

**Министерство образования и науки Республики Дагестан
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Республики Дагестан
«Училище олимпийского резерва «Триумф»**

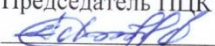
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта**

Код и наименование специальности 49.02.01 «Физическая культура»
входящей в состав УГС 49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»

Хасавюрт, 2022

ОДОБРЕНА
предметной (цикловой) комиссией
профессионального цикла специальности
49.02.01 «Физическая культура»

Председатель ППК спец.дисциплин
 Беркиханова М.Х.
Подпись ФИО

25.08.2022

УТВЕРЖДАЮ
зам. директора по учебной работе



2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе

- Федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 49.02.01 Физическая культура (углубленная подготовка), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.08.2014 № 976

- Рабочего учебного плана образовательного учреждения
на 2022/2026 учебный год.

Организация-разработчик: ГБПОУ РД УОР «Триумф»

Разработчик: Гаджиева Зулайхат Гапуровна- преподаватель высшей категории,
ГБПОУ РД « Училище олимпийского резерва «Триумф»

Рекомендована методическим советом ГБПОУ РД « Училище олимпийского резерва «Триумф» для применения в учебном процессе.

Заключение методического совета № 1 от 26.08. 2022 г.

© Гаджиева Зулайхат Гапуровна, 2022

© ГБПОУ РД « Училище олимпийского резерва «Триумф»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
- 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и история физической культуры

1.1. Область применения программы

Примерная программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 *Физическая культура*

Примерная программа учебной дисциплины может быть использована всеми образовательными учреждениями профессионального образования на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы по данной специальности и в области дополнительного педагогического образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

общепрофессиональный цикл

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;

- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;

- правильно использовать терминологию в области физической культуры;

- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;

- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;

- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;

- историю международного спортивного движения;

- современные концепции физического воспитания;

- средства формирования физической культуры человека;

- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;

- мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;
- принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;
- дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;
- особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательного одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- сущность и функции спорта;
- основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;
- основы оздоровительной тренировки;
- проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.

| Код ¹ ПК. ОК. ЛР | Умения | Знания |
|--|--|---|
| <p>ОКИ - 10 ПК 1.1 - 1.8, 2.1 - 2.6, 3.1 - 3.5 ЛР 1 - 20</p> | <p>ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта: использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебнотренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту; правильно использовать терминологию в области физической культуры:</p> | <p>понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий: историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки: средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; основы теории обучения двигательным действиям; теоретические основы развития физических качеств; основы формирования технико- тического мастерства, занимающихся физической культурой и спортом;</p> |

| | |
|---|---|
| <p><i>оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки;</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом; - мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития; - понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры; |
| <p><i>находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; - структуру и основы построения процесса спортивной подготовки; основы теории соревновательной деятельности; - основы спортивной ориентации и спортивного отбора. |

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
- ОК.2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебнотренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях

обновления ее целей, содержания и смены технологий

- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия

- ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия

- ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов

- ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях

- ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью

- ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию

- ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь

- ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

- ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

- ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

- ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

- ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

- ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

- ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

- ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения

- ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
- ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
- ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта

Личностное развитие

| | |
|---|-------|
| Осознающий себя гражданином и защитником великой страны. | ЛР 1 |
| Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций. | ЛР2 |
| Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих. | ЛР3 |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа». | ЛР4 |
| Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. | ЛР5 |
| Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях. | ЛР6 |
| Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности. | ЛР7 |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства. | ЛР8 |
| Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях. | ЛР9 |
| Забочающийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой. | ЛР 10 |

| | |
|---|--------------|
| Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. | ЛР 11 |
| Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания. | ЛР 12 |
| Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности | ЛР 13 |
| Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности | ЛР 14 |
| Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем | ЛР 15 |
| Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности | ЛР 16 |
| Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии | ЛР 17 |
| Выполняющий профессиональные навыки в сфере <i>физической культуры</i> с учетом специфики субъекта Российской Федерации | ЛР 18 |
| Выполняющий трудовые функции в сфере <i>физической культуры</i> | ЛР 19 |
| Демонстрирующий профессиональные навыки в сфере <i>физической культуры</i> | ЛР 20 |

1.4. Рекомендуемое количество часов/зачетных единиц на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента 195 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 130 часов; самостоятельной работы обучающегося 65 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем часов |
|---|--------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | <i>189</i> |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | <i>126</i> |
| в том числе: | |
| практические занятия | <i>64</i> |
| Самостоятельная работа студента (всего) | <i>65</i> |
| в том числе: | |
| внеаудиторная самостоятельная работа | <i>65</i> |
| <i>Итоговая аттестация в форме - экзамена</i> | |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.07 «Теория и история физической культуры и спорта»

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) | | Объем часов | Уровень освоения |
|--|---|--|-------------|------------------|
| 1 | 2 | | 3 | 4 |
| Раздел 1. Формирование систем физической культуры, национальных и народных видов спорта | | | 28 | |
| Тема 1.1 Физическая культура в древнем мире | Содержание учебного материала | | 8 | 1-2 |
| | 1-2 | Педагогические идеи по физическому воспитанию древнейших цивилизаций Возникновение физической культуры, исторические этапы ее развития. Физическое воспитание в родовом обществе. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе, отличие от первобытного общества. | 2 | |
| | 3-4 | Физическая культура народов Древней Греции Расцвет физической культуры в Древней Греции. Спартанская и афинская системы физического воспитания рабовладельцев. Древнегреческие Олимпийские игры. Педагогические идеи физического воспитания в Древней Греции. | 2 | |
| | 5-6 | Физическая культура Древнего Рима Особенности развития физической культуры в Древнем Риме, ее отличие от древнегреческой. Военно – физическое воспитание в Древнем Риме, его упадок в период Римской Империи. Вопросы физического воспитания в трудах древнеримских мыслителей. | 2 | 1-2 |
| | Практические занятия | | | |
| | 7-8 | Анализ и обсуждение систем физического воспитания в рабовладельческом обществе. | 2 | 2-3 |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | | |
| Изучение вопроса: «История физической культуры в странах Древнего Востока». Составление сравнительной таблицы спартанской и афинской систем физического воспитания. | | 4 | 3 | |
| Тема 1.2 Физическая культура в средние века | Содержание учебного материала | | 8 | |
| | 9-10 | Физическое воспитание светских феодалов (рыцарей) Изменение характера физического воспитания в период разложения рабовладельческой формации. Физическая культура на этапе развитого средневековья (X – XIV вв.). Образование в Западной Европе рыцарской системы воспитания феодалов. Посвящение в рыцари. Рыцарские турниры. Воспитание дочерей феодалов. | | |
| | 11-12 | Физическое воспитание крестьян и горожан в средние века Развитие народных форм физического воспитания. Возникновение фехтовальных и стрелковых обществ, аристократических клубов. Первые игровые площадки и | | |

| | | | | |
|---|--|--|-----------|-----|
| | | специальные помещения для занятий физическими упражнениями. Народные игры и развлечения. | | |
| | 13-14 | Педагогические идеи о развитии физического воспитания в эпоху Возрождения Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XV – XVII вв.). Гуманистические идеи В.Фильтре, Ф.Рабле, Т.Мора, Т.Кампанеллы, И.Меркуриалиса в развитии физического воспитания. Социалисты – утописты о физическом воспитании. | | |
| | Практические занятия | | 2 | |
| | 15-16 | Анализ и обсуждение рыцарской системы физического воспитания феодалов. | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 4 | 3 |
| | Выделение основных рыцарских доблестей и добродетелей, крупнейших рыцарских орденов. Поиск высказываний о развитии физического воспитания в эпоху средневековья. | | | |
| Тема 1.3 Создание и развитие зарубежных систем физического воспитания и спорта в период с XII в. до настоящего времени | Содержание учебного материала | | 12 | |
| | 17-18 | Теоретические основы физического воспитания Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А.Коменского, Ж.-Ж. Руссо, И.Песталоцци и др. Возникновение и значение филантропизма. Основные направления развития физического воспитания. Физические упражнения как основа любой системы физического воспитания. | 2 | 1-2 |
| | 19-20 | Физическая культура и спорт в период новой истории до конца XIX века Гимнастическое и спортивно – игровое направления – основная черта развития физического воспитания в конце XVIII – начале XIX века в Германии, Швеции, Франции, Чехии, Англии, США и других странах. Причины распространения гимнастического движения и спорта в мире. | 2 | 1-2 |
| | 21-22 | Физическая культура и спорт с начала XX века до конца второй Мировой войны Особенности интеграции гимнастического и спортивно – игрового направления в физическом воспитании в начале XX века. Новые зарубежные системы физического воспитания (метод Г.Демени, Н.Бука и др.). Возникновение профессионально – прикладной физической подготовки. Развитие рабочего спорта и скаутского движения в мире. Борьба спортсменов против фашизма в годы второй Мировой войны. | 2 | 1-2 |
| | 23-24 | Физическая культура и спорт после второй Мировой войны Создание основ физической культуры и этапы ее развития в социалистических и капиталистических странах после второй Мировой войны. Самодеятельное спортивное движение «Спорт для всех». Развитие новых форм физического воспитания. | 2 | 1-2 |
| | Практические занятия | | | |
| | 25-26 | Анализ и характеристика гимнастических систем физического воспитания. | 4 | 2-3 |
| | 27-28 | Семинар на тему: «Развитие рабочего спортивного движения в мире». | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 6 | 3 |

| | | | | |
|---|--|---|----------|------------|
| | Поиск высказываний о развитии физического воспитания в эпоху нового времени. Составление схем гимнастических направлений в физическом воспитании в различных европейских странах. Заполнение таблиц по зарубежным системам физического воспитания. | | | |
| Раздел 2. История физической культуры и спорта в России | | 20 | | |
| Тема 2.1 Физическая культура с древнейших времен до XVIII в. | Содержание учебного материала | | 4 | |
| | 29-30 | Развитие физической культуры в славянском обществе Общая направленность воспитания детей в VI-IX вв. Воспитание в ранний период феодализма: воспитание в семье, военно – физическое воспитание дружинников. Средства физической подготовки. Исторические условия развития русской культуры и их влияние на военную направленность народных и государственных форм физического воспитания. Региональные особенности содержания народных физических упражнений: военно – физическая подготовка казачества, игры народов Севера и т.д. | 2 | 1-2 |
| | 31-32 | Педагогические идеи в области физического воспитания Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями и просветителями (Абу Али Ибн-Сина, В.Мономах, Е.Славинецкий, М.В.Ломоносов и др.). | 2 | 1-2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | | |
| | Составление опорных понятий на тему: «Физическое воспитание в трудах отечественных мыслителей». Составление картотеки народных игр и видов спорта | | 4 | 3 |
| Тема 2.2 Физическая культура и спорт в Российской империи | Содержание учебного материала | | 8 | |
| | 33-34 | Военно – физическая подготовка русской армии Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно – физического воспитания в военных учебных заведениях. Значение сочинения «Гражданство обычаев детских» для становления нового направления в детской педагогике. Развитие теории и практики физического воспитания в трудах М.В.Ломоносова, И.И.Белецкого, Н.И.Новикова, А.Н.Радищева, А.А.Суворова и др. | 2 | 1-2 |
| | 35-36 | Педагогическая деятельность и учение П.Ф.Лесгафта Основы системы физического воспитания П.Ф.Лесгафта. Классификация физических упражнений и игр. Значение для развития физического воспитания научно – педагогической деятельности К.Д.Ушинского, Е.А.Покровского и других соратников П.Ф.Лесгафта. | 2 | 1-2 |
| | Практические занятия | | | |
| | 37-38 | Анализ деятельности Петра I в становлении государственной формы военно – физического воспитания. | 4 | 2-3 |

| | | | | |
|--|--|---|---|-----|
| | 39-40 | Семинар на тему: «Система физического воспитания П.Ф.Лесгафта». | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 4 | 3 |
| | Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя, учебной и дополнительной литературы. Составление словаря основных понятий по П.Ф.Лесгафту. | | | |
| Тема 2.3 Физическая культура в СССР | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 |
| | 41-42 | Физическая культура и спорт до начала Великой Отечественной Войны Положительное наследие дореволюционного этапа развития теории и практики физического воспитания и спорта. Становление государственных органов управления физической культурой и спортом. Создание первых институтов физической культуры. Разработка педагогических и медико – биологических проблем физической культуры и спорта. Становление и развитие физического воспитания в общеобразовательной школе, разработка программ по физическому воспитанию. Всесоюзный физкультурный комплекс ГТО и Единая всесоюзная спортивная классификация. Развитие международных спортивных связей. | 2 | |
| | 43-44 | Физическая культура и спорт послевоенного периода и до распада СССР Становление и развитие организационных форм советской системы физического воспитания: введение обязательных занятий по физической культуре во всех типах учебных заведений, создание коллективов физкультуры и спортивных клубов. Внедрение массовых форм работы с детьми и других новых форм оздоровительной физической культуры. Выступление советских спортсменов на международной арене. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | 3 |
| | Составление вопросов для взаимопроверки. Составление хронологий событий по датам. | | | |
| Тема 2.4 Физическая культура и спорт в России после 1991 года | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 |
| | 45-46 | Совершенствование управления физической культурой и спортом Создание в России новой структуры государственных и общественных организаций управления физической культурой и спортом, их функции и взаимодействие. Основы законодательства РФ по физической культуре. Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений. | 2 | |
| | 47-48 | Физическая культура и спорт учащейся молодежи Создание комитета РФ по физической культуре и туризму. Комплексные целевые программы «Здоровье». Комплексная программа физического воспитания учащейся молодежи. Проект «СПАРТ», его функции и задачи. Развитие движения «Фэйр плэй» в России. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | 3 |
| | Изучение закона «О физической культуре и спорту». | | | |

| Раздел 3. История международного олимпийского движения | | | 4 | | |
|---|---|---|----------|-----|-----|
| Тема 3.1 Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX века | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 | |
| | 49-50 | Развитие международного спортивного движения Формы международного спортивного движения. Создание международных спортивных федераций, проведение международных спортивных соревнований по отдельным видам спорта. Первый международный конгресс рабочих спортсменов, создание Международного рабочего культурно – спортивного союза. | 2 | | |
| | 51-52 | Возрождение Олимпийских игр Создание Международного олимпийского комитета. Прогрессивная роль П.де Кубертена в возрождении и развитии олимпийского движения в мире. Начало проведения Олимпийских игр. Принципы и символика Олимпийских игр. | 2 | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | 3 |
| | Составление таблицы Олимпийских игр. | | | | |
| Раздел 4. Теория и методика физической культуры | | | 28 | | |
| Тема 4.1. Основы теории физической культуры и спорта | Содержание учебного материала | | 6 | 1-2 | |
| | 53-54 | Понятие физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность. Взаимосвязь понятий. | 2 | | |
| | 55-56 | Формы физической культуры. Функции физической культуры. Методология исследования в сфере физической культуры. | 2 | | |
| | Практические занятия | | 2 | | 2-3 |
| | 57-58 | Изучение основных понятий, форм и функций физической культуры. | | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | 3 |
| | Основные методы исследования в области теории и методики физической культуры. | | | | |
| Тема 4.2. Цель, задачи, принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 | |
| | 59-60 | Цель, задачи физического воспитания. Цель, задачи спортивной и оздоровительной тренировки. Понятие спортивной и оздоровительной тренировки. | 2 | | |
| | 61-62 | Определение принципа. Классификация и характеристика принципов системы физического воспитания. | 2 | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | | 3 |
| | Выявить отличия и сходства целей и задач физического воспитания и спортивной тренировки | | | | |
| Тема 4.3. Методы физического воспитания | Содержание учебного материала | | 6 | 1-2 | |
| | 63-64 | Понятие метода физического воспитания. Классификация методов физического воспитания. Общепедагогические методы, используемые в физическом воспитании | 2 | | |
| | 65-66 | Методы строго регламентированного упражнения. Игровой и Соревновательный методы. | 2 | | |
| | Практические занятия | | 2 | | 2-3 |

| | | | | |
|--|--|---|----|-----|
| | 67-68 | Особенности использования методов физического воспитания на уроках ФК. | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 2 | 3 |
| | Расписать в таблице методы физического воспитания | | | |
| Тема 4.4. Средства физического воспитания | Содержание учебного материала | | 10 | |
| | 69-70 | Понятие средства физического воспитания, назначение и виды. Воспитательные возможности средств физического воспитания. Направленность оздоровительных сил природы и гигиенических факторов. | 2 | 1-2 |
| | 71-72 | Понятие физического упражнения. Содержание и формы. | 2 | |
| | 73-74 | Определение техники физического упражнения. Особенности. Основные элементы. | 2 | |
| | Практические занятия | | 4 | 2-3 |
| | 75-76 | Особенности записи физических упражнений. Составление конспекта. | | |
| | 77-78 | Техника выполнения физических упражнений. | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | | 4 | 3 |
| Перенести схему - Структурная основа системы движений. Составить схему форм физического упражнения. | | | | |
| Тема.4.5. Принципы физического воспитания | Содержание учебного материала | | 2 | |
| | 79-80 | Общеметодические и специфические принципы физического воспитания. | 2 | 1-2 |
| | Самостоятельная работа студентов | | 2 | 2-3 |
| | Составить таблицу принципы физического воспитания. | | | |
| Раздел.5 . Основы теории и методики обучения двигательным действиям | | | 8 | |
| Тема 5.1. Основы формирования двигательного навыка | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 |
| | 81-82 | Определение понятий знание, умение, навык. Теория и концепция обучения. | 2 | |
| | 83-84 | Методическая последовательность овладения двигательным действием. Законы формирования. | 2 | |
| Тема 5.2. Структура процесса обучения двигательным действиям | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 |
| | 85-86 | Понятие обучения. Этапы и задачи этапов обучения двигательным действиям. | 2 | |
| | Практические занятия | | 2 | 2-3 |
| | 87-88 | Составление схем обучения двигательному действию в физическом воспитании. | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | 2 | 3 |
| Изучить законы и последовательность освоения двигательного действия. Составить схему этапов обучения двигательным действиям. | | | | |
| Раздел 6. Основы теории и методики воспитания физических качеств | | | 30 | |
| Тема 6.1 Основы воспитания силовых способностей | Содержание учебного материала | | 6 | 1-2 |
| | 89-90 | Понятие и виды силовых способностей, задачи их воспитания. | 2 | |
| | 91-92 | Средства и методы воспитания силовых способностей | 2 | |
| | Практические занятия | | 2 | 2-3 |

| | | | | |
|--|--|--|---|-----|
| | 93-94 | Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей. Составление комплексов. | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | 2 | 3 |
| | Составить таблицу средств и методов воспитания силовых способностей | | | |
| Тема 6.2 Основы воспитания скоростных способностей | Содержание учебного материала | | 6 | 1-2 |
| | 95-96 | Понятие и виды скоростных способностей, задачи их воспитания. | 2 | |
| | 97-98 | Средства и методы воспитания скоростных способностей | 2 | |
| | Практические занятия | | 2 | 2-3 |
| | 99-100 | Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей. Составление комплексов. | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | 2 | 3 |
| | Составить таблицу средств и методов воспитания скоростных способностей. | | | |
| Тема 6.3. Основы воспитания выносливости | Содержание учебного материала | | 6 | 1-2 |
| | 101-102 | Понятие и виды выносливости, задачи ее воспитания. | 2 | |
| | 103-104 | Средства и методы воспитания выносливости. | 2 | |
| | Практические занятия | | 2 | 2-3 |
| | 105-106 | Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости. Составление комплексов. | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | 2 | 3 |
| | Составить таблицу средств и методов воспитания выносливости. | | | |
| Тема 6.4 Основы воспитания гибкости | Содержание учебного материала | | 6 | 1-2 |
| | 107-108 | Понятие и виды гибкости, задачи ее воспитания. | 2 | |
| | 109-110 | Средства и методы воспитания гибкости. | 2 | |
| | Практические занятия | | 2 | 2-3 |
| | 111-112 | Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости. Составление комплексов. | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | 2 | 3 |
| | Составить таблицу средств и методов воспитания гибкости. | | | |
| Тема 6.5 Основы воспитания координационных способностей | Содержание учебного материала | | 5 | 1-2 |
| | 113-114 | Понятие и виды координационных способностей, задачи их воспитания. | 2 | |
| | 115-116 | Средства и методы воспитания координационных способностей | 2 | |
| | Практические занятия | | 1 | 1-2 |
| | 117 | Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей. Составление комплексов. | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | 1 | 3 |
| | Составить таблицу средств и методов воспитания координационных способностей. | | | |

| Раздел 7. Формы занятий в физическом воспитании | | | 6 | | |
|--|---|--|----------|----------|----------|
| Тема 7.1. Основные формы занятий физическим воспитанием. | Содержание учебного материала | | 1 | 1-2 | |
| | 118 | Понятие формы занятий в физическом воспитании. Урочные и неурочные формы их разновидности. | 1 | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | | 2 | 3 |
| | | Зарисовать схематично классификацию форм занятий в ФВ. | | | |
| Тема.7.2 Характеристика урока физической культуры. | Содержание учебного материала | | 4 | 1-2 | |
| | 119-120 | Урок, структура урока ФВ, задачи. Типы уроков ФК. | 2 | | |
| | Практические занятия | | | 2 | 2-3 |
| | 121 | Составление конспекта и технологической карты урока. | | 1 | |
| | 122 | Проведение общеразвивающих упражнений с группой. | | 1 | |
| | Самостоятельная работа студентов | | | 2 | 3 |
| | | Составить конспект ОРУ. | | | |
| Раздел 8. Планирование и контроль в физическом воспитании | | | 6 | | |
| Тема 8.1 Планирование в физическом воспитании | Содержание учебного материала | | 2 | 1-2 | |
| | 123-124 | Понятие и виды планирования. Характеристика и требования к документам планирования. Программа по физическому воспитанию в школе. | 2 | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | | 2 | 3 |
| | | Ознакомиться с документами планирования. | | | |
| Тема 8.2 Педагогический контроль и учет в физическом воспитании | Содержание учебного материала | | 2 | 1-2 | |
| | 125 | Понятие, виды контроля и учета, методы контроля в физическом воспитании. | 1 | | |
| | Практические занятия | | | 1 | 2-3 |
| | 126 | Оформление журнала. Тематический план. | | | |
| | Самостоятельная работа студентов | | | 6 | |
| | | Переписать тематический план школьной программы начальных, средних и старших классов | | | |
| | | Ознакомиться с календарем соревнований по ИВС | | | |
| | | Признаки, которые следует учитывать при спортивном отборе. | | | |
| Аудиторных занятий | | | 126 | | |
| в т.ч. ЛПЗ | | | 64 | | |
| Самостоятельная работа обучающихся | | | 63 | | |
| Всего | | | 189 | | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета теории и истории физической культуры.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты педагогов и др.)

Технические средства обучения: ноутбук, мультимедийный проектор, телевизор, видеомаягнитофон, компакт диски, видеокассеты и другие носители информации.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта [Текст]/ Б.Р.Голощапов.- М.:Физкультура и спорт, 2001.- 312 с.
2. Столбов В.В. История физической культуры и спорта [Текст]/ В.В.Столбов.- М.: Академия, 2000.- 286 с.

Дополнительные источники:

1. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М., 1985. - 176 с.
2. Голощапов Б.Р.История отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спорта [Текст]: учеб.пособие / Б.Р.Голощапов.- М.:МПУ, 1995.- 258 с.
3. Железняк Ю.Д. Система физического воспитания: метод.разраб. по курсу «Теория и методика физического воспитания». - М., 1993. - 88 с.
4. История педагогики в России: хрестоматия/сост. С.Ф.Егоров. - М., 1999. - 258 с.
5. Карпушко Н.А. Историко - теоретический анализ школьных программ по физической культуре: учеб.пособие. - М., 1992. - 112 с.
6. Константинов Н.А. и др. История педагогики: учебник. - М., 1982. - 224 с.
7. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст]/ Пер. с венг.; Под общей ред. В.В.Столбова.- М., 1982.- 320 с.
8. Лесгафт П.Ф., Избранные педагогические сочинения/сост.И.Н.Решетень. - М., 1988. - 356 с.
9. Настольная книга учителя физической культуры/под.ред. Л.Б.Кофмана. - М., 1998. - 328 с.
- 10.Оливова В. Люди и игры (У истоков современного спорта) [Текст]/ В.Оливова.- М.: Физкультура и спорт, 1985.- 187 с.
11. Родиченко В.С. Российский спорт: выбор пути [Текст]/ Исследовательский центр «Фэйр плей».- М., 1993.- 330 с.

12. Советская система физического воспитания/гл.ред. Г.И.Кукушкин. - М., 1975. - 167 с.
13. Суник А.Б. Проблема предмета истории физической культуры и её место в системе наук [Текст]/ А.Б.Суник// Теория и практика физической культуры.- 1986.- №6.- С. 15-45.
14. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»// Российская газета.- 1999.- 6 мая.

Интернет – ресурсы:

1. http://revolution.allbest.ru/sport/00000729_0.html
2. http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=8434
3. <http://citadel.bstu.by/metod/tren/index.html>
4. http://window.edu.ru/window/catalog?p_rid=25539
5. http://www.skitalets.ru/books/trenirovka_baykovsky/
6. <http://kref.ru/list/sport/120391/>
7. http://www.gubkin.ru/faculty/humanities/chairs_and_departments/physical_education/lecture/lecture6.php
8. <http://lib.com.ru/Military%20Science/18403.htm>
9. <http://www.kursach.com/fizkultura-i-sport-zdorhttp://herzenffk.my1.ru/load/30-1-0-42>
10. <http://www.infosport.ru/press/tpfk>
11. <http://www.infosport.ru/press/fkvot>
12. <http://www.shkola - press.ru>
13. <http://www.informika.ru>
14. <http://www.geocities.com/Athens/Academy/9997>
15. <http://www.gpntb.ru>
16. <http://www.rsl.ru>
17. <http://www.tcdifor.com/nike/history.htm>
18. <http://www.tcdifor.com/nike/about.htm>
19. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Adidas/2.htm>
20. <http://buhgal.narod.ru/PEOPLE/adidas.htm>
21. <http://www.adfdas.ru/about.asp>
22. <http://www.adidas.corh>
23. http://www.sportmir.ru/brand_name/reebok/reebok_history.html
24. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Reebok/2.htm>
25. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Reebok/3.htm>
26. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Puma/1.htm>
27. <http://www.spi.infonet.by/sport/about.htm>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и семинаров, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---|---|
| <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; | <ul style="list-style-type: none"> - соотношение даты и исторического события в развитии физической культуры и спорта; - выделение особенностей различных исторических систем физического воспитания; - сравнение и сопоставление между собой тенденции развития физической культуры и спорта; - выделение и анализ принципов, средств и методов физической культуры и спорта |
| <ul style="list-style-type: none"> - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту; | <ul style="list-style-type: none"> - ориентация в вопросах истории развития физической культуры и спорта в России; - использование мотивационных моментов для повышения интереса школьников разного возраста к занятиям физической культурой и спортом; - оперирование знаниями истории физической культуры и спорта России в период прохождения учебной практики; - организация беседы с использованием элементов описания, повествования и рассуждения по тематике практических занятий; - аргументация значения сдачи норм Комплекса ГТО в России |
| <ul style="list-style-type: none"> - правильно использовать терминологию в области физической культуры; | <ul style="list-style-type: none"> - систематизация и составление глоссария основных понятий в области физической культуры и спорта; - подбор материалов к семинарским занятиям по учебной дисциплине; - распознавание значения слов по контексту; - выделение главной и второстепенной информации; - обоснование собственного мнения по рассматриваемым вопросам |
| <ul style="list-style-type: none"> - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм | <ul style="list-style-type: none"> - анализ различных исторических систем физического воспитания; - правильное соотношение между принципами, формами, методами и средствами физического воспитания; |

| | |
|--|---|
| физического воспитания; | <ul style="list-style-type: none"> - выделение наиболее рациональных и эффективных методических подходов в различных системах физического воспитания; - прогнозирование применения различных методик физического воспитания |
| - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития. | <ul style="list-style-type: none"> - поиск научных высказываний о развитии физической культуры и спорта в различные исторические эпохи; - составление схемы направлений физического воспитания в различных европейских странах; - самостоятельное заполнение таблицы по системам физического воспитания; - подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя, учебной и дополнительной литературы; - изучение и проработка вопросов для самостоятельной работы |
| знать: - понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; | <ul style="list-style-type: none"> - глоссарий основных понятий теории и истории физической культуры и спорта по разделам: <ul style="list-style-type: none"> - системы физической культуры, национальных и народных видов спорта; - история физической культуры и спорта в России; - история международного олимпийского движения; - личность в процессе физического воспитания |
| - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; | <ul style="list-style-type: none"> - сравнительные схемы и таблицы по отечественным и зарубежным системам физического воспитания: <ul style="list-style-type: none"> - афинская; - спартанская; - немецкая; - шведская; - сокольническая; - система П.Ф.Лесгафта |
| - историю международного спортивного движения; | <ul style="list-style-type: none"> - олимпийский глоссарий основных понятий и хронология событий в развитии международного спортивного движения |
| - современные концепции физического воспитания; | <ul style="list-style-type: none"> - характерные особенности современных концепций физического воспитания: <ul style="list-style-type: none"> - формы организации; - принципы; - методы; - средства. |
| - средства формирования физической культуры человека; | <ul style="list-style-type: none"> - основные средства формирования физической культуры человека в ходе исторического процесса: |

| | |
|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - физическое воспитание; - физическая рекреация; - двигательная реабилитация; - спорт. |
| - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания; | <p>особенности различных видов воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - умственное воспитание; - нравственное воспитание; - эстетическое воспитание; - трудовое воспитание. |
| - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития; | <p>мотивационные моменты для повышения интереса школьников разного возраста к занятиям физической культурой и спортом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самосовершенствование; - самовыражение и самоутверждение; - подготовка к трудовой деятельности и службе в армии; - удовлетворение духовных потребностей. |
| - принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования; | <p>выделение основных составляющих организации процесса физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - структура; - принципы; - формы; - средства; - методы. |
| - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков; | <p>различие форм, методов и средств организации физического воспитания детей и подростков на основе знаний основ педагогики и психологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> - словесные; - наглядные; - практического применения. |
| - основы теории обучения двигательным действиям; | <p>описание основных этапов обучения двигательным действиям:</p> <ul style="list-style-type: none"> - этап начального разучивания двигательного действия; - этап углубленного разучивания техники двигательного действия; - этап совершенствования двигательного действия. <p>владение понятиями «двигательное умение» и «двигательный навык»</p> |
| - теоретические основы развития физических качеств; | <p>характеристика сенситивных периодов развития физических качеств:</p> <ul style="list-style-type: none"> - быстрота; - сила; - выносливость; - гибкость; - ловкость. |

| | |
|--|--|
| <p>- особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;</p> | <p>- выделение основных особенностей физического воспитания в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования обучающихся разного возраста: -дошкольный возраст; -младший школьный возраст; -средний школьный возраст; -старший школьный возраст.</p> |
| <p>- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;</p> | <p>- характерные особенности сензитивных периодов развития обучающихся разного возраста; - принципы распределения обучающихся на специальные медицинские группы</p> |
| <p>- сущность и функции спорта;</p> | <p>характеристика основных функции спорта: - образовательная; - оздоровительная; - воспитательная; - экономическая; - зрелищная. и особенностей основных типов спорта: - детско - юношеский; - массовый; - любительский; - профессиональный; - спорт ветеранов; - спорт инвалидов.</p> |
| <p>- основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;</p> | <p>использование принципов, средств и методов спортивной тренировки на примере избранного вида спорта.</p> |
| <p>- основы оздоровительной тренировки;</p> | <p>применение оздоровительных тренировок с людьми разного возраста в учебно-воспитательном процессе: - молодой возраст; - средний возраст; - пожилой возраст; - старческий возраст.</p> |
| <p>- проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.</p> | <p>выделение проблем и путей совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях в процессе анализа текста.</p> |
| <p>Итоговый контроль: экзамен</p> | |