

**УТВЕРЖДЕНЫ**  
**Заведующим кафедрой**  
**ТиМФВиС**  
**М.П.Ступень**  
**17.09.2025**

## **ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**к экзамену по учебной дисциплине «Теория и методика физического воспитания»**  
**для студентов 4 курса заочной формы получения образования (8 семестр)**  
**для специальностей:**

1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;  
1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура  
(по направлениям)»;  
1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;  
1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;  
1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»;  
  
6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»;  
6-05-1012-01 «Физическая культура»;  
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта);  
6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»;  
6-05-1012-04 «Организация и управление физической культурой,  
спортом  
и туризмом»

**на 2025/2026 учебный год**

### **I. Программные, нормативные документы, регламентирующие работу по физическому воспитанию в системе образования**

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании (2022 г.).
2. Образовательные стандарты учебного предмета «Физическая культура и здоровье» 1-4классы), (5-9 классы), (10-11 классы) (2018 г.).
3. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования РБ «Особенности организации образовательного процесса при изучении учебного предмета «Физическая культура и здоровье» с учащимися в учреждениях общего среднего образования в 2025/2026 учебном году».
4. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования РБ «Об организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учащимися в учреждениях общего среднего образования в 2025/2026 учебном году».
5. Положение о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь «Готов к труду и обороне».

6. Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для учреждений общего среднего образования с русским языком обучения (2025 г.).

## **II. Физическое воспитание в учреждениях общего среднего образования**

1. Значение физического воспитания в период обучения в учреждениях общего среднего образования.

2. Функции физической культуры при реализации образовательной программы общего среднего образования (образовательная, воспитательная, оздоровительная, эстетическая, нормативная).

3. Цель и задачи изучения учебного предмета «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

4. Обоснование принципа доступности и индивидуализации в физическом воспитании.

5. Обоснование принципа сознательности и активности в физическом воспитании.

6. Особенности организации образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (обеспечение безопасности занятий, форма одежды, места проведения занятия, расписание уроков).

7. Физическое воспитание учащихся I – IV классов (задачи, формы занятий, содержание).

8. Физическое воспитание учащихся V – IX классов (задачи, формы занятий, содержание).

Физическое воспитание учащихся X – XI классов (задачи, формы занятий, содержание).

10. Особенности развития двигательных способностей на уроках физической культуры (скоростных, силовых, координационных, гибкости, выносливости).

11. Характеристика правильной осанки и методика ее формирования на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

12. Особенности методики обучения двигательным действиям на уроках физической культуры. Предпосылки обучения двигательным действиям.

13. Использование метода строго регламентированного упражнения при обучении двигательным действиям на уроках физической культуры в учреждениях общего среднего образования.

14. Формирование основ знаний при изучении учебного предмета «Физическая культура и здоровье» в I – XI классах в учреждениях общего среднего образования.

15. Методика проведения подвижных игр на учебных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в младших классах.

16. Дозирование нагрузок на уроке физической культуры (показатели, динамика).

17. Предпосылки, определяющие эффективность технологии планирования физкультурного образования (личный опыт и знания учителя, наличие программно-нормативных требований, учет климатических, экологических и материально-технических условий).

18. Требования к планированию процесса физкультурного образования (научность, непрерывность, последовательность и параллельность, согласованность компонентов и др.).

19. Содержание инвариантного и вариативного компонентов учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для учащихся V- XI классов учреждений общего среднего образования с русским языком обучения.

20. Технология разработки годового плана-графика распределения учебного материала по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

21. Технология разработки календарно-тематического плана-графика на четверть по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

22. Технология разработки плана-конспекта урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

23. Содержание и особенности организации и проведения «игрового урока» в I-IV и V-IX классах по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

24. Типы и виды уроков физической культуры.

25. Научно-методические основы построения урока физической культуры.

26. Структура, содержание и методика проведения подготовительной части урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

27. Структура, содержание и методика проведения основной части урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

28. Структура, содержание и методика проведения заключительной части урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

29. Распределение времени на уроке по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» при получении общего среднего, профессионально-технического и среднего специального образования.

30. Особенности организации и проведения образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в 2025/2026 учебном году.

31. Заблаговременная подготовка учителя физической культуры к уроку.

32. Непосредственная подготовка учителя физической культуры к уроку.

33. Методы организации деятельности учащихся на уроке по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

34. Формирование учебных групп учащихся класса для проведения урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

35. Групповой метод организации работы учащихся на уроке по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

36. Фронтальный метод организации работы учащихся на уроке по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

37. Индивидуальный метод организации учащихся на уроке по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

38. Круговая тренировка и ее разновидности, используемые на уроках физической культуры.

39. Использование метода дополнительных упражнений на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

40. Домашние задания по физической культуре и подготовка учащихся к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

41. Объекты и виды педагогического контроля в физическом воспитании учащихся.

42. Требования к педагогическому контролю (комплексность, объективность и т.д.).

43. Методика тестирования физической подготовленности на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

44. Характеристика тестовых упражнений, используемых на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для определения силовых, скоростно-силовых и координационных способностей (техника и методика их выполнения).

45. Педагогический анализ урока физической культуры.

46. Методика проведения пульсометрии на уроке физической культуры.

47. Характеристика общей и моторной плотности урока физической культуры.

48. Методика проведения хронометрирования урока физической культуры.

49. Особенности аттестации учащихся учреждений общего среднего образования, относящихся по состоянию здоровья к основной, подготовительной и специальной медицинским группам.

50. Самоконтроль в процессе физического воспитания.

51. Характеристика форм занятий в физическом воспитании учащихся (урочных и неурочных).

52. Физкультурно-оздоровительные мероприятия с учащимися в режиме учебного и продленного дня в учреждениях общего среднего образования.

53. Организационно-методические основы проведения физкультминуток в учреждениях общего среднего образования.

54. Задачи, содержание и организация внеурочных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учащимися в учреждениях общего среднего образования.

55. Содержание инвариантного и вариативного компонентов учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в I-XI классах учреждений общего среднего образования.

56. Организационно-методические основы физического воспитания учащихся по месту жительства и в семейном быту.

57. Организационно-методические основы проведения круглогодичной спартакиады по видам спорта в учреждениях общего среднего образования.

58. Использование игрового и соревновательного методов на уроках физической культуры с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста.

59. Особенности аттестации учащихся I-XI классов по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

### **III. Физическое воспитание в системе профессионально-технического, среднего специального и высшего образования**

1. Профессионально-прикладная направленность физического воспитания в системе профессионально-технического и среднего специального образования.
2. Особенности организации, планирования и содержания образовательного процесса по общему физкультурному образованию учащихся при получении профессионально-технического и среднего специального образования.
3. Текущая, промежуточная и итоговая аттестация учащихся по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» при получении профессионально-технического и среднего специального образования.
4. Цель, задачи и содержание общего физкультурного образования студентов учреждений высшего образования.
5. Особенности физического воспитания студентов учреждений высшего образования с профессионально-прикладной направленностью (задачи, формы занятий, средства,).
6. Особенности организации и проведения занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» со студентами основных учебных групп для занятий видами спорта (задачи, средства, методы).
7. Особенности организации и проведения учебных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» со студентами основных и подготовительных учебных групп (задачи, средства, методы).
8. Особенности организации и проведения учебных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» со студентами специальных медицинских групп (задачи, средства, методы).
9. Формы занятий по физической культуре и спорту со студентами.

Рассмотрено на заседании кафедры. Протокол от 17.09.2025 № 2

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Коледа В. А. Основы физической культуры : учеб. пособие / В. А. Коледа, В. Н. Дворак. – Минск : БГУ, 2016. – 191 с.
2. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / А. М. Максименко. – 2-е изд., испр. и доп. ; Гриф УМО РФ. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – М. : Омега-Л ; СПб. : Лань, 2004. – 160 с.
4. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учеб. по направлению подгот. бакалавриата 49.03.01 и магистратуры 49.04.01 – «Физ. культура», 49.04.03 – «Спорт»; по направлению подгот. науч.-пед. кадров в аспирантуре 49.06.01 – «Физ. культура» / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – М. : СПОРТ, 2021. – 517 с.
5. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учр. высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – М. : Академия, 2014. – 478 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

6. Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Г. В. Барчуковой. – 3-е изд., стер. ; Гриф ФГУ "Фед. ин-т развития образования". – М. : КНОРУС, 2015. – 365 с.
7. Горовой В. А. Теория и методика физического воспитания в схемах и таблицах : пособие / В. А. Горовой, М. И. Масло ; М-во образования Респ. Беларусь, Мозыр. гос. пед. ун-т им. И. П. Шамякина. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2016. – 119 с.
8. Гужаловский А. А. Физическое воспитание в школе : метод. пособие / А. А. Гужаловский, Е. Н. Ворсин. - Минск : Полымя, 1988. – 95 с.
9. Концептуальные и методологические основы учебного предмета "Физическая культура и здоровье" / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; под общ. ред. В. Н. Кряжа. – Минск : БГУФК, 2018. – 46 с.
10. Кряж В. Н. Введение в гуманизацию физического воспитания : метод. пособие : в 3 ч. / В. Н. Кряж. – Минск : Четыре четверти, 1996. – Ч. 3 : Гуманистическая концепция и практика физического воспитания (вводная характеристика) – 87 с.
11. Лях В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития / В. И. Лях. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
12. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / А. М. Максименко. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.

13. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – М. : Омега-Л ; СПб. : Лань, 2004. – 160 с.

14. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) : учеб. для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

15. Организационные и методические основы внедрения государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь в практику работы организаций : метод. рекомендации / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь ; [авт.-разраб.: П. Г. Ворон, В. Ф. Касач]. – Минск : РУМЦ ФВН, 2016. – 82 с.

16. Основы теории и методики физической культуры : [учеб. для техникумов физ. культуры / авт. коллектив: В. М. Выдрин и др.] ; под общ. ред. А. А. Гужаловского. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 352 с.

17. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов вузов : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимп. лит., 2003. – 2 т.

18. Теория и методика физического воспитания : пособие для студентов учреждений высш. образования, обучающихся по специальности 1-03 02 01 «Физ. культура» / А. Г. Фурманов [и др.] ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т ; [под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича]. – Минск : [БГПУ], 2014. – 415 с.

19. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования по специальностям "Физ. культура (по направлениям)"; "Оздоров. и адаптив. физ. культура (по направлениям)"; "Физ. реабилитация и эрготерапия (по направлениям)"; "Спортив.-пед. деятельность (по направлениям)"; "Спортив.-турист. деятельность (по направлениям)" / А. Г. Фурманов [и др.] ; под ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск ; РИВШ, 2021. – 491 с.

20. Физическая культура : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования / Е. С. Григорович [и др.] ; под ред. Е. С. Григоровича, В. А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск : Вышэйшая школа, 2014. – 352 с.

21. Физическая культура и здоровье: подвижные и спортивные игры: пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / А. Г. Фурманов [и др.]; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск: Аверсэв, 2016. – 478 с.

22. Физическая культура и здоровье: циклические и сложнокоординационные виды спорта: пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / Г. П. Косяченко [и др.]; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск: Аверсэв, 2016. – 446 с.

23. Шебеко В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс / В. Н. Шебеко ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т . – Минск : БГПУ, 2015. – 97 с.

24. Якуш Е. М. Основы обучения двигательным действиям в физическом воспитании : пособие / Е. М. Якуш ; М-во спор та и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 6-е изд., стер. – Минск : БГУФК, 2019. – 30с.

25. Якуш Е. М. Средства, методы и принципы физического воспитания : пособие / Е. М. Якуш; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2019. – 87 с.

## НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

26. Кодекс Республики Беларусь об образовании [Электронный ресурс] : 13 янв. 2011 г., № 243-З : принят Палатой представителей 2 дек. 2010 г. : одобр. Советом Респ. 22 дек. 2010 г. : в ред. Закона Респ. Беларусь от 23.07.2019 г. // *іlex* / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2022.

27. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2014 г. № 125-З : в ред. от 9 янв. 2018 г. № 92-З // *іlex* / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2022.

28. Положение о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь [Электронный ресурс] : утв. постановлением М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 02 июля 2014 г., № 16 : в ред. от 15 апр. 2022 г. № 11 // *іlex* / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2022.

29. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 26.12.2018 № 125 «Об утверждении образовательных стандартов общего среднего образования» // *іlex* / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2022.

30. Учебные программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для I-IV, V-IX и X-XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования, с русским языком обучения и воспитания (2025).

Рассмотрено на заседании кафедры протокол от 17.09.2025 № 2.