

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна Министерство просвещения Российской Федерации
Должность: Директор Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Дата подписания: 10.11.2023 05:55:53 Федерального государственного автономного образовательного учреждения
Уникальный программный код: высшего образования
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Рабочая программа учебной дисциплины

ОП. 12 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Программа подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Нижний Тагил
2023

Программа пересмотрена и утверждена на заседании кафедры и физической культуры и спорта «22» февраля 2023 г., протокол № 6

Зав. кафедрой

Т.Н. Дейкова

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ НТГСПИ(ф)РГППУ. Протокол от «22» февраля 2023 № 6.

Декан ФСБЖ

А.В. Неймышев

Составитель:
старший преподаватель
кафедры ФКС

Е.А. Быстрова

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория и история физической культуры и спорта»

Программа учебной дисциплины ОП. 12 «Теория и история физической культуры и спорта» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 11 ноября 2022 г. N 968.

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП. 12 «Теория и история физической культуры и спорта» предназначена для ведения занятий со студентами очной формы обучения, осваивающими программу подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2 Место дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина ОП. 12 «Теория и история физической культуры и спорта» входит в блок «Профессиональную подготовку» общепрофессионального цикла программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины на втором курсе (3,4 семестр)

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

Цель: формирование готовности к реализации методики обучения в области физической культуры и спорта, как базы для развития профессиональных компетенций.

Задачи:

–ознакомить с различными подходами к построению общей дидактики и теории физического воспитания в содержании преподавания предмета «физическая культура» в образовательных учреждениях;

–формировать у студентов исследовательские умения и творческий подход к решению методических вопросов;

–актуализировать цели, содержания и формы организации учебного процесса в общем и профессиональном образовании, психолого-педагогические аспекты усвоения предмета взаимоотношения школьного курса физической культуры и физической культуры как науки;

–обеспечить условия для обстоятельного изучения студентами образовательных программ, учебников и учебных пособий, понимание заложенных в них идей;

–формировать систему знаний способствующих пониманию особенностей обучения физической культуре и творческого подхода к решению проблем методики; умений и навыков самостоятельного анализа процесса обучения, исследования методологических проблем;

–стимулировать самостоятельную деятельность по освоению практических умений проведения учебной и воспитательной работы на уровне современной школы.

В результате освоения содержания 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 обучающихся, 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;

знатъ:

– 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 организациях 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, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях;

– особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно 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 образовательных организациях.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины

максимальная учебная нагрузка – 230 часа,

в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка – 202 часов,

пAtt – 12 часов

самостоятельная работа – 16 часов.

2. Результаты освоения учебной дисциплины

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности в части освоения соответствующих общих компетенций (OK):

Код	Наименования результата обучения
OK 5.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
OK 6.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

Код	Наименования результата обучения
ПК 2.2.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта
ПК 2.3.	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов
ПК 3.5.	Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры

3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем, ч
Максимальная учебная нагрузка (всего)	230
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	202
в том числе:	
лекции	92
практические работы	88
пAtt	12
контрольно-рейтинговое построение	20
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16
Форма отчетности	<i>экзамен в 6 семестре</i>

3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.10 Теория и история физической культуры

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов	Объем часов	Уровень освоения
	<i>Введение.</i> Предмет учебной дисциплины. Учебники и пособия. Предмет и задачи учебного курса «Теория и история физической культуры». Теории возникновения физической культуры и спорта. Связь учебного курса «Теория и история физической культуры» с другими дисциплинами учебного плана. Периодизация, историография и источники.	4	
Раздел 1.	Общая характеристика теории физической культуры.	40	
	Содержание. <i>Теория физической культуры как научная и учебная дисциплина.</i> Этапы становления теории физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Спорт. Сущность и функции спорта. <i>Физическая культура как социальное явление.</i> Структура физической культуры. Функции физической культуры. Специфические функции физической культуры. Общекультурные функции физической культуры.	2 2 2 2 2 2 2 2	2
	Практическое занятие <i>Понятие о системе физической культуры.</i> Цель и задачи отечественной системы физической культуры. Принципы системы физической культуры. Основы системы физической культуры.	22	
	Самостоятельная работа. Составление кроссвордов с использованием основных понятий из области физической культуры и спорта.	4	
Раздел 2.	Содержание и методика занятий физическими упражнениями.	36	
	Содержание. <i>Физические упражнения.</i> Физические упражнения как основное средство формирования физической культуры личности. Классификация физических упражнений. Природные и гигиенические факторы как средство физической культуры. <i>Методические принципы физического воспитания.</i> Методы, направленные на приобретение знаний. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей.	2 2 2 2 2	1,2

	<p><i>Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания.</i> Средства и методы умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания в процессе физического воспитания.</p> <p><i>Формы занятий физическими упражнениями.</i> Характеристика форм занятий. Урочные формы занятий. Классификация урочных занятий. Неурочные формы занятий.</p>	2 2 2	
	Практическое занятие <i>Двигательные умения и навыки.</i> Развитие двигательных способностей.	20	
	Самостоятельная работа. Составление словаря с основными терминами дисциплины.	2	
Раздел 3.	Физическая культура в различные периоды жизни человека.	16	
	<p>Содержание.</p> <p><i>Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста.</i> Значение физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.</p> <p><i>Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста.</i> Общие аспекты физического воспитания школьников.</p> <p>Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.</p> <p>Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.</p> <p>Физическое воспитание детей старшего школьного возраста. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.</p> <p><i>Физическая культура в высших образовательных учреждениях.</i> Значение и задачи физического воспитания студентов. Возрастные особенности физического развития студентов. Содержание программы по дисциплине «физическая культура» в вузе.</p> <p><i>Физическая культура людей молодого и зрелого возраста.</i> Социальное значение физической культуры в основной период трудовой деятельности. Особенности физического развития лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня.</p> <p><i>Физическая культура людей пожилого и старшего возраста.</i> Старение и задачи направленного использования физической культуры в пожилом и старшем возрасте.</p>	2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	1,2,3
	Самостоятельная работа. Составление таблицы об организации занятий физической культурой с различного возрастными группами.	2	
Раздел 4.	Становление и развитие зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки.	38	

	Содержание. <i>Олимпийские игры и их аналоги.</i> Отражение физической культуры в философии и художественной культуре Древней Греции. Физическая подготовка и состязания в древнем Риме. <i>Взгляды средневековых гуманистов на физическое воспитание.</i> Возникновение спортивных традиций в Англии. <i>Гимнастическое движение в Европе.</i> Датская, шведская, немецкая, сокольская системы гимнастики. Социальная характеристика спортивного и гимнастического движений. <i>Физическая культура и спорт зарубежных стран в новое, и новейшее время.</i> Возникновение и становление спорта как специфического вида деятельности человека. Возникновение и становление различных видов спорта: традиционных, новых, технических.	2 2 2 2 2 2 2	1,2
	Практическое занятие <i>История физической культуры древних цивилизаций.</i> Шумер, Египет, Индия, Китай. Древнегреческие системы физического воспитания. <i>Физическая культура в зарубежных стран в средние века.</i> Социальная характеристика средневекового общества, элементы физической культуры в быту, трудовой деятельности, военной подготовке различных общественных классов.	22	
	Самостоятельная работа. Подготовка сообщений о развитии зарубежных систем физического воспитания.	2	
Раздел 5.	Становление и развитие отечественных систем физического воспитания и спортивной подготовки.	42	
	Содержание. <i>Физическая культура в жизни древних славян.</i> Военно-физическая подготовка в Киевской Руси. Отражение элементов физической культуры в литературе, летописях, эпосе. Роль военно-физической подготовки во времена московской Руси. <i>Элементы физической культуры в традиционном воспитании.</i> Стрельба из лука, борьба, кулачный бой и другие игры и развлечения с элементами физической культуры. Возникновение организованных форм занятий физическими упражнениями в рамках государственной системы образования. . <i>Основные этапы развития физической культуры и спорта в 30-40-е годы XX века.</i> Послевоенное развитие в государственной системе руководства физической культурой и спортом: спартакиады народов СССР, создание НОК, международные спортивные связи. <i>Физическая культура в СССР .</i> Становление и развитие теории и методики физического воспитания и спорта. Система образования в сфере физической культуры и спорта. <i>Физическая культура после распада СССР.</i> Распад СССР и реформирование сферы физической культуры и спорта, вызванные изменениями в социально-политической системе Российской	2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	1,2

	Федерации.		
	Практическое занятие <i>Гимнастика в средних учебных заведениях.</i> П.Ф.Лесгафт как теоретик и практик в сфере физической культуры и спорта. Зарождение олимпийского движения в России	22	
	Самостоятельная работа. Составление хронологической таблицы основных этапов становления физической культуры и спорта в нашей стране.	4	
Раздел 6.	История международного спортивного движения.	18	
	Содержание. <i>Возрождение элементов олимпизма в средневековой Европе.</i> Попытки организации состязаний по образцу Олимпиад. Деятельность Пьера де Кубертена и Олимпийские игры современности. Кризисы олимпийского движения: кризис «любительства», коммерциализация олимпийских игр. Развитие международного рабочего спортивного движения. <i>Становление международного спортивного движения.</i> возникновение федераций, организация международных спортивных соревнований, международные контакты спортсменов, тренеров, спортивных деятелей. Современное состояние международного спортивного движения: тенденции и перспективы. Место России в международном спортивном движении.	2 2 2 2 2 2 2 2 2	
	Самостоятельная работа. Подготовка сообщений о спортивных деятелях, руководителях международного спортивного движения.	2	
Всего		202	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – узнавание (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины осуществляется в лекционной аудитории, компьютерный класс.

Технические средства обучения: мультимедиапроектор, экран, ноутбук.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 191 с.

Дополнительная литература

1. Кузнецов В.С. К89 Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — М. : КНОРУС, 2016. — 256 с
2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + еПриложение: дополнительные материалы : учебник / Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. — Москва : КноРус, 2020. — 448 с.

И информационные и сетевые ресурсы

1. Физическая культура (учебный видеофильм) СПб, 2001 (СД).
2. Физическая культура в школе (учебный видеофильм), М., ИД «Равновесие», 2000 (СД).
3. Портал Российского гос. университета физической культуры и спорта – [электронный ресурс]. Режим доступа: www.rgufk.ru
4. Региональный портал – [электронный ресурс]. Режим доступа: uralgufk.ru

Рекомендуемые словари и энциклопедии

1. Энциклопедия спорта Кирилла и Мефодия. Компакт – диск (2шт.), серия «Современная мульти-медиа энциклопедия», 2010.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий, опросов, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных практических заданий, решения проблемных задач. Освоение дисциплины завершается экзаменом, который проводят педагог.

Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебной дисциплине разработаны кафедрой безопасности жизнедеятельности и физической культуры и доводятся до сведения студентов не позднее, чем за два месяца до начала аттестации.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля создан фонд контрольно-оценочных средств (ФОС). ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или

несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки(таблицы), а также памятки, алгоритмы для выполнения студентами различных видов работ.

Раздел учебной дисциплины	Результаты (освоенные умения, знания)	Основные показатели результатов	Формы и контроля
Раздел 1. Общая характеристика теории физической культуры.	Умение правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта, использовать знания теории и истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности.	Умеет ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта	Кроссворд, опрос
Раздел 2. Содержание и методика занятий физическими упражнениями.		Умеет оценивать постановку целей и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приёмов, методик, форм физического воспитания.	Тест, словарь
Раздел 3. . Физическая культура в различные периоды жизни человека.		Умеет выявить особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования.	Сообщение,опрос
Раздел 4. Становление и развитие зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки.		Студент знает историю становления и развития зарубежных систем физического воспитания.	Тест, сообщение
Раздел 5. Становление и развитие отечественных систем физического		Студент знает, классифицирует становление отечественных систем физического воспитания и современные концепции	Тест,опрос

воспитания и спортивной подготовки.		физического воспитания.	
--------------------------------------------	--	-------------------------	--

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	Использует мультимедийные средства в профессиональной деятельности (ПК, мультимедиа-проектор, интерактивная доска). Использует в профессиональной деятельности программное обеспечение (презентации, публикации, фотошоп и т.д.)	Наблюдение за поведением на занятии. Экзамен по учебной дисциплине
ОК 6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Устанавливает контакт с членами группы. Организует совместную деятельность, является ее активным участником, Определяет свою позицию в зависимости от группы и ситуации, Принимает личность каждого члена группы, учитывает позицию каждого участника	Наблюдение за процессом взаимодействия. Выполнение проектной деятельности
	Владеет и использует интерактивные технологии в профессиональной деятельности. Создает доброжелательную атмосферу в коллективе. Владеет методиками сплочения коллектива и команды, Предупреждает и разрешает конфликтные ситуации	Наблюдение за поведением на занятии. Самоанализ деятельности
	Устанавливает психологический контакт с субъектами взаимодействия. Выбирает эффективную стратегию взаимодействия в зависимости от ситуации. Использует разнообразные средства общения (визуальные, аудиальные и т. д.)	Наблюдение за процессом общения Экзамен по учебной дисциплине
ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения	Владеть навыками организации соревнований по БВс	Проведение мероприятий в период практики, оценивание методистом

профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта		
ПК.2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов	Владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой с различными возрастными группами	Наблюдение, подготовка сообщений
ПК 3.5. Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры	Принимает участие в исследовательской деятельности	Наблюдение за организацией работы с информацией опрос, подготовка сообщений по учебной дисциплине