освоивший программу, в соответствии с видом (видами) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа профессиональной переподготовки, должен быть готов решать следующие профессиональные задачи:

**педагогическая деятельность:**

изучение возможностей, потребностей, достижений обучающихся в области образования;

осуществление обучения и воспитания в сфере образования в соответствии с требованиями образовательных стандартов;  
использование технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметной области;

обеспечение образовательной деятельности с учетом особых образовательных потребностей;

организация взаимодействия с общественными и образовательными организациями, детскими коллективами, родителями (законными представителями) обучающихся, участие в самоуправлении и управлении школьным коллективом для решения задач профессиональной деятельности;

формирование образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с применением информационных технологий;

осуществление профессионального самообразования и личностного роста;

обеспечение охраны жизни и здоровья обучающихся во время образовательного процесса;

**проектная деятельность:**

проектирование содержания образовательных программ и современных педагогических технологий с учетом особенностей образовательного процесса, задач воспитания и развития личности через учебные предметы;

моделирование индивидуальных маршрутов обучения, воспитания и развития обучающихся, а также собственного образовательного маршрута и профессиональной карьеры;

**исследовательская деятельность:**

постановка и решение исследовательских задач в области науки и образования;

использование в профессиональной деятельности методов научного исследования;

**культурно-просветительская деятельность:**

изучение и формирование потребностей детей и взрослых в культурно-просветительской деятельности;

организация культурного пространства;

разработка и реализация культурно-просветительских программ для различных социальных групп.

**Объем программы:** 520 часов.

**Срок обучения:** 1 год.

**Форма обучения:** очно-заочная с элементами дистанционного обучения

**Место обучения:** г. Омск.

**Форма итоговой аттестации:** защита итоговой работы.

**Документ об образовании:** диплом о профессиональной переподготовке, удостоверяющий право специалиста на ведение профессиональной деятельности в сфере образования.

## ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения программы профессиональной переподготовки у выпускника должны быть сформированы общекультурные, общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу профессиональной переподготовки, должен обладать следующими **общекультурными компетенциями:**

способностью использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения (ОК-1);

способностью анализировать основные этапы и закономерности исторического развития для формирования патриотизма и гражданской позиции (ОК-2);

способностью использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве (ОК-3);

способностью к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия (ОК-4);

способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия (ОК-5);

способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-6);

способностью использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности (ОК-7);

готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8);

способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).

Выпускник, освоивший программу профессиональной переподготовки, должен обладать следующими **общепрофессиональными компетенциями:**

готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);

способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2);

готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса (ОПК-3);

готовностью к профессиональной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования (ОПК-4);

владением основами профессиональной этики и речевой культуры (ОПК-5);

готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

Выпускник, освоивший программу профессиональной переподготовки, должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа бакалавриата:

**педагогическая деятельность:**

готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ГЖ-1);

способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);

способностью решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности (ПК-3);

способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4);

способностью осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся (ПК-5);

готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса (ПК-6);  
 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности (ПК-7);

**проектная деятельность:**

способностью проектировать образовательные программы (ПК-8);  
 способностью проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся (ПК-9);  
 способностью проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития (ПК-10);

**исследовательская деятельность:**

готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования (ПК-11);  
 способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся (ПК-12);

**культурно-просветительская деятельность:**

способностью выявлять и формировать культурные потребности различных социальных групп (ПК-13);  
 способностью разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы (ПК-14).

**План учебного процесса**

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин	Распределение по модулям форм контроля		Аудиторные занятия, часов			1 модуль обучения (13 недель)			2 модуль обучения (14 недель)			3 модуль обучения (12 недель)		
							ауд. часов			ауд. часов			ауд. часов		
		экзамен	зачет	всего	лекц., пр., сем.	самостоятельной	в модуле	лекций	семинарских, практических	в модуле	лекций	семинарских, практических	в модуле	лекций	семинарских, практических
	<b>Модуль 1</b>			<b>200</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>46</b>	<b>54</b>						

1.	Правовые основы деятельности образовательной организации		1	32	16	16	16	8	8						
2.	Основы безопасности труда и обучения в образовательной организации		1	28	14	14	14	6	8						
3.	Анатомия и спортивная физиология		1	28	14	14	14	6	8						
4.	Общая и возрастная психология	1		40	20	20	20	10	10						
5.	Первая медицинская помощь на занятиях физической культурой и спортом		1	40	20	20	20	10	10						
6.	Основы спортивной медицины и ЛФК		1	32	16	16	16	6	10						
	<b>Модуль 2</b>			<b>180</b>	<b>90</b>	<b>90</b>				<b>90</b>	<b>32</b>	<b>58</b>			
7.	Педагогика	2		48	24	24				24	10	14			
8.	Профессиональная этика и этикет		2	32	16	16				16	6	10			
9.	Методика и методология исследования в сфере физической культуры		2	32	16	16				16	6	10			
10.	Методические основы преподавания физической культуры	2		68	34	34				34	10	24			
	<b>Модуль 3</b>			<b>140</b>	<b>68</b>	<b>72</b>							<b>68</b>	<b>28</b>	<b>40</b>
11.	Базовые виды спорта	3		48	24	24							24	10	14
12.	Гигиена физической культуры		3	30	14	16							14	6	8
13.	Теория и история физической культуры		3	30	14	16							14	6	8
14.	-Повышение физкультурно-спортивного мастерства -Организация спортивно-массовой работы по избранному виду спорта		3	32	16	16							16	6	10
<b>ИА</b>	<b>Итоговая аттестация</b>														
	Защита выпускной работы														
	<b>Всего часов</b>			<b>520</b>	<b>258</b>	<b>262</b>	<b>100</b>	<b>46</b>	<b>54</b>	<b>90</b>	<b>32</b>	<b>58</b>	<b>68</b>	<b>28</b>	<b>40</b>
	<b>Число экзаменов</b>	<b>4</b>					<b>1</b>			<b>2</b>			<b>1</b>		
	<b>Число зачетов</b>		<b>10</b>				<b>5</b>			<b>2</b>			<b>3</b>		

## **1. Правовые основы деятельности образовательной организации**

Специфика настоящей учебной дисциплины объясняется особым предметом регулирования, который конкретизирует проблемы правового обеспечения хозяйственно-экономической деятельности государства в процессе развития и совершенствования рыночных отношений, приобретающих правовую форму. При этом в условиях изменившейся экономической ситуации основным способом установления взаимоотношений между хозяйствующими субъектами преимущественно становится договорное регулирование. Динамика экономических процессов обуславливает конкретизацию нормативно-правовой базы, регулирующей хозяйственно-экономическую деятельность в стране, что также обусловлено необходимостью решения задач экономического обеспечения реализации функций государства. В этой связи изучение курса «Организационно-правовые основы деятельности образовательного учреждения и педагога дополнительного образования» осуществляется с учетом действующих норм специализированного законодательства, регулирующего хозяйственную сферу.

## **2. Основы безопасности труда и обучения в образовательной организации**

Основными задачами дисциплины «Основы безопасности труда и обучения в образовательной организации» являются участие в организационно-управленческой и экономической деятельности, в ходе которой слушатель получает основы знаний по основным вопросам организации безопасности трудовой деятельности в управлении персоналом, участие в информационно-аналитической деятельности, в ходе осуществления которой слушатель получает навыки анализа основного системного подхода к вопросам безопасности труда персонала в современном мире и применении их для управления организацией, социально-психологическая деятельность, в ходе которой слушатель получает основные представления о роли и месте органов управления в достижении безопасной организации трудового процесса для управления организацией, конфликтами и стрессами, участие в проектной деятельности, в ходе осуществления которой слушатель овладевает навыками разработки, реализации и оценки эффективности управленческих решений в области обеспечения безопасности трудовых процессов, применение законов о труде, иных нормативно-правовых актов социально- трудовой сферы для решения правовых вопросов трудовых отношений, овладение умением выработать совместные управленческие решения всех служб организации со службой охраны труда и фиксировать их в локальных документах организации

## **3. Анатомия и спортивная физиология**

### **ОПК-2, ОПК-6**

Анатомия и возрастная физиология как наука, её задачи и значение в физкультурном образовании. Строение, функции, возрастные особенности систем организма. Строение и функции тканей: эпителиальной, соединительной, нервной, мышечной. Возрастные изменения,

происходящие в организме. Понятие и закономерности физического развития. Критические периоды в физическом развитии детей и подростков. Строение и возрастные особенности развития опорно-двигательного аппарата. Гормональная регуляция функций организма и её возрастные особенности. Нервная система, строение и функции. Рефлексы и рефлексорная дуга. Физиологические механизмы формирования двигательного навыка. Физиологическое обоснование оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями, нормирование физических нагрузок.

#### **4. Общая и возрастная психология**

История становления психологии как науки. Становление психологии как науки. Основные направления зарубежной психологии. Культурно-историческая концепция развития психики. Изучение индивидуально-типологических особенностей человека. Субъектно-деятельностный подход в психологии. Направленность личности. Темперамент. Характер. Способности. Основные подходы к изучению способностей. Изучение эмоционально-волевых особенностей человека. Эмоции и чувства. Воля. Изучение познавательной активности человека. Психология внимания. Ощущения и сенсорная организация личности. Виды и основные закономерности организации восприятия. Память и мнемические свойства личности. Мышление и интеллектуальные особенности личности. Речь и речевые свойства личности. Понятие о воображении.

Теоретические основы психологии развития и возрастной психологии. Основные теоретические вопросы психологии развития и возрастной психологии: понятийный аппарат, детерминанты, закономерности, механизмы и движущие силы психического развития; основные теории психического развития; возраст и возрастной кризис; периодизации психического развития; возрастная норма и отклонения в психическом развитии.

Развитие человека в онтогенезе. Особенности психического и психофизиологического развития (физическое и физиологическое, когнитивное и психосоциальное развитие, регуляция поведения и деятельности) на каждом возрастном отрезке. Методы диагностики развития, общения и деятельности детей разных возрастов.

#### **5. Первая медицинская помощь на занятиях физической культурой и спортом ОК-9, ОПК-6**

Правила техники безопасности занимающихся. Требования к местам занятий физической культурой и спортом. Заболевания и травмы при занятиях физической культурой и спортом. Заболевания центральной и периферической нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной систем, опорно-двигательного аппарата, Лор-органов, органов зрения. Заболевания, являющиеся причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом. Острые травмы (ушибы сотрясения, переломы), неотложные состояния (обморок, переохлаждение, тепловые поражения). Оказание первой доврачебной помощи при занятиях физической культурой и спортом.



## **6. Основы спортивной медицины и ЛФК**

### **ОПК-2, ПК-1**

Понятие о здоровье и болезни. Понятие об иммунитете. Типовые патологические процессы. Методы обследования функциональных систем организма. Врачебно-педагогический контроль. Методы исследования физического развития. Медицинское обеспечение оздоровительной физической культуры (условия допуска к занятиям). Основы методики применения физических упражнений с лечебной целью и в системе физической реабилитации. Средства и формы лечебной физической культуры. Частные методики лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, органов пищеварения, нарушениях обмена веществ, при заболеваниях и повреждениях опорно-двигательного аппарата и нервной системы, при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей.

## **Модуль 2**

### **7. Педагогика**

Предметно-проблемное поле современной педагогики. Становление научной педагогики. Объект, предмет и функции педагогики. Система педагогических наук. Связь педагогики с другими науками. Личность как объект и субъект воспитания. Движущие силы и основные закономерности развития личности. Факторы, влияющие на формирование личности. Образование как общественное явление и педагогический процесс. Сущность образования как педагогической категории.

Сущность процесса обучения. Общее понятие о дидактике. Основные дидактические категории. Гносеологические основы процесса обучения. Движущие силы и закономерности процесса обучения. Функции и структура процесса обучения. Законы, закономерности и принципы обучения. Понятие закона, закономерности и принципа обучения. Обзор основных законов и закономерностей обучения. Принципы и правила обучения. Принцип научности. Принцип доступности. Принцип сознательности и активности. Принцип наглядности. Принцип систематичности и последовательности. Принцип прочности. Принцип воспитывающего обучения. Принцип связи теории с практикой. Принцип соответствия обучения возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся. Содержание образования. Понятие и сущность содержания образования. Основные теории формирования содержания образования. Принципы и критерии отбора содержания общего образования. Федеральный государственный образовательный стандарт. Нормативные документы, регламентирующие содержание образования. Методы и средства обучения. Понятие и сущность метода, приема и правила обучения. Эволюция методов обучения. Классификация методов обучения. Средства обучения. Выбор методов и средств обучения. Формы организации учебного процесса. Понятие форм обучения и форм организации обучения. Генезис форм обучения. Формы организации учебного процесса. Виды обучения. Диагностика и контроль в обучении. Диагностика качества обучения. Виды, формы и методы контроля. Оценка и учет результатов учебной деятельности.

## **8. Профессиональная этика и этикет**

Понятия «этика», «мораль», «нравственность». Этика как учение о морали и компонент духовной культуры. Мораль как система нравственных принципов, норм и идеалов. Основные функции морали. Место этики в системе философского и гуманитарного знания. Категории этики.

Происхождение и развитие профессиональной этики. Виды и основные принципы профессиональной этики. Специфика и разновидности профессиональной этики. Место и роль профессиональной этики в общей системе нравственных отношений современного общества.

Этика в профессиональной деятельности воспитателя дошкольного учреждения. Духовно-нравственные и социокультурные ценности общества и их связь с взаимоотношениями в системе дошкольного воспитания. Особенности работы с детьми и родителями различных возрастных, а также различных социальных, религиозных и этнических групп.

## **9. Методика и методология исследования в сфере физической культуры**

### **ОК-6, ПК-11**

Методология исследования в сфере физической культуры. Актуальные направления и проблемы научных исследований в сфере физической культуры. Методика исследований в сфере физической культуры. Методы оценки физкультурной образованности, физической подготовленности, физического развития, функциональных возможностей и здоровья человека. Методы исследования социально-психологических характеристик личности. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности. Методика научно-исследовательской работы. Виды научных и методических работ, формы их представления. Оценка результатов научной и методической деятельности.

## **10. Методические основы преподавания физической культуры**

### **ОПК-5, ПК-1**

Законодательные основы организации физкультурного образования в школе. Цель, задачи и структура физкультурного образования в школе. Средства и методы развития физических качеств. Программное содержание учебного материала по разделам программы «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности», «Физическое совершенствование». Методика обучения общеразвивающим упражнениям, требования к гимнастической терминологии. Методика обучения «Гимнастике с основами акробатики». Обучение подвижным и спортивным играм. Содержание раздела «Лыжные гонки». Методика обучения легкой атлетике. Характеристика вариативной части программного материала. Задачи, содержание и структура урока физической культуры, типы уроков их особенности. Формы

внеурочной физкультурно-оздоровительной деятельности. Планирование и контроль, правила оформления документации. Методики оценивания физической подготовленности школьников.

### **Модуль 3**

#### **11. Базовые виды спорта**

##### **ОК-8, ПК-2**

Характеристика базовых видов спорта. Научно-теоретические основы гимнастики, виды гимнастики, гимнастическая терминология, основы техники гимнастических упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям. Организация и содержание занятий гимнастикой. Методические основы спортивных игр, обучение технике и тактике, развитие физических качеств, построение занятий. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей. Организация и методика проведения подвижных игр на уроке физкультуры, во внеклассной работе, в тренировочных занятиях. Основы техники легкоатлетических упражнений. Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания. Основы техники передвижения на лыжах. Методика обучения передвижению на лыжах. Туризм как форма физической культуры, используемая в организации культурного досуга и здорового образа жизни. Организация и методика проведения туристских мероприятий.

#### **12. Гигиена физической культуры**

##### **ОПК-4, ОПК-6**

Гигиена физического воспитания как наука, её предмет, цель и задачи. Современные представления о здоровье и роль физического воспитания в формировании и сохранении здоровья. Санитарно-гигиенические нормы и требования к физкультурно-спортивным сооружениям. Гигиена почвы, воздушной и водной среды. Гигиена закаливания. Научные основы питания современного человека. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков при проведении занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности. Гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культурой. Гигиенические требования к организации занятий различными видами физкультурной деятельности. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок.

### **13. Теория и история физической культуры**

#### **ОК-2, ОПК-2**

Основные направления профессиональной деятельности специалиста физической культуры. Теория и методика физической культуры как наука и учебный предмет. Цели, задачи и содержание физкультурного образования. Принципы физкультурного образования. Обучение двигательным действиям. Развитие физических качеств. Средства физического воспитания. Методы физического воспитания. Планирование учебного процесса по физической культуре. Организация и построение занятий физической культурой. Педагогический контроль в физкультурном образовании. Формы организации занятий физическими упражнениями в образовательных учреждениях. Всеобщая история физической культуры и спорта. История физической культуры и спорта в России.

### **14. -Повышение физкультурно-спортивного мастерства**

#### **ОК-8, ОПК-2**

Характеристика и виды массового спорта. Характеристика многолетней подготовки в избранном виде спорта. Современная система спортивных школ и клубов. Характеристика системы спортивной подготовки, факторы, повышающие ее эффективность. Структура, принципы и методы спортивной тренировки. Виды спортивной подготовки. Спортивный отбор. Сенситивные периоды развития физических качеств. Правила судейства соревнований в избранном виде спорта.

#### **-Организация спортивно-массовой работы по избранному виду спорта**

#### **ОК-8, ПК-6**

Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. Методология организации и проведения спортивно-массовых мероприятий. Содержание и комплексная характеристика спортивно-массовых мероприятий. Формы спортивно-массовых мероприятий. Естественные и функциональные факторы оздоровления населения. Организация и проведения спортивно-массовых мероприятий в условиях образовательного учреждения. Основы судейства соревнований в базовых видах спорта. Основы спортивной режиссуры.

### **Итоговая аттестация.**

Итоговая аттестация выпускников программы профессиональной переподготовки «Преподаватель физической культуры» проводится в форме защиты выпускной работы.

### **Тематика выпускных работ:**

1. Сопряженный метод в развитии скоростной силы младших школьников, занимающихся настольным теннисом.
2. Развитие гибкости посредством игровых комплексов у мальчиков 11-13 лет, занимающихся спортивными бальными танцами.
3. Методика развития общей выносливости юных легкоатлетов 11-13 лет средствами кроссовой подготовки.
4. Методика проведения физкультурных минуток в режиме учебного дня учащихся 5-7 классов.
5. Развитие выносливости юношей 15-17 лет средствами волейбола.
6. Развитие скоростно-силовых качеств школьников 12-13 лет, занимающихся баскетболом.
7. Комплексное развитие физических качеств средствами футбола у юношей старшего школьного возраста.
8. Силовая подготовка юношей 9 класса средствами самовоспитания.
9. Развитие силовой выносливости девушек 15-17 лет, занимающихся аквааэробикой с отягощенными манжетами.