

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна
Должность: Директор
Дата подписания: 20.05.2024 15:31:48
Уникальный программный идентификатор:
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижегородский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«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

Программа пересмотрена и утверждена на заседании кафедры и физической культуры и спорта «26» января 2024 г., протокол № 5

Зав. кафедрой

Т.Н. Дейкова

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ НТГСПИ(ф)РГППУ. Протокол от «26» января 2024 г., протокол № 5

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 ШССЗ

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;

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 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, двигательнo 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 – 218 часов,

ПАТТ – 6 часов

самостоятельная работа – 6 часов.

2. Результаты освоения учебной дисциплины

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

Код	Наименования результата обучения
ОК 5.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
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

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)	218
в том числе:	
лекции	96
практические работы	120
ПАТТ	6
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	6
Форма отчетности	<i>дифференциро ванный зачет в 4 семестре 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.	46	
	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 4 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.	30	
	Самостоятельная работа. Составление кроссвордов с использованием основных понятий из области физической культуры и спорта.	2	
Раздел 2.	Содержание и методика занятий физическими упражнениями.	47	
	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. <i>Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания.</i> Средства и методы	2 2 4 2	1,2

	умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания в процессе физического воспитания. <i>Формы занятий физическими упражнениями. Характеристика форм занятий. Урочные формы занятий. Классификация урочных занятий. Неурочные формы занятий.</i>	2 2 2	
	Практическое занятие <i>Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей.</i>	30	
	Самостоятельная работа. Составление словаря с основными терминами дисциплины.	1	
Раздел 3.	Физическая культура в различные периоды жизни человека.	15	
	Содержание. <i>Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Значение физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.</i> <i>Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста. Общие аспекты физического воспитания школьников.</i> Физическое воспитание детей младшего школьного возраста. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. <i>Физическая культура в высших образовательных учреждениях. Значение и задачи физического воспитания студентов. Возрастные особенности физического развития студентов. Содержание программы по дисциплине «физическая культура» в вузе.</i> <i>Физическая культура людей молодого и зрелого возраста. Социальное значение физической культуры в основной период трудовой деятельности. Особенности физического развития лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня.</i> <i>Физическая культура людей пожилого и старшего возраста. Старение и задачи направленного использования физической культуры в пожилом и старшем возрасте.</i>	2 2 2 2 2 2	1,2,3
	Самостоятельная работа. Составление таблицы об организации занятий физической культурой с различного возрастными группами.	1	
Раздел 4.	Становление и развитие зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки.	45	

	<p>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.</p>	2 2 2 2 2 2	1,2
	<p>Практическое занятие <i>История физической культуры древних цивилизаций.</i> Шумер, Египет, Индия, Китай. Древнегреческие системы физического воспитания. <i>Физическая культура в зарубежных странах в средние века.</i> Социальная характеристика средневекового общества, элементы физической культуры в быту, трудовой деятельности, военной подготовке различных общественных классов.</p>	30	
	<p>Самостоятельная работа. Подготовка сообщений о развитии зарубежных систем физического воспитания.</p>	1	
Раздел 5.	Становление и развитие отечественных систем физического воспитания и спортивной подготовки.	47	
	<p>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</p>	2 2 2 2 2 2 2	1,2

	Федерации.		
	Практическое занятие <i>Гимнастика в средних учебных заведениях. П.Ф.Лесгафт как теоретик и практик в сфере физической культуры и спорта. Зарождение олимпийского движения в России</i>	30	
	Самостоятельная работа. Составление хронологической таблицы основных этапов становления физической культуры и спорта в нашей стране.	1	
Раздел 6.	История международного спортивного движения.	18	
	Содержание. <i>Возрождение элементов олимпизма в средневековой Европе. 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. Становление международного спортивного движения. 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.</i>	2 2 2 2 2 2 2	
Всего		230	

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.

Информационные и сетевые ресурсы

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

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