

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего**  
**образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-**  
**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**Н.А. Захарова**

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ОСНОВЫ  
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГА В  
ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**

**Челябинск**  
**2025**

**УДК 796.06**

**ББК 75.119**

**3-38**

Захарова, Н. А. Теоретические и прикладные основы научно-методической работы педагога в области физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие – Челябинск: изд-во «Уральская академия», 2025. – 88 с.

ISBN 978-5-91283-37-7-5

В учебно-методическом пособии раскрываются теоретические и практические аспекты научно-методической деятельности педагога в области физической культуры и спорта. Рассматриваются сущность, структура и функции методической работы, её значение для профессионального развития педагога и повышения качества образовательного процесса. Особое внимание уделено вопросам планирования и организации методической деятельности, документационному обеспечению, современным тенденциям, инновационным технологиям и здоровьесберегающим методам обучения.

Представленные материалы могут быть интересны специалистам в области физического воспитания и спорта.

**Рецензенты:**

**Кравцова Л.М.**, кандидат педагогических наук, доцент

**Макаренко В.Г.**, доктор педагогических наук, профессор

© Захарова Н.А. 2025

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>	
<b>1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА</b>	
1.1 Понятие, сущность и структура научно-методической работы в сфере физической культуры и спорта	7
1.2 Методическая деятельность как компонент профессиональной компетентности педагога физической культуры	11
1.3 Нормативно-правовая и концептуальная база научно-методической работы педагога	17
1.4 Научно-методические основы физического воспитания и спортивной подготовки	22
1.5 Современные тенденции и направления развития научно-методической деятельности в образовании и спорте	28
<b>2 ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГА</b>	
2.1 Формы, виды и организация методической деятельности в образовательных учреждениях	34
2.2 Планирование научно-методической деятельности педагога	39
2.3 Документационное обеспечение научно-методической работы	45
2.4 Работа в методических объединениях и профессиональных сообществах педагогов физической культуры и спорта	51
<b>3 ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА</b>	
3.1 Методика разработки учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорту	57
3.2 Разработка программ физического воспитания с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	61
3.3 Применение инновационных технологий и здоровьесберегающих методов в образовательном процессе	67
3.4 Методическое обеспечение спортивно-массовых мероприятий и соревнований	72
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ</b>	84
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>	86

## ВВЕДЕНИЕ

Современное образование переживает этап глубоких преобразований, связанных с переходом к компетентностной модели подготовки специалистов, цифровизацией образовательного пространства, внедрением инновационных технологий и ростом требований к качеству педагогической деятельности. В этих условиях особую значимость приобретает научно-методическая работа педагога как ключевое направление его профессиональной активности, обеспечивающее эффективность, результативность и развитие образовательного процесса.

В области физической культуры и спорта методическая деятельность выступает неотъемлемым компонентом профессиональной компетентности будущего педагога. Она объединяет в себе научно-исследовательскую, проектировочную, аналитическую и практическую составляющие, направленные на организацию и совершенствование физкультурно-спортивной работы, формирование у обучающихся культуры здоровья, развитие физических качеств и двигательной активности. От уровня методической подготовки педагога зависит не только качество преподавания, но и успешность воспитания личности, мотивированной на здоровый образ жизни и физическое самосовершенствование.

Научно-методическая деятельность представляет собой системную, целенаправленную работу по обеспечению педагогического процесса научными знаниями, методическими материалами, инновационными технологиями и эффективными средствами организации образовательной среды. Для педагога физической культуры она является основным инструментом профессионального саморазвития и основой для построения современного, научно обоснованного и здоровьесберегающего образовательного процесса.

Актуальность изучения теоретических и прикладных основ научно-методической работы определяется несколькими факторами.

Во-первых, современная школа и университет предъявляют к педагогу новые требования – не только умение преподавать дисциплину, но и способность проектировать, анализировать, корректировать и развивать образовательный процесс.

Во-вторых, быстрое обновление технологий, появление цифровых и дистанционных форм обучения требуют от педагога владения современными инструментами методической деятельности.

В-третьих, растущее внимание к вопросам сохранения здоровья обучающихся, профилактике гиподинамии, развитию мотивации к физической активности делает необходимым использование научно обоснованных здоровьесберегающих технологий.

Кроме того, особая роль научно-методической деятельности проявляется в том, что она формирует профессиональное мышление педагога – умение критически осмысливать собственную практику, искать инновационные решения, использовать достижения науки для совершенствования педагогических действий.

Данное учебно-методическое пособие предназначено для студентов университетов физической культуры и спорта, будущих учителей, преподавателей и тренеров. Оно направлено на формирование у них представлений о структуре, содержании, направлениях и функциях научно-методической деятельности, а также на развитие умений проектировать, планировать и анализировать педагогический процесс с научно-методических позиций.

Пособие раскрывает теоретические основы методической работы, освещает организационные формы и виды деятельности педагога, а также прикладные аспекты – разработку учебных программ, планирование, документационное обеспечение, проведение спортивно-массовых мероприятий и диагностику эффективности педагогического труда. Особое внимание уделено применению инновационных и здоровьесберегающих технологий, что соответствует современным тенденциям развития образования и физической культуры.

Материал изложен в логической последовательности – от научно-теоретических положений к практическим инструментам педагогической деятельности. Каждый раздел включает ключевые понятия, раскрытие основных закономерностей и методических принципов, а также вопросы для самоконтроля и тестовые задания, способствующие развитию аналитического мышления и самостоятельной работы студентов.

Учебное пособие специально адаптировано для студентов педагогических и физкультурных направлений подготовки. Его структура и методическое наполнение соответствуют современным требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, профессиональных компетенций и программ повышения квалификации специалистов.

Особое преимущество данного пособия состоит в его практической направленности и научно-методической проработанности: все темы сопровождаются примерами педагогических ситуаций, алгоритмами деятельности, схемами планирования и контроля, что делает материал доступным для применения в будущей профессиональной практике.

Овладение знаниями и умениями в области научно-методической работы позволит будущему педагогу стать компетентным специалистом, способным творчески и ответственно организовать образовательный процесс, внедрять инновации, воспитывать культуру здоровья и физического совершенствования у подрастающего поколения.

# 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

## 1.1. Понятие, сущность и структура научно-методической работы в сфере физической культуры и спорта

Термин «научно-методическая работа» в педагогике используется для обозначения системы действий, направленных на научное обоснование, планирование, организацию, совершенствование и оценку педагогического процесса.

Согласно определению, предложенному Н. В. Кузьминой и А. П. Тряпицыной, научно-методическая работа – это целенаправленная деятельность педагогических кадров по повышению профессионального уровня, внедрению достижений науки и передового опыта в практику обучения и воспитания.

В сфере физической культуры и спорта данное понятие приобретает особое значение, так как педагогическая деятельность здесь тесно связана с физиологией, биомеханикой, спортивной тренировкой, психологией и медициной.

Следовательно, методическая работа должна базироваться на научных принципах и данных, обеспечивая не только эффективность учебного процесса, но и безопасность, оздоровительный эффект и индивидуализацию педагогического воздействия.

Научно-методическая работа в физкультурно-спортивной сфере включает в себя:

- анализ состояния учебно-воспитательного процесса и его результатов;
- разработку и внедрение методических рекомендаций, программ, технологий;
- научно-практическое обобщение педагогического опыта;
- проведение экспериментальной и исследовательской работы;
- организацию методического взаимодействия педагогов и тренеров.

Таким образом, научно-методическая работа является системной формой интеграции научных знаний и педагогической практики, обеспечивающей устойчивое развитие профессиональной компетентности педагога и повышение эффективности физического воспитания.

Сущность и значение научно-методической деятельности педагога

Сущность научно-методической работы проявляется в её направленности на развитие профессионализма педагога и совершенствование педагогического процесса средствами науки, анализа и инноваций.

Она выполняет как образовательную, так и исследовательскую функции: с одной стороны, педагог осваивает новые методы и технологии, а с другой – активно участвует в создании и апробации новых подходов.

Для педагога физической культуры и спорта методическая деятельность не ограничивается ведением документации или участием в заседаниях методических объединений.

Она включает в себя постоянный поиск, экспериментирование, анализ и саморазвитие, что делает её основой профессиональной самореализации.

Главные цели научно-методической работы в сфере физической культуры:

- обеспечение научной и педагогической обоснованности образовательного процесса;
- совершенствование методов, средств и форм обучения;
- развитие аналитического и исследовательского мышления педагога;
- внедрение инноваций и передового педагогического опыта;
- повышение качества физического воспитания и спортивной подготовки обучающихся.

Таким образом, научно-методическая деятельность является ядром педагогического мастерства, она объединяет в себе знание,

исследование и практику, делая процесс физического воспитания более гибким, современным и осмысленным.

### Структура научно-методической работы педагога

Научно-методическая работа имеет четко выраженную структуру, которая отражает её системный характер. Основные структурные компоненты включают:

Целевой компонент – определяет цели и задачи методической работы в соответствии с образовательными стандартами, программами развития и приоритетами учреждения.

Целью является повышение качества учебно-воспитательного процесса и развитие профессиональной компетентности педагогов.

Содержательный компонент – включает направления, формы и виды деятельности: анализ, планирование, разработку программ, участие в методических объединениях, проведение открытых уроков, исследовательскую и инновационную деятельность.

Организационный компонент – отражает систему планирования, распределения обязанностей, координации и взаимодействия участников методической деятельности (администрации, педагогов, тренеров, методистов).

Диагностико-аналитический компонент – обеспечивает сбор, обработку и анализ информации о состоянии учебного процесса, результатах деятельности, уровне профессиональных компетенций педагогов.

Рефлексивно-прогностический компонент – направлен на осмысление полученных результатов, самоанализ, определение перспектив и путей дальнейшего развития методической работы.

Эта структура делает методическую деятельность неразрывной частью управляемого педагогического процесса, где каждый элемент взаимодействует с другими, создавая единую систему профессионального совершенствования педагога.

### Функции и направления научно-методической работы

В современной педагогической практике научно-методическая работа выполняет несколько ключевых функций:

Аналитическую, связанную с изучением эффективности образовательного процесса, анализом уроков и достижений обучающихся;

Проектировочную, включающую разработку методических рекомендаций, программ, календарных планов и инновационных проектов;

Организационно-координационную, обеспечивающую взаимодействие педагогов, обмен опытом и проведение методических мероприятий;

Инновационную, направленную на внедрение современных технологий и здоровьесберегающих подходов;

Контрольно-оценочную, позволяющую отслеживать динамику профессионального роста педагога и качество образовательных результатов.

Эти функции обеспечивают комплексность методической работы и делают её важным инструментом развития образовательной среды учреждения.

Роль научно-методической работы в профессиональном развитии педагога

Для педагога физической культуры и спорта участие в научно-методической деятельности – это путь профессионального становления.

Она способствует формированию аналитического мышления, умения оценивать эффективность собственной работы, планировать развитие обучающихся, использовать научные данные в педагогической практике.

Методическая работа формирует у педагога следующие компетенции:

- способность к самоанализу и саморазвитию;
- умение обобщать и применять педагогический опыт;
- владение инновационными и здоровьесберегающими технологиями;
- исследовательскую культуру и готовность к экспериментальной деятельности;

- умение проектировать образовательный процесс и прогнозировать его результаты.

Постоянное участие в научно-методической работе способствует не только росту профессионализма, но и развитию педагогического стиля, авторской позиции и способности к педагогическому творчеству.

Таким образом, научно-методическая работа педагога в области физической культуры и спорта представляет собой системную, целенаправленную и непрерывную деятельность, направленную на обеспечение научно обоснованного, результативного и инновационного педагогического процесса.

Она соединяет научное знание и практическую деятельность, создавая условия для постоянного совершенствования профессиональных компетенций педагога, повышения качества физического воспитания и укрепления здоровья обучающихся.

Научно-методическая работа – это не просто форма организации деятельности, а основа профессиональной культуры современного педагога, определяющая эффективность всей системы физкультурно-спортивного образования.

## 1.2. Методическая деятельность как компонент профессиональной компетентности педагога физической культуры

Современная система образования ориентирована на формирование компетентного, творчески мыслящего педагога, способного эффективно решать профессиональные задачи, адаптироваться к изменениям и внедрять инновации в образовательный процесс.

В этой связи ключевым элементом профессионализма педагога физической культуры становится методическая деятельность, которая обеспечивает осознанное, научно обоснованное и целенаправленное построение учебно-воспитательного процесса.

Педагог по физической культуре и спорту не просто транслирует знания и упражнения, а выступает как исследователь, проектировщик и организатор физкультурно-образовательной среды.

Именно методическая компетентность позволяет ему грамотно сочетать теоретические основы педагогики и физиологии с практическими задачами физического воспитания, обеспечивая высокое качество обучения и воспитания обучающихся.

Понятие профессиональной компетентности педагога

Понятие «профессиональная компетентность» в педагогике рассматривается как интегральное качество личности специалиста, включающее систему знаний, умений, профессиональных установок и личностных качеств, обеспечивающих успешное выполнение педагогических функций.

По определению А. К. Марковой, компетентность – это не только владение информацией, но и способность применять знания и опыт в конкретных педагогических ситуациях, принимать решения и нести ответственность за их результат.

Профессиональная компетентность педагога физической культуры включает:

- психолого-педагогическую компетентность – понимание закономерностей развития личности, возрастных особенностей, мотивов поведения;
- методическую компетентность – владение современными технологиями, методами, формами и средствами обучения;
- коммуникативную компетентность – умение взаимодействовать с обучающимися, коллегами и родителями;
- информационно-технологическую компетентность – использование ИКТ, цифровых платформ, средств диагностики;
- рефлексивную компетентность – способность к самоанализу и коррекции собственной деятельности.

Среди этих компонентов методическая компетентность занимает центральное место, поскольку она объединяет все

остальные аспекты професионализма, выступая связующим звеном между теорией и практикой.

Сущность методической деятельности педагога физической культуры

Методическая деятельность – это целенаправленная, систематическая работа педагога, направленная на обеспечение эффективности учебно-воспитательного процесса, повышение его научно-методического уровня и внедрение инновационных подходов в практику физического воспитания.

В отличие от общепедагогической деятельности, методическая работа имеет аналитико-конструктивный характер и предполагает:

- исследование педагогических явлений и процессов;
- разработку методических рекомендаций и программ;
- проведение анализа уроков и тренировок;
- обобщение и распространение педагогического опыта;
- совершенствование собственных технологий обучения.

Таким образом, методическая деятельность – это практическое выражение научного мышления педагога, его способность преобразовывать теорию в эффективную педагогическую практику.

В сфере физической культуры она охватывает планирование учебных и тренировочных занятий, подбор средств и методов, разработку индивидуальных программ, ведение документации, проведение самоанализа, участие в методических объединениях и конференциях.

Она обеспечивает единство научного и практического подходов, что особенно важно при организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности обучающихся.

Роль методической деятельности в структуре профессиональной компетентности

Методическая деятельность является структурообразующим компонентом профессиональной компетентности педагога, так как именно она обеспечивает реализацию его знаний, умений и ценностных установок в реальном педагогическом процессе.

Её роль выражается в нескольких аспектах:

1. Познавательно-информационный аспект – педагог осваивает современные научные и методические знания, изучает инновации, систематизирует и обновляет педагогический опыт.
2. Проектировочно-конструктивный аспект – реализуется в разработке и планировании образовательных программ, составлении конспектов, календарных и индивидуальных планов занятий.
3. Организационно-деятельностный аспект – связан с практической реализацией программ и методических разработок, проведением занятий и соревнований.
4. Аналитико-оценочный аспект – проявляется в способности педагога анализировать эффективность собственной работы, оценивать динамику физического развития обучающихся, вносить корректизы в методику.
5. Рефлексивно-развивающий аспект – направлен на самооценку, профессиональное самосовершенствование и творческое развитие личности педагога.
6. Методическая деятельность формирует способность педагога действовать осознанно, доказательно и результирующе, что делает её ключевым показателем профессионального уровня.

Методическая компетентность как основа профессионализма педагога

Методическая компетентность педагога физической культуры проявляется в умении применять научно обоснованные методы, приёмы и технологии обучения, ориентированные на развитие личности и физической подготовленности обучающихся.

Она включает:

- знание закономерностей физического развития и принципов обучения двигательным действиям;
- владение методами диагностики, контроля и оценки результатов;

- умение проектировать содержание и структуру занятий;
- использование инновационных и здоровьесберегающих технологий;
- способность адаптировать методику под индивидуальные особенности обучающихся.

Методическая компетентность является не статическим знанием, а динамическим качеством, формирующимся в процессе профессиональной деятельности, самообразования, анализа и взаимодействия с коллегами.

Её развитие требует системной методической работы, участия в научно-практических конференциях, педагогических советах, семинарах, а также постоянного самообразования.

Для педагога физической культуры высокий уровень методической компетентности означает не только умение организовать процесс обучения, но и способность воспитывать личность, формировать мотивацию к физическому совершенствованию, здоровому образу жизни и самодисциплине.

#### Пути формирования методической компетентности

Формирование методической компетентности педагога происходит на протяжении всей профессиональной деятельности и включает несколько этапов:

Этап профессиональной подготовки – овладение базовыми знаниями о педагогике, психологии, физиологии, теории и методике физического воспитания.

Этап адаптации – освоение практических навыков, участие в методической работе, анализ собственных уроков, планирование занятий.

Этап саморазвития – участие в инновационной деятельности, исследовательской работе, обобщение педагогического опыта, публикации.

Этап профессионального мастерства – формирование авторской методической системы, наставничество, участие в разработке образовательных программ и методических рекомендаций.

Каждый из этапов сопровождается ростом аналитического мышления, способности к прогнозированию и принятию педагогических решений на основе научных данных.

### Методическая деятельность в контексте современного образования

Современные тенденции развития образования (цифровизация, внедрение компетентностной модели, инклюзия, проектное обучение) предъявляют к педагогу физической культуры новые требования.

Он должен уметь использовать цифровые ресурсы для планирования и анализа уроков, применять интерактивные технологии, разрабатывать авторские программы, работать с обучающимися разных уровней подготовки и состояния здоровья.

Методическая деятельность в этих условиях становится ключевым инструментом адаптации педагога к изменениям образовательной среды.

Она обеспечивает гибкость, мобильность и инновационность профессионального мышления, что делает педагога не просто исполнителем программ, а субъектом педагогического творчества и исследовательской работы.

Таким образом, методическая деятельность является центральным компонентом профессиональной компетентности педагога физической культуры, определяющим качество его педагогического труда, способность к саморазвитию и инновационной деятельности.

Она объединяет теорию и практику, знание и творчество, науку и опыт, обеспечивая эффективную реализацию задач физического воспитания и спорта в образовательных учреждениях.

Развитие методической компетентности способствует становлению педагога как рефлексивного профессионала, способного анализировать собственную деятельность, внедрять новые технологии и формировать у обучающихся ценностное отношение к физической культуре как важнейшему фактору здоровья, самореализации и гармоничного развития личности.

### 1.3 Нормативно-правовая и концептуальная база научно-методической работы педагога

Научно-методическая деятельность педагога не существует изолированно: она реализуется в рамках образовательной политики государства и регулируется целым комплексом нормативно-правовых актов и концептуальных документов.

Именно правовые и концептуальные основы обеспечивают системность, законность и научную обоснованность методической работы, определяя цели, содержание, организационные формы и критерии эффективности деятельности педагога.

Современная нормативно-правовая база в области физической культуры и спорта направлена на реализацию конституционного права граждан Российской Федерации на образование и охрану здоровья, развитие массового спорта и формирование культуры здоровья у подрастающего поколения.

В этих условиях методическая деятельность педагога выступает инструментом практического воплощения государственной стратегии в области образования, физического воспитания и спорта.

Нормативно-правовые основы методической работы педагога

Правовую основу деятельности педагогов физической культуры и спорта составляют федеральные законы, государственные стандарты, профессиональные стандарты, подзаконные акты и локальные документы образовательных организаций.

К числу базовых нормативных документов относятся:

Конституция Российской Федерации (1993 г.)

Определяет право граждан на образование (ст. 43) и охрану здоровья (ст. 41). Эти положения формируют основу для развития системы физического воспитания и здоровьесберегающего образования.

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.

Задаёт правовые рамки образовательной деятельности, устанавливает принципы государственной политики в области

образования, включая гуманистический характер, приоритет здоровья и личностного развития обучающихся.

В статье 47 закреплены права и обязанности педагогических работников, в том числе необходимость их методического и профессионального совершенствования.

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329-ФЗ от 4 декабря 2007 г.

Определяет цели и задачи государственной политики в области физической культуры, принципы физического воспитания, организацию подготовки кадров и методическое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности.

Закон подчёркивает, что педагогическая и методическая работа в сфере физической культуры должна опираться на научные исследования, стандарты и программы развития отрасли.

Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС)

ФГОС общего, среднего профессионального и высшего образования формируют требования к результатам освоения дисциплин и компетенциям выпускников.

Для педагогов физической культуры особенно важны компетенции в области организации и методического обеспечения образовательного процесса, анализа и оценки эффективности деятельности, разработки индивидуальных программ физического воспитания.

Профессиональный стандарт «Педагог» (утв. приказом Минтруда России № 544н от 18 октября 2013 г.)

Конкретизирует трудовые функции педагога, включая проектирование образовательных программ, методическую и исследовательскую работу, саморазвитие и профессиональную рефлексию.

Педагог обязан владеть современными методиками обучения, использовать инновационные технологии и участвовать в методической работе коллектива.

Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г. (утв. распоряжением Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р)

Документ определяет приоритетные направления государственной политики: развитие кадрового потенциала, совершенствование методического обеспечения, внедрение цифровых технологий, формирование мотивации к занятиям физической культурой.

Национальные проекты «Образование» и «Демография» (подпрограмма «Спорт – норма жизни»)

Предусматривают развитие инфраструктуры, повышение квалификации педагогов и создание современной методической базы физического воспитания.

Локальные акты образовательных организаций

Положения о методической работе, планах методических объединений, графиках контроля и аттестации конкретизируют формы и порядок организации научно-методической деятельности на уровне учреждения.

Таким образом, нормативно-правовая база задаёт правовые, организационные и содержательные рамки методической работы педагога, обеспечивая единые требования к качеству образования и профессиональной подготовке кадров.

Концептуальные основы научно-методической деятельности

Помимо правовых документов, важное значение имеют концепции, стратегии и научно-педагогические подходы, определяющие философию и направления развития методической работы.

К основным концептуальным ориентирам относятся:

Концепция модернизации российского образования (Минобрнауки РФ, 2021 г.)

Подчёркивает необходимость перехода от знаниевой парадигмы к компетентностной, усиление практико-ориентированного и личностно-развивающего характера образования.

Для педагога физической культуры это означает смещение акцента с репродуктивного обучения на развитие мотивации, самостоятельности и творческого потенциала обучающихся.

Концепция развития физической культуры и спорта в системе образования Российской Федерации

Определяет цели и задачи физического воспитания в образовательных учреждениях, направленные на формирование культуры здоровья, развитие двигательной активности и личностных качеств обучающихся.

Особое внимание уделяется методическому сопровождению образовательных программ, внедрению инновационных технологий и научно-методическому обеспечению подготовки педагогов.

Компетентностный подход в образовании

Рассматривает методическую деятельность как ключевой механизм формирования профессиональных компетенций педагога.

Методическая работа становится пространством профессионального саморазвития, анализа, проектирования и внедрения современных технологий обучения.

Личностно-ориентированный и деятельностный подходы

Эти концепции определяют принципы построения учебного процесса: опору на индивидуальные особенности обучающихся, активное включение их в деятельность, сочетание физического, интеллектуального и эмоционального развития.

Методическая работа педагога должна обеспечивать реализацию этих подходов через разработку соответствующих методик, программ и приёмов обучения.

Здоровьесберегающая педагогика

Концептуально утверждает приоритет здоровья обучающихся как важнейшей ценности и результата образовательного процесса.

В этой связи методическая деятельность педагога направлена на внедрение технологий, минимизирующих перегрузки, формирующих осознанное отношение к физической активности и здоровому образу жизни.

Инновационно-цифровая парадигма образования

Современные исследования подчёркивают важность цифровизации образовательной и методической деятельности.

Электронные журналы, онлайн-платформы, дистанционные курсы, цифровые тренажёры и системы мониторинга становятся неотъемлемой частью методической работы педагога физической культуры.

Роль нормативно-правовой базы в организации методической деятельности

Наличие чёткой нормативной и концептуальной основы позволяет педагогу:

- осуществлять методическую работу в соответствии с государственными стандартами и требованиями безопасности;
- обеспечивать преемственность между образовательными уровнями и программами;
- выбирать формы и методы обучения с учётом официальных рекомендаций;
- проводить диагностику и контроль в рамках утверждённых критериев;
- использовать научно-обоснованные технологии и ресурсы, рекомендованные Министерством просвещения и спорта РФ;
- участвовать в реализации национальных и региональных проектов в сфере физической культуры.

Кроме того, нормативно-правовые документы служат основой для разработки локальных актов, методических планов, программ и отчётности педагога, формируют единое образовательное пространство и обеспечивают правовую защищённость специалиста.

Таким образом, нормативно-правовая и концептуальная база научно-методической работы педагога является фундаментом профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Она обеспечивает соответствие образовательного процесса государственным стандартам, гарантирует научную обоснованность, преемственность и качество педагогической работы.

Знание нормативных документов и владение концептуальными подходами позволяют педагогу грамотно планировать, организовывать и оценивать свою деятельность, внедрять инновации и достигать высоких результатов в обучении и воспитании обучающихся.

Методическая работа, опирающаяся на действующую правовую и научную базу, становится ключевым инструментом реализации государственной политики в области физического воспитания, здоровья и развития личности.

#### 1.4. Научно-методические основы физического воспитания и спортивной подготовки

Современная система физического воспитания и спортивной подготовки представляет собой сложное социально-педагогическое явление, в котором переплетаются наука, практика, личностное развитие, здоровье и культура общества. В её основе лежат не просто упражнения или спортивные занятия, а целостный научно-методический подход, обеспечивающий эффективность, безопасность и гуманистическую направленность образовательного процесса.

Физическое воспитание – это неотъемлемая часть общего образования, ориентированная на формирование у человека культуры движения, развитие физических качеств и укрепление здоровья. Спортивная подготовка, в свою очередь, является его высшей ступенью, направленной на достижение высоких результатов, раскрытие потенциала личности и воспитание целеустремлённости, воли, дисциплины. Оба этих направления объединены единым методологическим основанием – системным подходом, который рассматривает физическое развитие личности как процесс, поддающийся управлению на основе научных закономерностей.

Научная основа физического воспитания и спорта

Физическое воспитание и спорт опираются на комплекс наук: педагогику, физиологию, психологию, анатомию, биомеханику, гигиену, медицину, социологию, а также методику преподавания. Эти науки формируют единое теоретическое поле, в котором разрабатываются принципы, методы и средства обучения двигательным действиям, организации тренировочного процесса и воспитания личности средствами физической культуры.

Ведущим методологическим положением современной теории физического воспитания является взаимосвязь физического и духовного развития человека. Физическое воспитание рассматривается не как самоцель, а как средство формирования гармоничной личности, способной к творческой, трудовой и социальной активности.

Научный подход предполагает системность, доказательность и преемственность в планировании занятий. Педагог должен понимать физиологические механизмы развития силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации, а также знать психолого-педагогические закономерности формирования мотивации и интереса к занятиям. Только на этой основе возможно построить действительно эффективный учебно-тренировочный процесс.

#### Сущность научно-методического подхода

Научно-методические основы физического воспитания – это совокупность теоретических положений, принципов, закономерностей и методических приёмов, обеспечивающих целенаправленное и эффективное воздействие на физическое развитие человека.

Сущность методического подхода заключается в соединении научных знаний и педагогического опыта, что позволяет педагогу принимать оптимальные решения в различных условиях: при работе с детьми, подростками, студентами, спортсменами. Научно-методическая деятельность педагога направлена на планирование, организацию, контроль и анализ учебно-тренировочного процесса, а также на внедрение инноваций и коррекцию педагогических стратегий.

Методическая система физического воспитания включает:

- цели и задачи (оздоровительные, образовательные, воспитательные, развивающие);
- принципы (системности, последовательности, доступности, индивидуализации, постепенности и вариативности);
- средства (физические упражнения, спортивные игры, оздоровительные технологии);
- методы обучения (словесные, наглядные, практические, игровые, соревновательные, проблемно-поисковые);
- формы организации (урок, тренировка, секционное занятие, спортивное мероприятие, самостоятельная работа).

Эта структура определяет содержание физического воспитания и спортивной подготовки, задаёт педагогическую логику, системность и возможность научного анализа результатов.

Взаимосвязь физического воспитания и спортивной подготовки

Физическое воспитание и спортивная подготовка – две стороны единого процесса развития личности средствами физической культуры. Первое ориентировано на формирование базовой физической культуры, развитие жизненно важных двигательных навыков и общей физической подготовленности. Второе – на достижение высоких спортивных результатов, совершенствование специализированных двигательных умений и качеств.

Методическая общность этих процессов проявляется в том, что спортивная подготовка строится на основе тех же педагогических принципов, что и физическое воспитание, но отличается направленностью, интенсивностью и уровнем индивидуализации.

Так, в школьном или вузовском курсе физического воспитания акцент делается на обучении двигательным действиям и укреплении здоровья, а в спортивной подготовке – на многолетнем планировании, контроле физических нагрузок, индивидуальных тренировочных программах. При этом научно-методическая работа педагога обеспечивает преемственность между этими уровнями, формируя у

обучающихся осознанное отношение к физическому развитию и спортивным достижениям.

Структура научно-методического обеспечения физического воспитания

Современная система методического обеспечения включает несколько взаимосвязанных компонентов:

Научно-исследовательский компонент – включает изучение и анализ современных научных данных, участие в экспериментальной деятельности, разработку и апробацию новых методик, оценку их эффективности.

Планово-программный компонент – связан с разработкой программ физического воспитания и спортивной подготовки, календарных и индивидуальных планов, конспектов занятий, нормативов и критерии оценки.

Организационно-методический компонент – охватывает методические объединения, советы, конференции, работу по обмену опытом, наставничество, проведение открытых уроков и мастер-классов.

Контрольно-аналитический компонент – предполагает диагностику уровня физической подготовленности обучающихся, мониторинг здоровья, анализ эффективности педагогической деятельности.

Инновационно-технологический компонент – связан с внедрением цифровых и здоровьесберегающих технологий, использованием мультимедийных средств, дистанционных форм обучения и систем оценки результатов.

Эта структура обеспечивает единство теоретической, практической и аналитической составляющих методической деятельности, делая процесс физического воспитания управляемым и научно обоснованным.

Значение научно-методических основ для педагога

Для педагога физической культуры владение научно-методическими основами является условием профессиональной компетентности и педагогического мастерства. Оно позволяет:

- грамотно планировать занятия и учебно-тренировочные циклы;
- определять оптимальные нагрузки с учётом возраста, пола, здоровья и уровня подготовки обучающихся;
- разрабатывать авторские программы и адаптировать их под конкретные условия;
- применять инновационные методы обучения и тренировки;
- проводить диагностику и анализ динамики физического развития обучающихся;
- обеспечивать безопасность и эффективность образовательного процесса.

Научно-методическая культура педагога проявляется в умении обосновывать свои решения, анализировать результаты, корректировать педагогические действия, а также в готовности к исследовательской и инновационной деятельности.

#### Инновационные направления методической работы

Современный этап развития физического воспитания характеризуется внедрением инноваций – как в образовательных технологиях, так и в организации учебного процесса. Среди актуальных направлений:

- использование цифровых платформ и мобильных приложений для планирования и контроля тренировок;
- применение интерактивных обучающих модулей и видеоанализа техники движений;
- развитие здоровьесберегающих технологий, направленных на профилактику перегрузок и травматизма;
- интеграция проектной и исследовательской деятельности студентов и школьников;
- формирование индивидуальных образовательных траекторий в области физического развития и спорта.

Эти направления требуют от педагога не только методической грамотности, но и высокой исследовательской культуры, умения сочетать традиционные и инновационные подходы, использовать достижения науки для совершенствования практики.

Роль научных исследований в методике физического воспитания

Научные исследования занимают особое место в развитии методики физического воспитания и спорта. Они обеспечивают эмпирическую базу для обновления учебных программ, определения оптимальных нагрузок, совершенствования методов обучения и тренировки.

Методическая работа педагога должна включать элементы исследовательской деятельности: анализ данных, формулировку гипотез, наблюдение, эксперимент, статистическую обработку результатов.

Такой подход формирует у педагога исследовательский стиль мышления, который позволяет не просто применять готовые рекомендации, а создавать собственные педагогические решения.

Это особенно важно в условиях быстрого изменения технологий, педагогических концепций и социального контекста физического воспитания.

Таким образом, научно-методические основы физического воспитания и спортивной подготовки представляют собой совокупность научных знаний, принципов, технологий и методических приёмов, обеспечивающих системное управление физическим развитием личности.

Они определяют содержание и направленность педагогической деятельности, делают её осмысленной, научно обоснованной и эффективной.

Методическая культура педагога – это показатель его профессионального уровня, способности интегрировать научные знания с практическими задачами, анализировать, прогнозировать и развивать образовательный процесс.

В условиях модернизации образования, цифровизации и растущей социальной значимости физической культуры, именно научно-методическая компетентность становится залогом качества обучения, здоровья и гармоничного развития обучающихся.

Современный педагог физической культуры – это не просто исполнитель программы, а исследователь, методист и наставник,

который строит свою работу на фундаменте науки, творчества и ответственности за результат.

## 1.5 Современные тенденции и направления развития научно-методической деятельности в образовании и спорте

Современный этап развития образования и спорта характеризуется глубокими трансформациями, связанными с цифровизацией, обновлением педагогических подходов, гуманизацией образовательной среды и ориентацией на компетентностную модель подготовки специалистов. Эти процессы определяют новые задачи и приоритеты в научно-методической деятельности педагога, которая становится не просто частью профессиональной работы, а ключевым инструментом её развития, осмыслиения и совершенствования.

Научно-методическая деятельность сегодня рассматривается как стратегический ресурс качества образования, способствующий интеграции науки, практики и инноваций. В области физической культуры и спорта это особенно актуально, поскольку от уровня методической проработанности педагогического процесса напрямую зависят здоровье, физическая подготовленность, мотивация и личностное развитие обучающихся.

Актуальные вызовы и контекст развития методической деятельности

Глобальные изменения в обществе, науке и технологиях оказывают прямое влияние на сферу физической культуры и спорта. Современный педагог сталкивается с рядом новых вызовов:

- рост объёма информации и необходимость её критической обработки;
- цифровизация образовательной среды;
- изменение ценностных ориентиров молодёжи;
- повышение внимания к вопросам здоровья, инклюзии и психофизиологического благополучия;
- требования к непрерывному профессиональному развитию.

Эти вызовы диктуют необходимость пересмотра традиционных подходов к методической работе. Сегодня она выходит за рамки внутренней педагогической деятельности и становится частью инновационно-образовательной экосистемы, где педагог выступает как исследователь, наставник, проектировщик образовательных процессов и модератор взаимодействия участников обучения.

Современная методическая деятельность должна быть ориентирована не только на повышение эффективности уроков, но и на развитие профессионального мышления, внедрение инноваций и интеграцию науки в практику.

#### **Инновационные тенденции в методической работе**

Одной из ключевых тенденций современного образования является инновационное обновление методической деятельности.

Инновации проявляются как в содержании, так и в формах методической работы, включая:

#### **Цифровизацию методической деятельности.**

Современные цифровые технологии кардинально изменили формы методической работы. Появились электронные библиотеки, дистанционные курсы повышения квалификации, онлайн-платформы для совместной разработки учебных материалов, цифровые дневники и системы мониторинга результатов.

Педагог по физической культуре всё чаще использует мобильные приложения для учёта физической активности, видеоанализ движений, электронные тесты и обучающие симуляторы. Это повышает объективность оценки и индивидуализирует процесс обучения.

#### **Интеграция науки и практики.**

Ведущим направлением развития методической деятельности становится тесная связь педагогической практики с научными исследованиями. Педагоги участвуют в экспериментальных программах, проводят наблюдения и анализируют данные, что повышает качество их методических решений.

Научно-методическая работа становится пространством педагогического исследования, направленного на поиск и внедрение эффективных технологий физического воспитания.

Интерактивность и проектная направленность.

Методическая деятельность всё чаще реализуется в формате проектных семинаров, мастер-классов, педагогических лабораторий. Педагоги работают над совместными проектами, анализируют реальные кейсы, моделируют педагогические ситуации.

В результате методическая работа превращается в процесс коллективного творчества, обмена опытом и профессионального взаимодействия.

Переход к компетентностной модели методической работы.

Современная методическая деятельность ориентируется не столько на передачу информации, сколько на формирование профессиональных компетенций – аналитических, коммуникативных, проектировочных и исследовательских.

Методическая работа становится практико-ориентированной, направленной на развитие у педагогов способности самостоятельно решать педагогические задачи и внедрять инновации в учебный процесс.

Инклюзивная направленность методической работы.

Развитие инклюзивного образования требует от педагога владения методиками адаптации физических упражнений, программ и нормативов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Методическая деятельность в этом направлении направлена на создание условий равного участия всех обучающихся, разработку дифференцированных программ и оценочных критериев.

Научно-методическая деятельность как фактор профессионального роста педагога

Современные тенденции образования усиливают значение методической деятельности как механизма непрерывного профессионального развития педагога.

Постоянное участие в методической работе способствует формированию исследовательской культуры, аналитического мышления, умений проектировать образовательный процесс и оценивать его эффективность.

Педагог, активно вовлечённый в методическую деятельность, становится субъектом саморазвития. Он не только применяет готовые рекомендации, но и создаёт собственные методические решения, обобщает опыт, проводит мини-исследования, делится результатами с коллегами.

Таким образом, методическая работа превращается в основу формирования профессиональной идентичности и педагогического стиля.

Особое значение приобретает сетевое взаимодействие педагогов: создание методических сообществ, участие в профессиональных конкурсах, вебинарах, конференциях. Эти формы обеспечивают обмен опытом, способствуют взаимному обучению и стимулируют внедрение инноваций.

Тенденции в области физической культуры и спорта

В физкультурно-спортивной сфере методическая деятельность развивается под влиянием ряда специфических тенденций:

Оздоровительная направленность.

В условиях роста гиподинамии и стрессовых нагрузок физическое воспитание становится инструментом профилактики заболеваний и укрепления психофизиологического здоровья.

Методическая работа педагога ориентируется на внедрение здоровьесберегающих технологий, индивидуальных программ двигательной активности, методов саморегуляции и релаксации.

Дифференциация и индивидуализация.

Методика обучения и тренировки всё чаще строится с учётом уровня физической подготовленности, пола, возраста и психических особенностей обучающихся.

Индивидуальные маршруты физического развития становятся частью образовательных программ, что требует от педагога умения разрабатывать и корректировать индивидуальные планы занятий.

## Междисциплинарность.

Физическая культура сегодня интегрируется с другими образовательными областями – биологией, медициной, психологией, ИТ, менеджментом.

Методическая работа становится более комплексной, охватывая не только физическую подготовку, но и воспитание мотивации, формирование культуры здоровья и ценностных ориентаций.

## Цифровые технологии и аналитика.

В спортивной подготовке и физическом воспитании активно применяются технологии биомеханического анализа, пульсометрии, GPS-трекинга, цифровых дневников тренировок.

Педагог-методист должен уметь использовать эти инструменты для планирования и анализа занятий, оценки динамики физической формы обучающихся.

## Институционализация методической работы.

Всё больше образовательных организаций создают методические центры, лаборатории и объединения, где педагоги разрабатывают программы, обмениваются опытом, проводят научно-практические исследования.

Это способствует формированию профессионального сообщества и развитию корпоративной культуры качества образования.

## Проблемы и перспективы развития методической деятельности

Несмотря на положительные тенденции, методическая работа в современной образовательной системе сталкивается с рядом проблем:

- недостаточная интеграция теории и практики;
- ограниченные ресурсы для инновационной деятельности;
- неравномерный уровень цифровой и исследовательской грамотности педагогов;
- формальный подход к планированию и отчётности;
- недостаток системной координации на уровне регионов и ведомств.

Преодоление этих проблем требует комплексных мер: обновления системы повышения квалификации педагогов, поддержки

научно-методических инициатив, создания условий для обмена опытом и внедрения цифровых решений в методическую работу.

В перспективе методическая деятельность должна стать интегрирующей платформой между педагогикой, наукой и практикой спорта. Она должна включать в себя научные исследования, проектирование образовательных программ, разработку инновационных методик и цифровых инструментов обучения.

Современные тенденции развития научно-методической деятельности в образовании и спорте определяются переходом от традиционного понимания методической работы к её инновационной, исследовательской и сетевой модели.

Методическая деятельность становится не только инструментом повышения профессионального уровня педагога, но и важнейшим фактором модернизации всей системы физического воспитания.

Она объединяет науку, практику и технологии, формирует пространство профессионального роста, способствует распространению педагогических инноваций и укреплению статуса педагога как активного участника научно-образовательного процесса.

Для педагога физической культуры современная методическая работа – это не формальность, а живая, развивающаяся система, обеспечивающая высокое качество образования, здоровье и развитие обучающихся, а также устойчивое обновление педагогической практики в духе научного прогресса и гуманистических ценностей.

## **2 ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГА**

### **2.1 Формы, виды и организация методической деятельности в образовательных учреждениях**

Современное образование требует от педагога высокой профессиональной мобильности, аналитического мышления и способности постоянно совершенствовать свою деятельность. Одним из важнейших механизмов такого профессионального роста является методическая деятельность, которая обеспечивает научно-методическое сопровождение образовательного процесса, развитие педагогического мастерства и внедрение инноваций в практику обучения.

В образовательных организациях методическая работа представляет собой систему взаимосвязанных форм и видов деятельности, направленных на повышение качества образования, освоение и распространение передового педагогического опыта, а также на обеспечение условий для профессионального и личностного развития педагогов.

**Сущность и цели методической деятельности в образовательных учреждениях**

Методическая деятельность в образовательном учреждении – это целенаправленная, организованная и систематическая работа педагогического коллектива, направленная на повышение уровня профессиональной компетентности работников, совершенствование содержания, форм и методов учебно-воспитательного процесса.

Главные цели методической деятельности включают:

обеспечение научно-методической поддержки образовательного процесса;

внедрение современных педагогических технологий, инноваций и здоровьесберегающих подходов;

развитие педагогического творчества, аналитических и исследовательских навыков у педагогов;

повышение эффективности и результативности обучения и

воспитания;

формирование единого профессионального пространства и педагогического сообщества.

Методическая работа в учреждении физической культуры и спорта имеет также специфическую цель – повышение качества физического воспитания, развитие двигательной активности обучающихся и внедрение инновационных методик спортивной подготовки.

### Формы методической деятельности

Формы методической работы определяются характером взаимодействия педагогов, содержанием решаемых задач и уровнем организации. В образовательных учреждениях выделяют индивидуальные, групповые и коллективные формы методической деятельности.

#### 1. Индивидуальные формы

Индивидуальная методическая работа ориентирована на самообразование и профессиональное развитие конкретного педагога. Она предполагает самостоятельную аналитическую, исследовательскую и практическую деятельность, направленную на совершенствование педагогического мастерства.

К индивидуальным формам относятся:

- самообразование (изучение научной и методической литературы, участие в онлайн-курсах, повышение квалификации);
- разработка авторских программ, планов, методических рекомендаций и конспектов занятий;
- анализ и самооценка собственной педагогической деятельности;
- ведение педагогического дневника, портфолио достижений;
- участие в профессиональных конкурсах, фестивалях, педагогических чтениях;
- исследовательская работа, проведение педагогического эксперимента.

Индивидуальная работа обеспечивает непрерывность профессионального роста, формирует у педагога рефлексивное мышление и готовность к инновационной деятельности.

## 2. Групповые формы

Групповая методическая работа предполагает взаимодействие педагогов, объединённых общими задачами, проблемами или направлениями деятельности. Такие формы способствуют обмену опытом, взаимному обучению и коллективному решению профессиональных вопросов.

К групповым формам относятся:

- заседания методических объединений и творческих групп;
- методические семинары и практикумы;
- дискуссионные клубы, «круглые столы»;
- взаимопосещение уроков и последующий анализ;
- мастер-классы и педагогические лаборатории;
- стажировки и наставничество.

Особенно эффективной формой является творческая группа педагогов, которая разрабатывает инновационные методики, проводит апробацию и внедрение новых технологий физического воспитания, делится результатами на конференциях и конкурсах профессионального мастерства.

## 3. Коллективные формы

Коллективная методическая работа проводится в масштабах всего учреждения и направлена на стратегическое развитие педагогической системы, координацию действий всех участников образовательного процесса.

К коллективным формам относятся:

- педагогические советы и конференции;
- методические недели и месячники;
- открытые уроки и спортивно-методические мероприятия;
- методические выставки и презентации передового опыта;
- внутришкольные методические чтения;
- проведение мониторинга и педагогического анализа образовательного процесса.

Коллективные формы позволяют объединить усилия педагогов, определить приоритетные направления методической работы и выработать единые подходы к организации образовательного процесса.

#### Виды методической деятельности

Методическая работа может классифицироваться и по видам, в зависимости от её содержания, целей и характера деятельности.

Выделяют следующие виды методической деятельности:

Информационно-аналитическая – сбор, обработка и анализ информации о состоянии образовательного процесса, уровне физической подготовленности обучающихся, результативности работы педагогов.

Проектировочная – разработка методических рекомендаций, учебных программ, планов, сценариев уроков, критериев оценки.

Организационно-координационная – обеспечение взаимодействия между педагогами, организация методических мероприятий, обмена опытом, консультаций.

Инновационно-исследовательская – поиск и внедрение новых технологий обучения и воспитания, проведение педагогических экспериментов, участие в исследовательских проектах.

Контрольно-оценочная – проведение анализа уроков, мониторинга качества образования, подготовка отчётной документации.

Обобщающая и распространительная – систематизация и популяризация передового педагогического опыта через выступления, публикации, мастер-классы и конференции.

Эти виды методической работы взаимосвязаны и в совокупности обеспечивают непрерывное развитие педагогического коллектива и совершенствование образовательного процесса.

#### Организация методической деятельности

Эффективность методической работы во многом зависит от её организации. В образовательных учреждениях деятельность координируется заместителем руководителя по учебно-воспитательной или научно-методической работе, а также

методическими объединениями по предметным областям.

Организация методической работы включает:

- анализ состояния образовательного процесса (результативность, проблемы, потребности педагогов);
- планирование методической деятельности (годовые и тематические планы, программы развития методической службы);
- распределение обязанностей между участниками методической работы;
- организацию внутришкольных и внешних мероприятий (семинары, конференции, круглые столы, стажировки);
- диагностику профессиональных компетенций педагогов и определение направлений повышения квалификации;
- оценку эффективности и результативности методической деятельности.

Важным элементом организации является создание методического кабинета или цифровой платформы, где аккумулируются программы, конспекты, методические разработки, материалы по самообразованию, рекомендации и нормативные документы.

В учреждениях физической культуры и спорта методическая работа имеет прикладной характер и часто организуется через тренерско-преподавательские советы, школьные спортивные клубы, методические секции по видам спорта. Здесь особое внимание уделяется анализу уроков и тренировок, безопасности занятий, внедрению здоровьесберегающих технологий, планированию соревнований и спортивно-массовых мероприятий.

Современные формы организации методической деятельности

Сегодня методическая работа активно развивается в направлении инновационных и цифровых форм:

- вебинары, онлайн-семинары и дистанционные конференции;
- виртуальные методические объединения и форумы;
- цифровые библиотеки и интерактивные базы методических

материалов;

- платформы для совместного проектирования и обмена опытом (например, «Моя школа», «Фоксфорд.Учитель», «Учи.ру»);
- проектно-исследовательские сообщества педагогов и студентов.

Эти формы позволяют расширить профессиональные коммуникации, сделать методическую деятельность более гибкой, доступной и результативной.

Методическая деятельность в образовательных учреждениях представляет собой систему взаимодействий и процессов, направленных на развитие профессионального потенциала педагогов и повышение качества образовательного процесса.

Разнообразие форм и видов методической работы позволяет педагогу выбрать оптимальные пути профессионального роста, объединить теоретическую и практическую стороны своей деятельности.

Особое значение методическая работа приобретает в физкультурно-спортивной сфере, где она обеспечивает научно-методическое сопровождение уроков, тренировок и соревнований, способствует формированию у обучающихся устойчивой мотивации к физическому развитию и здоровому образу жизни.

Эффективная организация методической деятельности делает образовательное учреждение динамичной системой профессионального развития, способной быстро адаптироваться к изменениям, внедрять инновации и формировать современную педагогическую культуру, соответствующую вызовам XXI века.

## 2.2 Планирование научно-методической деятельности педагога

Планирование методической деятельности является основополагающим элементом организации образовательного процесса и профессиональной работы педагога. Оно обеспечивает целостность, системность и последовательность действий,

направленных на повышение качества обучения, воспитания и развития обучающихся.

В условиях реализации Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) и профессиональных стандартов педагога планирование выступает не просто как административная обязанность, а как научно обоснованный процесс управления методической работой. Оно позволяет педагогу и администрации образовательного учреждения определять стратегические направления деятельности, своевременно корректировать цели и оценивать эффективность их реализации.

Методическое планирование призвано объединить индивидуальные и коллективные усилия педагогов в единую систему профессионального развития, где каждая форма работы имеет конкретную цель, сроки и ожидаемый результат.

### 1. Сущность и задачи планирования методической деятельности

Планирование методической деятельности – это систематический процесс прогнозирования, определения целей, задач, содержания, сроков, форм и средств организации работы педагогического коллектива.

Основными задачами планирования являются:

- обеспечение целенаправленности методической работы;
- согласование индивидуальных и коллективных усилий педагогов;
- определение приоритетных направлений профессионального роста;
- создание условий для внедрения инновационных технологий и обмена опытом;
- контроль за выполнением поставленных задач и анализ результатов.

Планирование методической деятельности выступает как инструмент управления качеством педагогического труда и механизм повышения эффективности образовательного процесса.

### 2. Годовое планирование методической деятельности

Годовой план методической работы является основным

организационно-методическим документом образовательного учреждения. Он определяет стратегию методической деятельности на учебный год и отражает основные направления развития педагогического коллектива.

Годовой план составляется на основе:

- анализа результатов предыдущего учебного года;
- диагностики профессиональных затруднений педагогов;
- приоритетов, определённых национальными и региональными программами развития образования;
- требований ФГОС и профессионального стандарта педагога.

Структура годового плана обычно включает:

1. Аналитическую часть – оценку состояния методической работы за предыдущий период, выявление проблем и перспектив.

2. Цели и задачи методической деятельности на текущий учебный год.

3. Основные направления работы (внедрение инновационных технологий, развитие профессиональных компетенций, организация самообразования, работа с молодыми педагогами и др.).

4. Календарь методических мероприятий – перечень планируемых форм работы (педсоветы, семинары, мастер-классы, методические недели, конкурсы профессионального мастерства и др.).

5. Ответственные лица и сроки исполнения.

6. Ожидаемые результаты и критерии оценки эффективности.

Годовое планирование обеспечивает целостность и согласованность всех направлений методической работы учреждения, делает её управляемой, прогнозируемой и результативной.

3. Календарное планирование методической деятельности

Календарное планирование – это детализированная форма годового планирования, обеспечивающая чёткую последовательность реализации мероприятий в течение учебного года.

Если годовой план задаёт стратегию, то календарный определяет тактику – конкретные сроки, этапы, формы и ресурсы

выполнения намеченных задач.

Основная цель календарного планирования – рациональная организация времени и ресурсов методической деятельности, исключающая дублирование мероприятий и обеспечивающая равномерное распределение нагрузки педагогов.

Функции календарного планирования:

- обеспечение системности и последовательности реализации методической работы;
- создание механизма контроля за сроками и качеством выполнения мероприятий;
- согласование индивидуальных планов педагогов с коллективными задачами учреждения;
- оптимизация графика методических, учебных и воспитательных мероприятий.

Структура календарного плана может включать:

1. Название мероприятия (семинар, педсовет, мастер-класс, консультация и др.);
2. Цель и ожидаемый результат;
3. Дата и место проведения;
4. Ответственные исполнители;
5. Категории участников;
6. Примечания (ресурсы, форма отчётности, критерии оценки).

Календарные планы могут быть составлены для всего учреждения (единий график методической работы) или для отдельных подразделений – методических объединений, кафедр, творческих групп.

Современные технологии позволяют использовать электронные календарные планы с автоматическим уведомлением участников, что упрощает коммуникацию и контроль исполнения. Такие формы особенно актуальны в условиях цифровизации образования и удалённой методической работы.

Календарное планирование – это оперативный инструмент управления, который помогает обеспечить согласованность действий

педагогического коллектива, своевременное проведение мероприятий и достижение поставленных целей без перегрузки работников.

4. Индивидуальное планирование методической деятельности педагога

Индивидуальное планирование – это важнейшая форма самоорганизации и профессионального саморазвития педагога. Оно отражает личные цели, задачи и направления совершенствования педагогического мастерства с учётом уровня квалификации, опыта и профессиональных интересов.

Индивидуальный план методической деятельности выполняет сразу несколько функций:

- диагностическую (определяет уровень компетентности педагога и направления его роста);
- целеполагающую (формулирует конкретные профессиональные цели и задачи);
- организующую (структурит деятельность педагога на учебный год);
- мотивационную (побуждает к самообразованию и творчеству);
- контрольно-оценочную (позволяет отслеживать динамику профессионального развития).

Структура индивидуального плана может включать:

Цели и задачи самообразования педагога.

Тему самообразования (например: «Использование цифровых инструментов в обучении двигательным действиям»).

Основные направления работы:

- изучение литературы и нормативных документов;
- участие в семинарах, конференциях, методических объединениях;
- проведение открытых занятий, мастер-классов;
- разработка и внедрение авторских методических материалов;
- публикация педагогических разработок и участие в конкурсах.

Планируемые результаты и критерии самооценки.

Особое значение индивидуальное планирование приобретает для молодых педагогов, для которых оно становится инструментом адаптации, профессиональной ориентации и накопления педагогического опыта.

Для опытных педагогов индивидуальный план – это средство систематизации собственной деятельности, обобщения и распространения передового педагогического опыта.

В современных условиях индивидуальные планы всё чаще ведутся в электронном формате, что упрощает их обновление, анализ и представление результатов на аттестации.

## 5. Роль планирования в организации методической деятельности

Планирование – это не просто составление документов, а управленческая технология, обеспечивающая эффективность методической работы. Оно позволяет:

- реализовывать образовательную политику учреждения последовательно и целенаправленно;
- системно развивать педагогический потенциал коллектива;
- обеспечивать преемственность в деятельности между учебными годами;
- создавать условия для профессионального роста каждого педагога.

Таким образом, планирование выступает как основа научно-методического обеспечения педагогического процесса и важнейшее средство повышения качества образования.

Планирование методической деятельности – это фундаментальная часть профессиональной работы педагога и администрации образовательного учреждения.

Годовые, календарные и индивидуальные планы образуют единую систему управления методической деятельностью, в которой сочетаются стратегические и оперативные задачи, коллективные и личные формы профессионального роста.

Эффективное планирование позволяет оптимизировать деятельность педагогов, повысить результативность

образовательного процесса и обеспечить соответствие методической работы современным требованиям ФГОС и профессионального стандарта педагога.

Планирование – это не формальность, а основной инструмент профессионального развития, самоорганизации и повышения качества образования.

### 2.3 Документационное обеспечение научно-методической работы

Организация научно-методической деятельности педагога немыслима без чёткой системы документационного сопровождения. Документация является не просто формальной частью педагогического процесса, а инструментом планирования, анализа и управления качеством образования. В ней отражаются цели, содержание, методы, результаты и перспективы методической работы. Правильно оформленная и систематизированная документация позволяет педагогу осмысленно планировать свою деятельность, оценивать её эффективность и обеспечивать преемственность между этапами образовательного процесса.

Документационное обеспечение в сфере физического воспитания и спорта имеет особое значение, поскольку педагогическая деятельность здесь сопряжена с высокой степенью ответственности за здоровье и безопасность обучающихся. Каждое занятие, тренировочный цикл или мероприятие должно быть научно и методически обосновано, что подтверждается соответствующими документами – от программы и плана до аналитического отчёта.

#### Роль и значение документационного обеспечения

Документационное обеспечение научно-методической работы выполняет несколько ключевых функций:

- планирующую, обеспечивая системность и целенаправленность педагогической деятельности;
- организационно-управленческую, способствующую рациональному распределению времени, ресурсов и

- обязанностей;
- контрольно-аналитическую, позволяющую отслеживать результаты и корректировать педагогические решения;
  - информационно-методическую, обеспечивающую накопление, обобщение и распространение педагогического опыта;
  - правовую, подтверждающую соответствие деятельности требованиям государственных стандартов и нормативных документов.

Таким образом, документация является неотъемлемой частью профессиональной компетентности педагога, отражая его готовность к научно обоснованному и результативному осуществлению методической деятельности.

#### Структура документационного обеспечения

Система документов, сопровождающих методическую деятельность педагога физической культуры, включает несколько взаимосвязанных блоков:

##### Нормативно-правовой блок

Включает федеральные, региональные и локальные документы, регулирующие образовательный процесс:

- федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС);
- примерные и рабочие программы по предмету «Физическая культура»;
- профессиональные стандарты педагога;
- приказы, положения, регламенты образовательного учреждения;
- санитарно-эпидемиологические требования к организации занятий (СанПиН).

Эти документы служат основанием для планирования и разработки методических материалов, определяют рамки деятельности педагога и требования к её результатам.

##### Планово-программный блок

Это основа всей методической работы педагога. Сюда входят:

- годовой план методической работы учреждения или кафедры, в котором отражаются цели, направления, формы и ожидаемые результаты деятельности;
- индивидуальный план методической деятельности педагога, включающий участие в методических объединениях, самообразование, проведение открытых уроков, анализ результатов работы;
- рабочие программы по физической культуре и видам спорта, которые конкретизируют содержание учебного курса, систему занятий, нормативы и критерии оценивания;
- календарно-тематические планы, определяющие последовательность и структуру занятий, виды контроля, интеграцию с другими дисциплинами;
- планы спортивно-массовых мероприятий (соревнований, фестивалей, дней здоровья, спартакиад).

#### Организационно-методический блок

Включает комплекс документов, обеспечивающих реализацию и методическую поддержку образовательного процесса:

- конспекты уроков и тренировок с указанием целей, задач, средств, методов и последовательности выполнения упражнений;
- технологические карты и методические схемы, помогающие визуализировать процесс обучения двигательным действиям;
- карты наблюдений за физическим и психическим состоянием обучающихся, их активностью и поведением;
- планы-конспекты инструктажей по технике безопасности;
- графики посещений и анализ уроков (самоанализ, взаимопосещение, экспертная оценка).

Эти документы обеспечивают практическую сторону педагогической работы и служат инструментом контроля и самоанализа.

#### Контрольно-диагностический блок

Содержит документы, предназначенные для оценки эффективности образовательного и методического процесса:

- протоколы тестирования физической подготовленности

обучающихся;

- журналы учёта посещаемости и успеваемости;
- отчёты о результатах контрольных и квалификационных испытаний;
- анализ эффективности уроков и методических мероприятий;
- мониторинговые карты профессиональных компетенций педагога.

Эти материалы позволяют объективно оценивать результаты обучения, отслеживать динамику физического развития, выявлять проблемные зоны и разрабатывать меры по их устранению.

#### Отчётно-аналитический блок

Завершающий элемент системы документационного обеспечения. В него входят:

- ежемесячные, квартальные и годовые отчёты о проделанной работе;
- аналитические справки о состоянии методической работы, результатах участия в мероприятиях, конкурсах и повышении квалификации;
- портфолио педагога – комплекс материалов, демонстрирующих достижения, инновационные разработки, отзывы и результаты самообразования;
- материалы педагогического анализа и обобщения опыта, представленные в виде публикаций, докладов, методических рекомендаций.

Таким образом, документационное обеспечение охватывает весь цикл методической деятельности – от планирования до анализа и распространения результатов.

Требования к ведению и оформлению методической документации

Современные подходы к организации методической работы требуют, чтобы документация соответствовала принципам системности, актуальности, научности и открытости.

Системность предполагает логическую взаимосвязь всех видов документов: программа определяет цели, календарный план – пути их

достижения, а отчёт – результаты.

Актуальность требует регулярного обновления содержания документов с учётом современных научных данных, нормативных изменений и практического опыта.

Научность проявляется в обоснованности методических решений, использовании терминологии, опоре на научно-педагогические принципы.

Открытость и доступность означают, что документы могут использоваться коллегами, администрацией, студентами для ознакомления с опытом педагога и оценки качества работы.

В последние годы активно внедряются электронные формы документации: цифровые журналы, базы данных, онлайн-портфолио, платформы для хранения и совместного редактирования методических материалов (Google Workspace, «Моя школа», «Сферум» и др.).

Это повышает эффективность управления информацией, облегчает процесс отчётности и создаёт условия для формирования цифровой методической среды образовательного учреждения.

Документационное обеспечение в методической работе педагога физической культуры

В учреждениях физической культуры и спорта документальное сопровождение имеет свои особенности.

Оно ориентировано не только на фиксацию образовательного процесса, но и на обеспечение безопасности, учёт физической нагрузки и состояния здоровья обучающихся.

Здесь особенно важны следующие документы:

- индивидуальные карты физического развития и медицинские допуски;
- протоколы инструктажей по технике безопасности;
- журналы учёта спортивно-массовых мероприятий и соревнований;
- отчёты о результатах тренировочного процесса;
- методические рекомендации по подготовке и проведению соревнований;

- аналитические отчёты о динамике физической подготовленности обучающихся.

Такое документирование не только формализует процесс, но и обеспечивает научную основу анализа эффективности педагогической деятельности, выявления закономерностей и обобщения опыта.

Значение документации для профессиональной компетентности педагога

Ведение документации – это не формальность, а показатель уровня профессиональной культуры и методического мышления педагога.

Системное документирование позволяет педагогу:

- анализировать результаты собственной деятельности;
- планировать пути саморазвития и повышения квалификации;
- формировать научно-методическую базу для дальнейшей работы;
- участвовать в профессиональных конкурсах и аттестации на квалификационные категории.

Документированные материалы становятся также источником для обмена опытом, подготовки публикаций и методических разработок, что усиливает научно-практический потенциал педагога и способствует развитию методической службы учреждения.

Документационное обеспечение научно-методической работы – это фундамент всей системы организации педагогической деятельности.

Оно обеспечивает непрерывность, прозрачность и результативность работы, способствует управляемости образовательного процесса и профессиональному росту педагога.

Грамотно выстроенная система документации превращает методическую работу в упорядоченный и осмысленный процесс, в котором каждая часть – от плана до отчёта – выполняет свою функцию в достижении общей цели: повышения качества образования, укрепления здоровья обучающихся и

совершенствования педагогического мастерства.

Для педагога физической культуры владение документацией – это показатель не только дисциплинированности, но и высокого уровня профессиональной компетентности, способности соединять науку, практику и методику в единую эффективную систему образовательной деятельности.

## 2.4 Работа в методических объединениях и профессиональных сообществах педагогов физической культуры и спорта

Современная система образования требует от педагога не только владения предметными знаниями и методическими приёмами, но и способности к постоянному профессиональному развитию, взаимодействию с коллегами, обмену опытом и внедрению инноваций в практику. В этих условиях методические объединения (МО) и профессиональные педагогические сообщества становятся важнейшими институтами непрерывного образования, самореализации и роста педагогов.

Работа в методических объединениях способствует совершенствованию профессиональных компетенций, развитию исследовательской культуры, распространению передового педагогического опыта и повышению качества образования. Она является одной из наиболее эффективных форм организации методической работы в образовательных учреждениях.

### 1. Понятие и значение методических объединений педагогов

Методическое объединение педагогов (МО) – это форма коллективной методической работы, объединяющая учителей одной или нескольких предметных областей с целью совершенствования профессионального мастерства, обмена опытом и внедрения современных педагогических технологий.

Методическое объединение выполняет следующие функции:

- аналитическую – анализирует состояние преподавания, результаты обучения, выявляет проблемы;
- координационную – согласует деятельность педагогов в

- рамках образовательной программы;
- обучающую – способствует повышению квалификации и освоению инноваций;
  - консультативную – помогает молодым педагогам и наставляемым;
  - творческую – стимулирует педагогов к созданию и распространению собственного опыта.

Значение работы МО заключается в том, что она обеспечивает системную поддержку педагога, способствует профессиональной коммуникации и повышает качество методической деятельности всего образовательного учреждения.

## 2. Цели и задачи методических объединений

Главной целью работы методических объединений является повышение эффективности образовательного процесса через развитие профессиональных компетенций педагогов и совершенствование методического обеспечения учебной деятельности.

К основным задачам МО относятся:

1. Обеспечение реализации образовательных стандартов и программ;
2. Совершенствование содержания и методов обучения;
3. Обобщение и распространение передового педагогического опыта;
4. Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов;
5. Организация наставничества и поддержки молодых специалистов;
6. Разработка и апробация инновационных методик;
7. Проведение анализа результатов учебной и воспитательной работы;
8. Организация внутришкольных форм повышения квалификации.

Таким образом, деятельность методических объединений направлена на создание условий для формирования педагогической

культуры, профессионального общения и саморазвития.

### 3. Формы и направления работы методических объединений

Работа МО осуществляется в различных формах, включающих как традиционные, так и инновационные виды методической деятельности. Ниже приведена сводная таблица, отражающая основные направления, формы и результаты работы методических объединений педагогов (Таблица 1)

Таблица 1 – Основные формы и направления работы методических объединений педагогов

Направление деятельности	Формы	Результаты
Анализ и планирование учебно-методической работы	Заседания МО, анализ рабочих программ, обсуждение итогов года	Повышение согласованности действий педагогов, улучшение качества планирования
Повышение профессиональной компетентности педагогов	Семинары, мастер-классы, методические недели, самообразование	Рост методического уровня, освоение новых технологий
Внедрение инновационных технологий	Тренинги, вебинары, обмен опытом, участие в проектах	Апробация и внедрение новых форм обучения
Работа с молодыми специалистами	Наставничество, взаимопосещение занятий, консультирование	Адаптация и профессиональный рост начинающих педагогов
Обобщение и распространение передового опыта	Открытые уроки, конференции, публикации, конкурсы	Распространение успешных практик в образовательной среде
Контроль и анализ результатов образовательного процесса	Мониторинг, обсуждение результатов ВПР, диагностика	Повышение эффективности образовательных результатов
Организация исследовательской	Творческие группы, педагогические	Развитие исследовательских

Направление деятельности	Формы	Результаты
и проектной деятельности	лаборатории	умений, создание инновационных продуктов

Эти формы обеспечивают комплексный подход к методической работе и создают условия для непрерывного профессионального роста педагогов, а также для формирования единого образовательного пространства в учреждении.

#### 4. Профессиональные педагогические сообщества: особенности и значение

В последние годы большое значение приобретают профессиональные сообщества педагогов – объединения специалистов, основанные на принципах добровольности, сетевого взаимодействия и обмена опытом.

Профессиональные сообщества могут функционировать:

- на уровне образовательного учреждения (внутришкольные сообщества);
- на муниципальном и региональном уровнях (городские и областные объединения);
- в цифровом пространстве (онлайн-сообщества, форумы, социальные сети).

Основные направления работы профессиональных сообществ:

1. Обмен опытом и методическими материалами через сетевые платформы и педагогические блоги;
2. Совместное участие в конкурсах и грантах, научно-практических конференциях;
3. Организация дистанционных форм обучения и повышения квалификации;
4. Публикация собственных методических разработок, статей, видеоматериалов;
5. Коллективная экспертиза и взаимное рецензирование педагогических работ;

## 6. Создание профессионального имиджа педагога и формирование цифрового портфолио.

Сетевые педагогические сообщества (например, «Социальная сеть работников образования», «Инфоурок», «Мультиурок», «Сеть творческих учителей») способствуют распространению инноваций, предоставляют педагогам возможность быть в курсе современных методик и обмениваться профессиональными идеями независимо от места проживания.

## 5. Принципы и условия эффективной работы методических объединений и сообществ

Эффективность деятельности МО и профессиональных сообществ во многом определяется соблюдением определённых принципов организации, среди которых:

Научность и практическая направленность – связь теоретических знаний с педагогической практикой;

Системность – регулярность работы и последовательность в достижении целей;

Открытость и сотрудничество – обмен опытом и взаимодействие с другими организациями;

Инновационность – готовность к внедрению новых форм и технологий;

Рефлексивность – анализ результатов и корректировка деятельности.

К условиям эффективной работы относятся:

- наличие чётко разработанного плана работы МО;
- активное участие всех педагогов;
- использование современных цифровых инструментов;
- поддержка со стороны администрации;
- наличие системы мотивации и поощрения активных участников.

## 6. Роль методических объединений в профессиональном росте педагога

Работа в методических объединениях и профессиональных сообществах способствует:

- развитию методической компетентности педагога;
- формированию рефлексивных умений – способности к самоанализу и самооценке;
- повышению мотивации к саморазвитию и инновационной деятельности;
- созданию атмосферы сотрудничества и взаимопомощи;
- укреплению профессионального имиджа и авторитета педагога.

Для молодого специалиста участие в МО становится школой профессионального становления, а для опытного педагога – площадкой для передачи опыта, методического лидерства и наставничества.

Таким образом, методические объединения выполняют не только образовательную, но и социальную функцию, формируя профессиональное сообщество единомышленников, способных к инновационному мышлению и творческой самореализации.

Работа в методических объединениях и профессиональных сообществах педагогов – это важнейшее условие повышения качества образования и профессионального совершенствования педагогов. Она обеспечивает интеграцию науки и практики, способствует развитию профессиональных компетенций, расширяет горизонты педагогического мышления и создаёт условия для распространения передового опыта.

Современная методическая деятельность невозможна без взаимодействия, сотрудничества и обмена знаниями между педагогами. Методические объединения и профессиональные сообщества становятся центрами педагогического роста.

### **3 ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА**

#### **3.1 Методика разработки учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорту**

Учебно-тренировочное занятие является основной формой организации образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта. Именно в ходе занятий реализуются цели физического воспитания, развиваются физические качества, формируются двигательные умения и навыки, укрепляется здоровье и воспитываются личностные качества обучающихся.

Методика разработки занятий по физической культуре и спорту представляет собой систему научно обоснованных подходов, принципов и приёмов, направленных на обеспечение эффективности педагогического процесса. Грамотно составленное занятие позволяет не только достичь высоких результатов в физической подготовленности, но и создать положительную мотивацию к занятиям спортом, укрепить интерес к здоровому образу жизни и самосовершенствованию.

##### **1. Теоретико-методические основы разработки занятий**

Методика разработки учебных и тренировочных занятий базируется на фундаментальных принципах педагогики, теории физического воспитания, физиологии и психологии.

Согласно Л.П. Матвееву, основой построения занятия является единство обучения, воспитания и развития. Каждое занятие должно решать три группы задач:

1. Образовательные – обучение двигательным действиям, освоение знаний о физической культуре и спорте;
2. Развивающие – формирование физических качеств (силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости);
3. Воспитательные – развитие волевых и моральных качеств, формирование дисциплины, ответственности, коллективизма.

Эффективность занятия обеспечивается соблюдением следующих принципов:

- научности и системности – соответствие содержания занятия современным научным данным;
- доступности и постепенности – учёт возрастных и индивидуальных возможностей обучающихся;
- вариативности и индивидуализации – адаптация упражнений под уровень подготовленности;
- принципа непрерывности и цикличности – логическая последовательность занятий, направленная на прогрессивное развитие;
- сознательности и активности обучающихся – формирование внутренней мотивации к занятиям физической культурой.

2. Структура и логика построения учебно-тренировочного занятия

Независимо от возраста, уровня подготовки и направленности, каждое занятие по физической культуре или спортивной подготовке имеет три основных этапа: вводную, основную и заключительную части.

1. Вводная часть (организационно-подготовительный этап)

Продолжительность – 8–12 минут.

Цель – подготовка организма к предстоящей нагрузке, организация внимания, настрой обучающихся на активную деятельность.

Содержание:

- построение, приветствие, постановка задач занятия;
- общеразвивающие упражнения и разминка;
- упражнения на координацию, дыхание и растяжку.

Методические требования: упражнения выполняются в умеренном темпе, равномерно, без резких нагрузок. Важно включать элементы мотивации и позитивного психологического настроя.

2. Основная часть

Продолжительность – 25–35 минут.

Цель – реализация основных задач урока или тренировки: обучение двигательным действиям, развитие физических качеств, выполнение нормативов, совершенствование техники.

Содержание:

- освоение новых двигательных умений (техника упражнений, игровые элементы, приёмы);
- развитие физических качеств (силовые, скоростные, координационные, выносливостные упражнения);
- проведение учебных игр, эстафет, соревнований;
- индивидуальная и групповая работа над ошибками.

Методические особенности:

- постепенное увеличение нагрузки;
- сочетание фронтальных, групповых и индивидуальных форм работы;
- рациональное распределение времени и усилий;
- чередование нагрузок и активного отдыха;
- использование наглядных и цифровых средств обучения (видеоанализ, фитнес-трекеры, электронные карты упражнений).

### 3. Заключительная часть

Продолжительность – 5–10 минут.

Цель – восстановление организма, подведение итогов занятия, формирование эмоционально-положительного состояния.

Содержание:

- упражнения на расслабление и дыхание;
- восстановительная ходьба, растяжка;
- краткий анализ выполнения задач занятия;
- рекомендации по самоконтролю и домашним упражнениям.

Заключительная часть способствует постепенному переходу организма в состояние покоя, закреплению двигательных навыков и формированию положительного отношения к физической активности.

### 3. Этапы методической разработки занятия

Методика проектирования каждого типа занятия предполагает индивидуальный подход:

- при обучении новым упражнениям – акцент на показ, объяснение и постепенность освоения;
- при тренировке физических качеств – вариативность нагрузки, дозировка и цикличность;
- при контрольных занятиях – объективность оценки и обеспечение мотивации.

#### 4. Современные технологии в разработке и проведении занятий

Современный этап развития физической культуры характеризуется активным внедрением инновационных технологий, которые существенно меняют подход к планированию и проведению занятий:

- цифровые образовательные ресурсы (видеоуроки, онлайн-тренировки, обучающие приложения);
- технологии индивидуализации (карты физического развития, мониторинг с помощью фитнес-браслетов, адаптация нагрузки);
- здоровьесберегающие технологии (оптимизация двигательного режима, учёт биоритмов, профилактика травм);
- проектно-исследовательская деятельность обучающихся (самостоятельное составление комплексов упражнений, анализ состояния здоровья).

Использование этих технологий позволяет сделать занятия более наглядными, интерактивными и результативными, формируя у обучающихся осознанное отношение к физической культуре как к жизненной ценности.

Методика разработки учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорту является фундаментом педагогической деятельности в данной сфере.

Грамотно разработанное занятие должно быть научно обоснованным, логически структурированным, мотивирующим и соответствующим индивидуальным возможностям обучающихся.

Педагог, владеющий современными методическими подходами, способен обеспечить эффективность образовательного процесса, формировать у учащихся устойчивый интерес к физическим упражнениям, развивать их физические, морально-волевые и личностные качества.

Современная методика требует постоянного совершенствования, интеграции научных достижений и инновационных технологий, что делает физическую культуру и спорт мощным инструментом гармоничного развития личности и укрепления здоровья подрастающего поколения.

### 3.2 Разработка программ физического воспитания с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся

Физическое воспитание в системе образования выполняет не только оздоровительную, но и образовательную, воспитательную и социализирующую функции. Оно направлено на всестороннее развитие личности, укрепление здоровья, формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спорту. Однако эффективность физического воспитания во многом зависит от того, насколько грамотно построена и реализована программа, соответствующая возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся.

Каждый возрастной этап характеризуется своими закономерностями физического, психического и социального развития. Эти различия требуют гибкого, адаптивного подхода к построению учебного процесса. Разработка программы физического воспитания – это творческий и научно обоснованный процесс, который соединяет педагогические, физиологические и психологические знания. Она должна быть не универсальной, а дифференциированной, обеспечивающей максимальный эффект для каждого ребёнка или студента.

#### 1. Особенности проектирования программ физического воспитания

Создание программы физического воспитания – это сложная методическая задача, требующая учёта множества факторов. Важно, чтобы программа не сводилась к формальному перечню упражнений или нормативов. Она должна быть живым инструментом, отражающим потребности и возможности обучающихся, соответствующим их уровню физической подготовленности, интересам и состоянию здоровья.

Программа должна включать чёткую структуру:

- определение целей и задач обучения;
- характеристику обучающегося контингента;
- описание основных направлений физического воспитания;
- систему упражнений и методику их освоения;
- систему контроля и оценки результатов.

Главная задача педагога при разработке программы – обеспечить гармоничное сочетание общеобразовательных и индивидуальных целей, создать условия для постепенного развития физических качеств, формирования положительного отношения к физической культуре и укрепления здоровья.

## 2. Возрастной аспект построения программ физического воспитания

Возраст обучающихся – важнейший фактор, определяющий содержание и характер программы. В разные возрастные периоды организм развивается неравномерно: меняется соотношение силы, выносливости, гибкости, координации, скорости, изменяются возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

У детей младшего школьного возраста физическое воспитание носит игровой характер, направлено на развитие координации, ловкости, осанки, формирование правильных двигательных навыков.

В среднем школьном возрасте задачи усложняются: происходит интенсивное развитие физических качеств, вводятся элементы самоконтроля, увеличивается объём двигательной активности.

В старших классах физическое воспитание приобретает осознанный характер, появляются элементы специализации,

формируются индивидуальные комплексы упражнений.

В студенческом возрасте акцент смещается на самостоятельность, самоконтроль и поддержание физической формы в рамках личной ответственности за здоровье.

Таким образом, программа физического воспитания должна быть построена с учётом возрастных возможностей и физиологической готовности обучающихся к определённым видам нагрузки.

### 3. Индивидуальный подход в разработке программ

Наряду с возрастными особенностями, огромное значение имеет индивидуальный подход. Каждый обучающийся отличается уровнем физической подготовленности, состоянием здоровья, мотивацией, психическим типом и интересами. Уровень нагрузки, интенсивность упражнений, последовательность освоения материала должны варьироваться в зависимости от этих характеристик.

Индивидуализация проявляется в подборе упражнений, дифференцированных по степени сложности; в регулировании интенсивности занятий; в определении персональных целей и критериев достижения результата.

Для этого педагог использует данные медицинских осмотров, результаты физического тестирования, наблюдения, анкетирование и самооценку обучающихся.

Особенно важна индивидуализация в группах, где присутствуют дети с ограниченными возможностями здоровья или ослабленным физическим развитием. Для них разрабатываются коррекционно-оздоровительные программы, направленные на развитие жизненно необходимых двигательных навыков, профилактику заболеваний и адаптацию к физическим нагрузкам.

### 4. Алгоритм разработки программы физического воспитания

Процесс создания программы физического воспитания можно представить как последовательность взаимосвязанных этапов. Каждый этап требует анализа, обоснования и педагогического творчества.

#### Этап 1. Аналитический.

На данном этапе педагог осуществляет изучение контингента обучающихся: анализирует возрастные особенности, состояние здоровья, уровень физической подготовленности, интересы и мотивацию к занятиям. Также проводится оценка материально-технических условий – наличие спортивных залов, оборудования, инвентаря, графика занятий и иных организационных факторов.

Конкретный результат: формируется исходная база данных для проектирования программы, определяются возможности и ограничения образовательной среды.

#### Этап 2. Целеполагающий.

Педагог определяет главную цель программы физического воспитания и формулирует конкретные задачи – образовательные (освоение двигательных навыков, развитие физических качеств), оздоровительные (укрепление здоровья, профилактика нарушений осанки, утомления), воспитательные (развитие воли, дисциплины, коллективизма).

Конкретный результат: устанавливается стратегический ориентир педагогической деятельности, определяющий дальнейшую логику проектирования программы.

#### Этап 3. Конструкторский.

На этом этапе разрабатывается содержание программы: выбираются виды физической активности (гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры, плавание и др.), определяется последовательность разделов, количество часов на каждый вид, интенсивность и объём физической нагрузки. Педагог обеспечивает соответствие содержания возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся, а также требованиям ФГОС.

Конкретный результат: создаётся проект программы с логически выстроенным, целостным и научно обоснованным содержанием.

#### Этап 4. Организационно-методический.

На этом этапе педагог определяет формы занятий (урочные, внеурочные, секционные), график и режим нагрузок, длительность и чередование активных и восстановительных упражнений. При необходимости уточняются методы обучения, принципы мотивации,

взаимодействие с другими педагогами и медицинским персоналом.

Конкретный результат: разрабатывается практическая модель программы, адаптированная к конкретным условиям образовательного учреждения и возможностям контингента.

Этап 5. Контрольно-диагностический.

Педагог создаёт систему оценки результатов реализации программы. Она может включать тестирование физической подготовленности, выполнение нормативов, педагогические наблюдения, анкетирование, самооценку обучающихся.

Конкретный результат: формируется система контроля и диагностики, позволяющая объективно оценивать эффективность программы и индивидуальные достижения участников.

Этап 6. Коррекционно-аналитический.

Педагог проводит анализ хода реализации программы, сравнивает запланированные и достигнутые результаты, выявляет трудности и отклонения. При необходимости корректируется содержание, нагрузка, методы обучения с учётом динамики физического развития, состояния здоровья и обратной связи от обучающихся.

Конкретный результат: обновлённая и актуализированная программа, обеспечивающая повышение качества физического воспитания и устойчивое развитие мотивации к занятиям.

Данный алгоритм обеспечивает логическую последовательность действий педагога – от анализа потребностей до оценки эффективности и совершенствования программы. Данный алгоритм носит универсальный характер и может применяться для разработки программ как по физической культуре так и по отдельным видам спорта.

5. Практическая направленность и примеры реализации

При разработке программы педагог должен учитывать не только научные данные, но и реальную практику. Например, в общеобразовательной школе программа может включать разделы:

- гимнастика и общеразвивающие упражнения;
- лёгкая атлетика;

- подвижные и спортивные игры;
- основы знаний о физической культуре и здоровом образе жизни;
- упражнения на развитие выносливости, гибкости и силы.

В спортивной школе программа, напротив, будет ориентирована на углублённую подготовку: тренировочные циклы, этапы развития спортивной формы, контрольные испытания, восстановительные мероприятия.

При работе с детьми младшего возраста основной акцент делается на эмоциональность и игровую направленность занятий. У подростков – на развитие выносливости, координации и силы, а у старших школьников – на формирование устойчивых привычек к самостоятельным занятиям.

## 6. Контроль и оценка результатов реализации программы

Контроль эффективности программы физического воспитания проводится систематически. Он позволяет оценить, насколько программа способствует физическому и личностному развитию обучающихся.

Для этого используются:

- тесты на физическую подготовленность (бег, прыжки, подтягивание, гибкость);
- наблюдения за динамикой показателей здоровья (масса тела, ЧСС, выносливость);
- анкетирование об отношении к занятиям физкультурой;
- индивидуальные карты достижений и самооценка учащихся.

Результаты контроля служат основанием для корректировки программы, адаптации содержания и оптимизации нагрузки.

Разработка программ физического воспитания с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся – это сложный, многокомпонентный процесс, требующий педагогического мастерства, аналитического мышления и творческого подхода.

Такие программы должны быть направлены не только на развитие физических качеств, но и на формирование у обучающихся

интереса, ответственности и понимания ценности здорового образа жизни.

Именно через индивидуально-ориентированные и возрастно-адекватные программы физического воспитания создаются условия для гармоничного развития личности, укрепления здоровья и формирования активной жизненной позиции.

Педагог, владеющий методикой их проектирования, становится не просто преподавателем, а наставником, способным воспитать у учащихся осознанную потребность в физической активности и самосовершенствовании.

### 3.3 Применение инновационных технологий и здоровьесберегающих методов в образовательном процессе

Современная образовательная система переживает период глубоких преобразований, связанных с внедрением цифровых технологий, гуманизацией педагогического процесса и повышением роли здоровья как стратегического ресурса личности и общества. В этих условиях особое значение приобретает использование инновационных и здоровьесберегающих технологий, которые позволяют не только повысить эффективность обучения, но и обеспечить сохранение физического, психического и социального благополучия обучающихся.

В области физической культуры и спорта применение инновационных технологий становится ключевым направлением совершенствования педагогической деятельности. Здесь педагог уже не просто организатор двигательной активности, а разработчик и интегратор современных педагогических решений, объединяющих достижения науки, практики и цифровых технологий.

#### Понятие инновационных технологий в образовании и спорте

Инновационные технологии в образовательном процессе – это нововведения в области содержания, методов, средств и форм обучения, направленные на достижение более высоких результатов, развитие мотивации и активной позиции обучающихся. Они

предполагают использование современных педагогических, психологических, цифровых и организационных решений, которые делают процесс обучения более индивидуализированным, интерактивным и продуктивным.

В сфере физической культуры инновации охватывают как педагогическую, так и информационно-технологическую составляющие. Педагогические инновации связаны с применением новых форм организации занятий (проектная, модульная, игровая, исследовательская деятельность), внедрением интерактивных и компетентностных методов обучения, а также с обновлением содержания учебных программ в соответствии с современными научными достижениями.

Технологические инновации включают использование цифровых платформ, мобильных приложений, носимых устройств, мультимедийных средств и интерактивных тренажёров, которые расширяют возможности анализа, контроля и индивидуализации физической подготовки.

Инновационные технологии в методической деятельности педагога

Методическая деятельность педагога в современных условиях приобретает инновационный характер. Это проявляется в:

- использовании интерактивных форм обучения (виртуальные уроки, видеоуроки, цифровые тренировки, онлайн-семинары);
- внедрении электронных образовательных ресурсов (цифровые библиотеки, симуляторы, обучающие видеоплатформы);
- применении информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) для планирования, мониторинга и анализа учебного процесса;
- создании цифровых портфолио, электронных карт физического развития обучающихся, интерактивных таблиц и графиков динамики физической подготовленности;

- переходе к персонализированному обучению, где педагог строит образовательную траекторию каждого обучающегося на основе его возможностей и интересов.

Использование таких технологий позволяет не только повысить качество физического воспитания, но и формировать у обучающихся устойчивую мотивацию к самостоятельным занятиям спортом и физической активностью, создавая предпосылки для формирования культуры здоровья.

Здоровьесберегающие технологии: сущность и педагогическое значение

Здоровьесберегающие технологии в образовании представляют собой систему педагогических приёмов, методов и организационных решений, направленных на сохранение, укрепление и развитие здоровья обучающихся в процессе обучения и воспитания.

Для педагога физической культуры и спорта эти технологии являются основой профессиональной деятельности, так как сам предмет несёт в себе оздоровительную функцию. Однако современная практика требует их системного и научно обоснованного применения.

Здоровьесберегающие технологии включают:

- рациональную организацию учебных и тренировочных нагрузок;
- обеспечение двигательного режима, соответствующего возрасту и состоянию здоровья обучающихся;
- профилактику переутомления, травматизма, стрессов;
- использование релаксационных и дыхательных упражнений;
- создание психологически комфортной образовательной среды;
- внедрение принципов здорового образа жизни в образовательный процесс.

Таким образом, педагог становится не только наставником в развитии физических качеств, но и проводником здоровьесберегающих ценностей, формирующих у обучающихся

ответственное отношение к собственному здоровью.

Интеграция инновационных и здоровьесберегающих технологий

Современная методическая практика ориентируется на синтез инновационных и здоровьесберегающих подходов. Это позволяет одновременно решать образовательные и оздоровительные задачи.

Примером такой интеграции является использование цифровых технологий для мониторинга состояния здоровья обучающихся. С помощью фитнес-браслетов, пульсометров и мобильных приложений педагог может отслеживать частоту пульса, уровень активности, объём выполненных упражнений, а затем корректировать нагрузку индивидуально.

Другим примером является применение интерактивных тренажёров и видеотренингов, которые не только развивают двигательные навыки, но и повышают интерес к занятиям, способствуют профилактике травм за счёт визуального обучения правильной технике движений.

Использование гибридных форм обучения (сочетание очных и онлайн-занятий) позволяет расширить образовательные возможности, а внедрение игровых и проектных технологий способствует эмоциональному вовлечению обучающихся, улучшая психологический климат и уровень мотивации.

Психолого-педагогические аспекты применения инноваций

Внедрение инновационных технологий требует от педагога высокой психолого-педагогической культуры. Он должен учитывать индивидуальные особенности восприятия, темп обучения, эмоциональное состояние и уровень готовности обучающихся к восприятию новых форм деятельности.

Одним из приоритетов становится формирование мотивации к саморазвитию и саморегуляции, что особенно важно в физическом воспитании. Педагог должен не просто обучать двигательным навыкам, но и формировать у обучающихся способность к самостоятельному выбору форм физической активности, осознанному контролю за нагрузкой и состоянием здоровья.

В этом контексте возрастает роль педагогической диагностики и

обратной связи. Современные технологии позволяют собирать объективные данные о физической подготовленности, что повышает точность педагогических решений и способствует индивидуализации процесса.

### Цифровизация методической работы педагога

Цифровизация методической деятельности стала одной из главных тенденций в современном образовании. Для педагога физической культуры это означает использование технологий на всех этапах работы: от планирования и проектирования занятий до анализа результатов.

В методической практике активно применяются:

- интерактивные презентации и видеоанализика движений;
- онлайн-журналы и цифровые системы учёта физической активности;
- электронные тесты для диагностики физической подготовленности;
- виртуальные тренировки с применением технологий дополненной реальности;
- электронные методические банки данных и базы авторских программ.

Это не только упрощает документооборот, но и обеспечивает высокий уровень визуализации учебного материала, способствует повышению интереса обучающихся и эффективности образовательного процесса.

### Проблемы и перспективы внедрения инновационных технологий

Несмотря на очевидные преимущества, внедрение инновационных и здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс сталкивается с рядом трудностей. Среди них – недостаточный уровень цифровой компетентности педагогов, ограниченные материально-технические ресурсы, а также необходимость постоянного обновления знаний.

Кроме того, внедрение инноваций требует методической поддержки и координации, участия педагогов в сетевых

профессиональных сообществах, где возможно обмениваться опытом и аprobировать новые методические решения.

Перспективы развития инновационной методической работы связаны с:

- созданием интегрированных цифровых платформ для физического воспитания;
- развитием систем дистанционного и смешанного обучения в спорте;
- внедрением искусственного интеллекта и анализаторов движений для оценки техники выполнения упражнений;
- повышением квалификации педагогов в области цифровой педагогики и здоровьесбережения.

Применение инновационных технологий и здоровьесберегающих методов в образовательном процессе – это не временная тенденция, а стратегическое направление развития современной педагогики физической культуры и спорта. Оно обеспечивает переход от традиционной модели обучения к модели, ориентированной на развитие личности, её здоровья, самостоятельности и ответственности.

Инновационные технологии позволяют сделать процесс физического воспитания более увлекательным, научно обоснованным и результативным, а здоровьесберегающие методы – превратить его в средство формирования устойчивой мотивации к активному и здоровому образу жизни.

Современный педагог должен выступать не только транслятором знаний, но и инноватором, проектировщиком и исследователем, способным создавать образовательную среду, в которой обучение становится источником здоровья, гармонии и личностного роста.

### 3.4 Методическое обеспечение спортивно-массовых мероприятий и соревнований

Спортивно-массовая работа является неотъемлемой частью

системы физического воспитания и играет важную роль в формировании у обучающихся устойчивого интереса к занятиям физической культурой, развитию двигательной активности, укреплению здоровья и воспитанию волевых качеств. Одновременно она выполняет образовательные, воспитательные, коммуникативные и социальные функции, являясь мощным средством формирования культуры здоровья, командного взаимодействия и позитивного отношения к физической активности.

Для эффективной реализации этих целей необходима тщательно продуманная методическая система организации и сопровождения спортивно-массовых мероприятий, которая обеспечивает их педагогическую направленность, безопасность и соответствие возрастным и индивидуальным особенностям участников.

Понятие и значение методического обеспечения спортивно-массовых мероприятий

Методическое обеспечение спортивно-массовых мероприятий – это совокупность научно обоснованных принципов, методов, документов, материалов и организационно-педагогических действий, направленных на планирование, подготовку, проведение и анализ соревнований и массовых спортивных событий.

Оно представляет собой инструмент профессиональной деятельности педагога и тренера, который обеспечивает:

- педагогическую целесообразность и системность мероприятий;
- безопасность и соответствие санитарно-гигиеническим нормам;
- достижение образовательных, оздоровительных и воспитательных целей;
- формирование позитивной мотивации к участию в спортивной жизни учреждения;
- объективную оценку результатов и достижений участников.

Методическое обеспечение выступает связующим звеном между организационной, педагогической и аналитической сторонами

спортивно-массовой работы, делая её осмысленной, планомерной и результативной.

### Цели и задачи методического обеспечения

Главная цель методического обеспечения спортивно-массовых мероприятий – создание условий для эффективной реализации задач физического воспитания и развития личности через участие в организованных формах двигательной активности.

К основным задачам относятся:

- разработка планов и программ спортивно-массовой работы на учебный год;
- методическое сопровождение подготовки и проведения соревнований, фестивалей, спартакиад, дней здоровья, туристических слётов и других форм активности;
- обеспечение педагогического контроля за организацией и проведением мероприятий;
- разработка методических материалов, инструкций, положений и нормативных документов;
- анализ и оценка результатов мероприятий с последующей коррекцией методики и содержания работы.

Таким образом, методическое обеспечение формирует научно-практическую основу, которая позволяет реализовать спортивно-массовую деятельность в соответствии с требованиями современного образования и стандартов безопасности.

Этапы методического обеспечения спортивно-массовых мероприятий

Методическое сопровождение спортивно-массовой работы строится на основе четырёх взаимосвязанных этапов, каждый из которых имеет свою цель и инструментарий:

#### Планировочно-организационный этап.

На этом этапе педагог (или методическая группа) разрабатывает годовой и календарный планы спортивно-массовых мероприятий, определяет их цели, задачи, формы, участников, сроки и место проведения.

Разрабатываются положения о соревнованиях, правила,

критерии оценки, а также распределяются обязанности между организаторами, судьями, медицинским персоналом.

Важным элементом является анализ материально-технических и кадровых ресурсов, обеспечение безопасности и согласование мероприятий с администрацией.

Подготовительный этап.

На этом этапе осуществляется непосредственная подготовка участников и судей, оформление площадок, подбор инвентаря и оборудования.

Педагог проводит инструктажи, тренировки, репетиции и консультации, готовит методические материалы: сценарии, листы учёта, карточки результатов, протоколы и маршрутные листы.

Целью этого этапа является обеспечение полной готовности участников и условий к проведению мероприятия.

Проведение мероприятия.

На данном этапе реализуется основная часть работы – организация и проведение соревнований или праздника.

Педагог выполняет функции организатора, координатора и судьи: следит за соблюдением правил, регламентом, безопасностью, обеспечивает поддержку участников.

Особое внимание уделяется созданию эмоционально-положительной атмосферы, мотивации, развитию командного духа и спортивной этики.

Аналитико-рефлексивный этап.

После завершения мероприятия проводится анализ его эффективности: подведение итогов, обработка результатов, подготовка отчёта, анализ достижений и выявление трудностей.

Разрабатываются рекомендации по улучшению организации, определяются перспективы дальнейшей работы, формируется банк методических материалов для последующего использования.

Эта последовательность этапов обеспечивает системность методической деятельности педагога и создаёт предпосылки для постоянного совершенствования спортивно-массовой работы.

Документационное сопровождение спортивно-массовых

## мероприятий

Методическое обеспечение невозможно без надлежащего документального оформления, которое гарантирует прозрачность, безопасность и объективность проведения мероприятий.

К основным документам относятся:

- Положение о проведении соревнований (цель, задачи, участники, условия, порядок подведения итогов);
- Календарный план спортивно-массовой работы на учебный год;
- Смета расходов и материальное обеспечение;
- Заявочные листы и списки участников;
- Протоколы судейских коллегий, карточки учёта результатов;
- Акты о соблюдении техники безопасности;
- Итоговый отчёт и аналитическая справка о проведённом мероприятии.

Эти документы служат методическим и управленческим инструментом, позволяя педагогу не только контролировать процесс, но и документально подтверждать результаты своей деятельности.

**Педагогические аспекты методического сопровождения**

Методическое обеспечение спортивно-массовых мероприятий должно строиться на принципах педагогической целесообразности, доступности и развивающего характера.

Педагог должен учитывать:

- возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- уровень их физической и психологической готовности;
- мотивацию и интерес к видам деятельности;
- социальный аспект участия (воспитание командного взаимодействия, честности, дисциплины).

Кроме того, важна эмоциональная составляющая – соревнования и праздники должны не утомлять, а вдохновлять, формировать положительное отношение к физической культуре и спорту.

Отсюда вытекает задача педагога – создавать атмосферу сотрудничества и успеха, в которой каждый участник чувствует свою

значимость.

Инновационные подходы к организации спортивно-массовой работы

Современные тенденции в методике организации спортивно-массовых мероприятий связаны с внедрением цифровых, интерактивных и проектных технологий.

Все чаще педагоги используют:

- онлайн-регистрацию и цифровые протоколы соревнований;
- электронные таблицы учёта результатов и рейтингов;
- видеофиксацию и фотоотчётность для анализа и презентации достижений;
- виртуальные спортивные конкурсы и флешмобы (например, челленджи, дистанционные соревнования по шагам, прыжкам, силовым упражнениям);
- интерактивные стенды и мультимедийные презентации, посвящённые истории спорта и успехам обучающихся.

Инновационные подходы позволяют сделать спортивно-массовые мероприятия более привлекательными и доступными, повысить вовлечённость обучающихся и создать современную информационную культуру спорта в образовательной среде.

Значение методического обеспечения для профессиональной деятельности педагога

Методическая работа, связанная с организацией спортивно-массовых мероприятий, является важным элементом профессиональной компетентности педагога физической культуры и спорта.

Она требует глубоких знаний в области педагогики, психологии, менеджмента, медицины, нормативно-правового регулирования и безопасности.

Педагог, грамотно организующий спортивное мероприятие, выступает не только как тренер, но и как организатор, методист, психолог, наставник.

Он обеспечивает комплексное воздействие на личность обучающегося, формирует у него спортивные, социальные и

гражданские качества, укрепляет ценностное отношение к здоровому образу жизни.

Кроме того, методическое сопровождение позволяет педагогу анализировать собственную деятельность, выявлять направления для профессионального роста, совершенствовать образовательные технологии и разрабатывать новые формы массовой физкультурной работы.

Методическое обеспечение спортивно-массовых мероприятий и соревнований представляет собой систему научно обоснованных действий, направленных на повышение качества, безопасности и педагогической эффективности спортивной работы.

Оно является неотъемлемой частью профессиональной деятельности педагога физической культуры, отражающей уровень его методической компетентности, организаторских умений и педагогической культуры.

Грамотно выстроенная методическая система позволяет превратить каждое спортивное мероприятие не просто в соревнование, а в педагогическое событие, способствующее развитию личности, укреплению здоровья и формированию у обучающихся активной жизненной позиции.

В условиях модернизации образования и роста интереса общества к спорту именно методически обеспеченная, инновационная и культурно-насыщенная спортивно-массовая работа становится важнейшим фактором формирования здорового и успешного молодого поколения.

## ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Практическая часть пособия направлена на закрепление теоретических знаний, развитие умений применять методические подходы в реальных условиях педагогической и физкультурно-спортивной деятельности. Задания подобраны таким образом, чтобы студент мог осмыслить содержание своей будущей профессии, научиться анализировать, планировать и организовывать учебно-воспитательный процесс с позиции современного педагога.

### **Задание 1. Понимание сущности методической работы**

Прочитайте определения понятия «методическая деятельность педагога», приведённые в учебниках и статьях (Матвеев, Кузьмина, Тряпицына и др.).

После этого попробуйте сформулировать собственное определение этого понятия, объяснив, как вы понимаете роль методической работы в профессии учителя физической культуры.

Напишите небольшой текст (от 10 до 15 предложений), в котором ответьте на вопросы:

Зачем педагогу нужна методическая деятельность?

Что она даёт ученикам и самому учителю?

Как вы видите её значение в современной школе или колледже?

### **Задание 2. Анализ профессиональной компетентности педагога**

Представьте, что вы работаете в школе или спортивной секции. Подумайте, какие знания, умения и личные качества нужны педагогу физической культуры, чтобы его уроки были интересными и полезными.

Опишите в тексте (до 1 страницы), какие качества вы считаете главными для современного педагога. Разделите их на три группы:

- профессиональные знания;
- педагогические умения;
- личные качества (коммуникабельность, справедливость, энергия, культура поведения и др.).

### **Задание 3. Планирование работы педагога**

Любая методическая деятельность требует планирования.

Представьте, что вы готовитесь к новому учебному году и должны составить краткий план своей методической работы.

В тексте (примерно полстраницы) напишите:

какие направления деятельности вы считаете приоритетными (например: повышение квалификации, самообразование, участие в соревнованиях, разработка программ и т.д.);

какие цели вы перед собой ставите;

как вы будете оценивать результат (например: проведение открытого урока, участие в конкурсе, создание авторской разработки).

#### **Задание 4. Организация методического объединения**

Методическое объединение – это коллектив педагогов, который совместно решает задачи обучения, воспитания и повышения профессионального уровня.

Представьте, что вы входите в состав методического объединения преподавателей физической культуры.

Опишите в свободной форме (до 1 страницы):

- какие вопросы вы бы предложили обсудить на заседаниях объединения;
- какие мероприятия могли бы провести совместно (семинар, мастер-класс, спортивный праздник, онлайн-конкурс и др.);
- почему работа в объединении помогает учителю развиваться профессионально.

#### **Задание 5. Разработка учебного занятия**

Попробуйте разработать фрагмент урока или тренировки, который вы бы провели с учениками.

Опишите словами:

- тему занятия (например, развитие силы, техника бега, подвижные игры и т.д.);
- цель урока (чему вы хотите научить учащихся);
- основное содержание (какие упражнения, сколько времени, в какой последовательности);
- что вы сделаете, чтобы урок был интересным и

безопасным.

Постарайтесь представить, что вы реально проводите это занятие, и запишите свои мысли, как будто это ваш рабочий конспект.

**Задание 6. Индивидуальный план самообразования**

Каждый педагог должен постоянно развиваться.

Составьте небольшой индивидуальный план самообразования на 1 учебный год.

Примерный образец:

Тема самообразования: «Использование цифровых технологий на уроках физической культуры».

Цель: Повышение эффективности занятий за счёт визуальных и интерактивных средств обучения.

Мероприятия: чтение литературы, участие в вебинарах, проведение пробного урока с применением технологий.

Ожидаемый результат: создание цифрового конспекта урока.

Выберите любую тему, которая вам ближе, и напишите свой вариант в виде небольшого текста.

**Задание 7. Документация педагога**

В деятельности педагога большое значение имеет умение вести документацию.

Перечислите, какие документы вы считаете важными для организации методической работы (например, план работы, конспект урока, отчёт, положение о соревновании и др.).

Выберите один документ и кратко опишите, из каких частей он состоит и как его нужно оформлять.

**Задание 8. Сценарий спортивного мероприятия**

Организация спортивно-массовых мероприятий – важная часть работы педагога физической культуры.

Придумайте и опишите небольшое спортивное мероприятие для школьников или студентов.

Пример: «День здоровья», «Весёлые старты», «Семейная спартакиада», «Футбольный турнир».

Опишите:

- цель мероприятия;
- кто участвует;
- какие виды соревнований или игр входят в программу;
- как будут подводиться итоги.

Объём – около 1 страницы.

#### **Задание 9. Применение инноваций**

Опишите, какие современные технологии или методы, по вашему мнению, можно использовать на уроках физической культуры.

Примеры:

- использование мобильных приложений для подсчёта шагов или пульса;
- показ техники упражнений через видеоролики;
- проведение онлайн-зачётов;
- создание интерактивных таблиц результатов.

Подумайте, как эти технологии могут помочь ученикам и педагогу. Напишите небольшое эссе на 10–12 предложений.

#### **Задание 10. Самоанализ педагогической деятельности**

Представьте, что вы провели урок или тренировку. Подумайте, что получилось хорошо, а что можно улучшить.

В тексте (до 1 страницы) опишите:

- какие трудности вы испытали;
- что удалось сделать особенно удачно;
- как вы будете совершенствовать свои умения в будущем.

#### **Задание 11. Контроль и оценка результатов**

Подумайте, как можно оценивать эффективность своей педагогической работы.

Какие показатели, на ваш взгляд, отражают успех педагога физической культуры?

Примеры:

- физическая подготовленность учащихся;
- интерес и участие в занятиях;
- соблюдение правил безопасности;
- улучшение дисциплины и командного духа.

Составьте небольшой текст, где объясните, по каким критериям вы будете судить о результативности своей работы.

**Задание 12.** Итоговое проектное задание

Разработайте небольшой индивидуальный проект на тему: «Совершенствование методической деятельности педагога физической культуры».

В проекте укажите:

- актуальность темы (почему она важна сегодня);
- цель и задачи проекта;
- план действий (что вы хотите сделать и в какие сроки);
- предполагаемый результат (чего вы хотите добиться – новая методика, проведение соревнования, разработка программы и т.п.).

Объём – 2–3 страницы.

Методические рекомендации для студентов

Все задания выполняются в письменной форме (можно печатно или от руки).

Желательно оформлять работы по стандартам вузовских отчётов (шрифт 14, интервал 1,5).

При выполнении заданий допускается использование собственных наблюдений, опыта занятий спортом, участия в мероприятиях.

Итоговые работы рекомендуется обсуждать в группе и представлять на методическом семинаре в форме мини-презентации или устного отчёта.

Каждое задание направлено не только на проверку знаний, но и на развитие самостоятельности, ответственности, умения мыслить педагогически.

Эти практические задания помогут студентам осознанно подойти к профессии педагога физической культуры, развить аналитическое и методическое мышление, научиться планировать и оценивать собственную деятельность, а также подготовиться к реальной педагогической практике.

## **КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ**

1. Что представляет собой научно-методическая работа педагога в области физической культуры и спорта?
2. Каковы основные цели и задачи методической деятельности педагога?
3. В чём заключается сущность научного подхода в физическом воспитании и спортивной подготовке?
4. Какие функции выполняет методическая деятельность в образовательном процессе?
5. Каковы основные принципы организации методической работы?
6. Что включает в себя понятие «профессиональная компетентность педагога физической культуры»?
7. Почему методическая деятельность рассматривается как компонент профессиональной компетентности педагога?
8. Какие нормативно-правовые документы регулируют методическую деятельность педагога физической культуры?
9. Каково значение ФГОС и профессиональных стандартов в организации методической работы?
10. В чём заключается роль научных исследований в совершенствовании методической деятельности педагога?
11. Какие направления и тенденции развития методической деятельности характерны для современного образования и спорта?
12. Как цифровизация влияет на организацию методической и учебно-тренировочной работы?
13. Какие формы методической работы применяются в образовательных учреждениях?
14. Чем отличаются индивидуальные, групповые и коллективные формы методической деятельности?
15. Какие виды методической работы выделяются в современной педагогической практике?
16. Как осуществляется планирование методической деятельности педагога?

17. Какие особенности имеет календарное и индивидуальное планирование в физкультурно-спортивной деятельности?
18. Что включает в себя документационное обеспечение методической работы?
19. Какую роль играют рабочие программы, конспекты и отчёты в системе методической деятельности?
20. Какие основные требования предъявляются к ведению методической документации в образовательных организациях?
21. Какова роль методических объединений и профессиональных сообществ педагогов в повышении качества образования?
22. Как строится работа педагога в составе методического объединения?
23. Каковы основные этапы разработки учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорту?
24. Как разрабатываются программы физического воспитания с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся?
25. Какие инновационные технологии используются в современном физкультурном образовании?
26. Что понимается под здоровьесберегающими технологиями и какова их роль в образовательном процессе?
27. Какие задачи решает методическое обеспечение спортивно-массовых мероприятий и соревнований?
28. Какие этапы включает организация и проведение спортивно-массовых мероприятий в образовательных учреждениях?
29. В чём заключается диагностика, контроль и оценка эффективности педагогической и методической работы?
30. Как методическая деятельность способствует профессиональному росту и саморазвитию педагога физической культуры?

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Манжелей, И. В. Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / И. В. Манжелей. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 182 с.
2. Андриади, И. П. Основы педагогического мастерства : учебник / И. П. Андриади. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : ИНФРА-М, 2018. – 209 с.
3. Евсеев, Ю. И. Физическая культура : учебное пособие / Ю. И. Евсеев. – 9-е изд., стер. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 444 с.
4. Никитушкин, В. Г. Научно-исследовательская и методическая работа педагогического института физической культуры и спорта / В. Г. Никитушкин // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 7. – С. 43–46.
5. Шукшина, А. С. Специфика деятельности преподавателя физической культуры / А. С. Шукшина // Форум молодых ученых. – 2017. – № 3 (7). – С. 563–566.
6. Нескреба, Т. А., Чернышев, Д. А. Методика повышения уровня профессиональной компетентности учителя физической культуры в системе дополнительного педагогического образования / Т. А. Нескреба, Д. А. Чернышев // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 247–252.
7. Кузекевич, В. Р., Русаков, А. А. Направленность и содержание домашнего задания по физической культуре в общеобразовательной школе: тенденции развития в контексте суждений учителя и ученика / В. Р. Кузекевич, А. А. Русаков // Наука и школа. – 2024. – № 6. – С. 206–218.
8. Здрок, В. А. Реализация межпредметных связей на уроках физической культуры на примере урока по теме «Современные виды спорта и физические упражнения. Спортивная лексика» / В. А. Здрок // Вестник науки и образования. – 2024. – № 7 (150)-1. – С. 82–85.
9. Васьков, Ю. В. Основные компоненты содержания и методов методики физического воспитания / Ю. В. Васьков // Вестник теории и практики физической культуры. – 2022. – № 4. – С. 56–61.
10. Потоп, В. Научно-исследовательский подход в области физического воспитания и спортивной науки / В. Потоп // Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society. – 2023. – № 2. – С. 12–20.
11. Кремнёва, В. Н. Методические условия построения образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт» / В. Н. Кремнёва // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – № 5. – С. 34–39.
12. Лутсенко, Е. Л. Физическая культура и её влияние на образ жизни молодежи / Е. Л. Лутсенко // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. – 2022. – Т. 128. – С. 571–578.
13. Ходжанов, А. Р. Педагогические аспекты в дисциплине «Физическая культура и спорт» / А. Р. Ходжанов // Проблемы науки. – 2022. – № 4 (72). – С. 57–59.

- 14.Масыч, В. В., Гриньова, В. М. Методология подготовки студентов педагогических университетов по физической культуре в современных условиях / В. В. Масыч, В. М. Гриньова // Journal of Physical Education and Sport. – 2025. – № 3. – С. 41–48.
- 15.Науменко, Ю. В. Методология физического воспитания: социокультурный подход / Ю. В. Науменко. – Киев : Академия спорта, 2019. – 214 с.
- 16.Тихонова, С. В. Современные инновационные технологии в системе физического воспитания обучающихся / С. В. Тихонова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2021. – № 3. – С. 45–50.
- 17.Климова, Н. А. Здоровьесберегающие технологии в образовательной среде : учебное пособие / Н. А. Климова. – Москва : Академия, 2020. – 184 с.
- 18.Степанова, Е. П. Методическое сопровождение спортивно-массовых мероприятий в образовательных учреждениях / Е. П. Степанова // Наука и спорт: современные тенденции. – 2023. – № 2. – С. 98–104.
- 19.Гордеева, И. Ю. Документационное обеспечение методической работы педагога : учебно-методическое пособие / И. Ю. Гордеева. – Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2021. – 112 с.
- 20.Ефимова, Л. В. Планирование и организация методической деятельности педагога физической культуры / Л. В. Ефимова. – Москва : ФЛИНТА, 2024. – 156 с.

---

Захарова Н.А.

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ОСНОВЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ  
РАБОТЫ ПЕДАГОГА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

*Учебно-методическое пособие*

Издание опубликовано в авторской редакции

Подписано в печать 17.11.2025 г. Формат 60x90/16.

Усл. печ. л. 5,1. Тираж 50 экз.

Отпечатано в типографии

Уральского государственного университета физической культуры