

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»  
(ЧОУ ВО «СПИ»)**



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Проректор по УВР**  
**П.Ф. Зубайлова**  
**29 мая 2023 г.**

## Б1.В.07 История физической культуры и спорта

### рабочая программа учебной дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Кафедра гуманитарных дисциплин**

Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль) программы бакалавриата **Физическая культура**

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

|                         |      |                            |
|-------------------------|------|----------------------------|
| Часов по учебному плану | 108  | Виды контроля в семестрах: |
| в том числе:            |      | экзамены 5                 |
| аудиторные занятия      | 52,5 | курсовые работы 5          |
| самостоятельная работа  | 28,5 |                            |
| часов на контроль       | 27   |                            |

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>. <Семестр<br>на курсе>) | 5 (3.1) |        | Итого |      |
|--|---------|--------|-------|------|
|  | Неделя  | 11 2/6 |       |      |
| Вид занятий                                | УП      | РП     | УП    | РП   |
| Лекции                                     | 18      | 18     | 18    | 18   |
| Практические                               | 30      | 30     | 30    | 30   |
| Консультации.                              | 2       | 2      | 2     | 2    |
| Контактная работа<br>(аттестация)          | 0,5     | 0,5    | 0,5   | 0,5  |
| Консультации<br>курсовая работа            | 2       | 2      | 2     | 2    |
| Итого ауд.                                 | 52,5    | 52,5   | 52,5  | 52,5 |
| Контактная работа                          | 52,5    | 52,5   | 52,5  | 52,5 |
| Сам. работа                                | 28,5    | 28,5   | 28,5  | 28,5 |
| Часы на контроль                           | 27      | 27     | 27    | 27   |
| Итого                                      | 108     | 108    | 108   | 108  |

Программу составил(и):

*к.п.н., доцент, Магомедов Р.М.*

Рецензент(ы):

*д.б.н., профессор, Гасанов А.Р.*

Рабочая программа дисциплины

**История физической культуры и спорта**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

44.03.01 Педагогическое образование

Утвержденного Учёным советом вуза от 29.05.2023 г. протокол №10

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Кафедра гуманитарных дисциплин**

Протокол от 26.05.2023 г. №11

Зав. кафедрой Ашимова Анжела Фейзединовна

| <b>1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>  |  |
|--|--|
| <b>1.1 ЦЕЛИ</b>  |  |
| Целями освоения дисциплины «История физической культуры и спорта» являются   |  |
| - развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере физической культуры и спорта и быть устойчивым на рынке труда. |  |
| - овладение студентами теоретическими знаниями, практическими навыками и умениями, необходимыми для профессиональной педагогической деятельности учителя физической культуры общеобразовательной школы, преподавателя средних специальных и высших учебных заведений.  |  |
| <b>1.2 ЗАДАЧИ</b>  |  |
| - изучить историю основных зарубежных систем физического воспитания и спорта;  |  |
| - изучить историю отечественных систем физического воспитания и спорта;  |  |
| - изучить историю международного спортивного движения;   |  |
| - формировать положительные личностные качества студентов, необходимые им в будущей педагогической деятельности;   |  |
| - воспитывать у студентов чувства патриотизма, гуманизма, принятия и правильного понимания многообразия культур;   |  |
| - расширять общий профессиональный кругозор будущих работников физической культуры и спорта, формировать у них мотивы в общественной значимости выбранной специальности.   |  |

| <b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b> |   |
|---|---|
| Индекс:   | Б1.В.07   |
| <b>2.1</b>  | <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>  |
| 2.1.1   | История школьной программы  |
| <b>2.2</b>  | <b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b> |
| 2.2.1   | Гимнастика с методикой преподавания   |
| 2.2.2   | Спортивные игры с методикой преподавания  |
| 2.2.3   | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне"  |
| 2.2.4   | Выполнение и защита выпускной квалификационной работы   |
| 2.2.5   | Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование  |
| 2.2.6   | Производственная практика: преддипломная практика   |
| 2.2.7   | Профессионально-физкультурное спортивное совершенствование  |
| 2.2.8   | Социология физической культуры и спорта   |

| <b>3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)</b>                 |   |
|--|---|
| <b>3.1 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b> |   |
| <b>ПК-1</b>  | <b>Способен осуществлять процесс обучения, построения и функционирования образовательных систем и определять роль и место начального общего, основного общего, среднего общего образования в жизни личности, общества</b>   |
| ПК-1.1   | Демонстрирует знания истории, теории, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем начального общего, основного общего, среднего общего образования, роли и места системы начального общего, основного общего, среднего общего образования в жизни личности и общества.   |
| ПК-1.5   | Разрабатывает учебную документацию; самостоятельно планирует учебную работу в рамках образовательной программы и осуществляет реализацию программ по учебному предмету, в том числе по предмету физическая культура; разрабатывает технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов по предметам, в том числе по предмету физическая культура; управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в систему начального общего, основного общего, среднего общего образования в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планирует и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводит учебные занятия, в том числе по предмету физическая культура, опираясь на |

### 3.2 В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ОБУЧАЮЩИЙСЯ ДОЛЖЕН

#### Знать:

- основные социальные институты, обеспечивающие воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры;
- различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории;
- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры;
- особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса;
- механизмы социализации личности в спорте;
- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;
- закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем;
- роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории;
- основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции;
- основы научно-исследовательской деятельности;
- основные методы педагогических исследований;
- структуру общества как сложной системы;
- особенности влияния социальной среды на формирование личности и мировоззрения человека.

#### Уметь:

- корректно применять знания об обществе как системе в различных формах социальной практики;
- самостоятельно анализировать различные социальные проблемы с использованием философской терминологии и философских подходов;
- анализировать современные научные достижения в области педагогики физической культуры и смежных науках;
- использовать современные информационные технологии для получения и обработки научных данных;
- использовать результаты научных достижений в профессиональной деятельности;
- анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп;
- выделять стержень исторических фактов и событий, видеть причинно-следственные связи;
- устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта
- понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой;
- правильно подбирать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся;
- понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества;
- соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;
- давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля;
- осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности;
- организовывать процесс олимпийского образования школьников в соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию;
- определять формы и методы включения олимпийского образования школьников в общую систему воспитательной работы в школе;
- составлять вопросы по Истории ФКиС к экзаменационным билетам школьников выпускных классов;
- подбирать вопросы по Истории ФКиС для школьников всех возрастов при проведении физкультурно-спортивных викторин, классных часов и т.п.;
- объяснять происхождение тех или иных физических упражнений (видов спорта).

#### Владеть:

- способностями к конструктивной критике и самокритике;
- умениями работать в команде, взаимодействовать с экспертами в предметных областях;
- навыками воспринимать разнообразие и культурные различия, принимать социальные и этические обязательства;
- навыками использования современных научных достижений в учебно-воспитательном процессе с различными категориями обучающихся;
- опытом социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта;

|   |
|---|
| - опытом анализа исторических источников, общественных процессов;   |
| - опытом проведения теоретических занятия и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх |
| - аргументированными доказательствами социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурноспортивной деятельности;  |
| - опытом оценки эффективности деятельности организаций физической культуры и спорта;  |
| - опытом организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера;  |
| - опытом прогнозирования условий и направлений развития организаций физической культуры в социальнокультурном контексте;  |
| - приемами и средствами создания поликультурной среды для межкультурного взаимодействия в ходе решения задач профессиональной деятельности;   |
| - принципами недискриминационного взаимодействия при личном и массовом общении в целях выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции;  |
| - методами использования материала Истории ФКиС для формирования у детей потребности к физкультурно-спортивной деятельности;  |
| - организационными основами проведения бесед, консультаций с учащимися и родителями, конкурсов-игр по типу “Что, где, когда?”   |

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/  | Семестр / Курс | Часов | Индикаторы компетенции | Литература                                   |
|-------------|--|----------------|-------|------------------------|--|
|             | <b>Раздел 1. История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности.</b>  |                |       |                        |  |
| 1.1         | Физическая культура и спорт в жизни общества и личности. Предмет и задачи истории физической культуры и спорта. /Лек/  | 5              | 2     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3<br>Э1 Э2 Э3          |
| 1.2         | История физической культуры и спорта как наука /Пр/  | 5              | 2     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3           |
| 1.3         | Историческая обусловленность происхождения различных систем физического воспитания, происхождение физической культуры, анализ различных теорий возникновения и развития физического воспитания. /Пр/ | 5              | 2     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                    |
| 1.4         | Связь истории физической культуры и спорта с другими науками, основные методы ее познания. /Ср/  | 5              | 1     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.5<br>Э1 Э2 Э3 Э7 Э8 Э9 |
|             | <b>Раздел 2. Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.</b>   |                |       |                        |  |
| 2.1         | Возникновение физической культуры как особой сферы общественной деятельности, исторические этапы её развития. /Лек/  | 5              | 2     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1Л2.1 Л2.4Л3.1<br>Э1 Э2 Э3                |
| 2.2         | Развитие физической культуры и спорта в Древней Греции. Спартанская и афинская системы физического воспитания. Древнегреческие мыслители о физическом воспитании. /Пр/                               | 5              | 2     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1 Л1.3Л2.1 Л2.3<br>Э1 Э2 Э3               |
| 2.3         | Развитие физической культуры в Древнем Риме. Военно-физическое воспитание в Древнем Риме, его упадок в период Римской империи. /Пр/  | 5              | 2     | ПК-1.1 ПК-1.5          | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.3<br>Э1 Э2 Э3           |

|     |   |   |   |               |                                     |
|-----|---|---|---|---------------|-------------------------------------|
| 2.4 | Развитие физической культуры на отдельных этапах истории первобытнообщинного строя /Ср/   | 5 | 1 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.3Л2.1 Л2.3<br>Э1 Э2 Э3      |
|     | <b>Раздел 3. Физическая культура в средние века.</b>  |   |   |               |                                     |
| 3.1 | Физическая культура раннего средневековья (V-IX вв.). /Лек/   | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3       |
| 3.2 | Физические упражнения и игры сельского населения. Физическая культура и спорт горожан. Физическое воспитание феодальной знати. /Пр/   | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.2<br>Э1 Э2 Э3  |
| 3.3 | Развитие физической культуры на этапе развитого средневековья (X-XIV вв.). Физические упражнения в трудовой, военной и бытовой деятельности. Образование в Западной Европе рыцарской системы физического воспитания феодалов. /Пр/          | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2<br>Э1 Э2 Э3 |
| 3.4 | Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XVXVII вв.). Прогрессивная роль гуманистических идей В. Филitre, Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Кампанеллы, И. Меркуриалиса, А. Везалия и др. в развитии физического воспитания. /Ср/ | 5 | 1 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3           |
|     | <b>Раздел 4. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах</b>   |   |   |               |                                     |
| 4.1 | Особенности развития физической культуры и спорта в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII и XVIII вв. /Лек/   | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3       |
| 4.2 | Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо, Я.А. Коменского, И. Песталоцци и др. /Пр/  | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3      |
| 4.3 | Движение филантропизма в Германии, его роль в развитии физического воспитания в школе. /Лек/  | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3       |
| 4.4 | Гимнастическое и спортивно-игровое направления – специфическая черта развития физического воспитания в XIX – начале XX в. в Германии, Швеции, Чехии, Франции, Англии, США и др. странах. /Пр/   | 5 | 2 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3  |
| 4.5 | Немецкое и шведское гимнастическое движение. Возникновение и развитие сокольской гимнастики. Физическое воспитание в учебных заведениях. /Ср/   | 5 | 1 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3      |
| 4.6 | Подразделение средств физического воспитания на спорт, гимнастику и игры. Образование современных видов спорта. Зарождение предпринимательского и профессионального спорта /Ср/   | 5 | 1 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3  |

|     |  |   |     |               |                                     |
|-----|--|---|-----|---------------|-------------------------------------|
|     | <b>Раздел 5. Физическая культура и спорт в Новейшее время в зарубежных странах</b>   |   |     |               |                                     |
| 5.1 | Профессионально-прикладная физическая подготовка. Внешкольное физическое воспитание. /Лек/   | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2Л2.1<br>Э1 Э2 Э3           |
| 5.2 | Милитаризация физической культуры и спорта в период между первой и второй мировыми войнами. /Пр/   | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3      |
| 5.3 | Развитие скаутского движения, создание молодежных организаций, использование физической культуры для идеологического воздействия на молодежь. Физическая культура в зарубежных странах после второй мировой войны. /Ср/                | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3       |
| 5.4 | Усиление государственной формы управления физическим воспитанием молодежи, особенности содержания его программ в ряде развитых стран. /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3       |
| 5.5 | Совершенствование массового физического воспитания и спорта в развитых странах мира. /Ср/  | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3  |
| 5.6 | Региональные особенности развития физического воспитания в странах Центральной Америки, Индии, Китае, Иране, Японии, Турции и др. /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3       |
|     | <b>Раздел 6. Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока</b>  |   |     |               |                                     |
| 6.1 | Восточные системы физической культуры как часть общей культуры. Философская и морально-этическая основа физической культуры стран Востока. /Лек/   | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1Л2.1 Л2.3<br>Э1 Э2 Э3           |
| 6.2 | Истоки и направления развития физической культуры в странах древнего Востока. /Пр/   | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3  |
| 6.3 | Исторические причины возникновения и развития ушу в Китае. Развитие и распространение восточных единоборств в мире и в нашей стране /Ср/   | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3<br>Э1 Э2 Э3 |
|     | <b>Раздел 7. Развитие физической культуры в России с древнейших времен до XX в</b>   |   |     |               |                                     |
| 7.1 | Зарождение физической культуры у народов, проживающих на территории России. /Лек/  | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3      |
| 7.2 | Общая направленность физического воспитания детей в VI-IX вв. Физическое воспитание в ранний период феодализма (IX-XII вв.) у восточных славян, народов Украины, Белоруссии, Кавказа, Прибалтики, Средней Азии и других регионов. /Пр/ | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3  |

|     |  |   |     |               |   |
|-----|--|---|-----|---------------|---|
| 7.3 | Военно-физическая подготовка русского войска.<br>Древнеславянские летописи XI-XIII вв. и древнейшие русские былины – источники познания физического воспитания древней Руси.<br>/Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.1<br>Э1 Э2 Э3         |
| 7.4 | Влияние особенностей развития русской культуры XIII-XVIII вв. на народные и государственные формы физического воспитания. /Лек/  | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.4Л3.1<br>Э1 Э2 Э3         |
| 7.5 | Региональные особенности содержания народных физических упражнений: военно-физическая подготовка казачества, игры народов Севера, физические упражнения восточных славян, татар, башкир и др.<br>/Ср/                                  | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                  |
| 7.6 | Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы физического воспитания и развития физической культуры в Российской империи. /Ср/   | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.1<br>Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 |
| 7.7 | Введение физического воспитания в среде русского дворянства в качестве одного из обязательных учебных предметов. /Пр/  | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.3<br>Э1 Э2 Э3              |
| 7.8 | Физическое воспитание в военных учебных заведениях. Частные школы фехтования. Первые спортивные соревнования.<br>/Пр/  | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3         |
| 7.9 | Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами, полководцами XVIII в.<br>(М.В. Ломоносов, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев, А.В. Суворов и др.). /Ср/            | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                  |
|     | <b>Раздел 8. Создание и развитие в России системы физического образования и современного спорта в начале XX в.</b>   |   |     |               |   |
| 8.1 | Влияние развития капиталистических отношений в России во второй половине XIX в. на процесс развития физической культуры и спорта.<br>/Ср/  | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3              |
| 8.2 | Развитие естественнонаучных основ физического воспитания в трудах русских ученых Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова, Н.Е. Введенского.<br>/Пр/   | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                  |
| 8.3 | Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К.Д. Ушинского, Е.А. Покровского, Е.М. Дементьева и др. Деятельность П.Ф. Лесгафта и его вклад в разработку отечественной системы физического образования. /Ср/ | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3              |



|   |  |   |     |               |   |
|---|--|---|-----|---------------|---|
| 8.4   | Основные элементы системы физического воспитания П.Ф. Лесгафта.<br>Развитие современных видов спорта в конце XIX начале XX вв. Появление первых федераций и проведение соревнований по видам спорта. /Ср/  | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                  |
| 8.5   | Участие русских спортсменов в международных соревнованиях.<br>Развитие отдельных видов спорта.<br>Образование Российского олимпийского комитета. /Ср/  | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3<br>Э1 Э2 Э3             |
| 8.6   | Прогрессивная роль передовой интеллигенции, военных в создании общественных физкультурноспортивных организаций (В.Ф. Краевский, В.И. Срезневский, Г.А. Дюпперон, А.Д. Бутовский, А.П. Лебедев, Г.И. Рибопьер, П.П. Москвин и др.). Российские олимпиады 1913 и 1914 гг. /Ср/ | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3              |
| <b>Раздел 9. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта</b> |  |   |     |               |   |
| 9.1   | Формирование организационно-управленческих основ советской системы физического воспитания в 1920-1930-е гг. Физическая подготовка населения. Создание военно-спортивных клубов и общественных физкультурных организаций. Подготовка научно-педагогических кадров. /Пр/       | 5 | 2   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.1<br>Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 |
| 9.2   | Пути совершенствования спортивно-массовой работы среди населения.<br>Развитие отдельных видов спорта и создание добровольных спортивных обществ. Всесоюзная Спартакиада 1928 г. Развитие физической культуры на селе. /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                  |
| 9.3   | Программно-нормативные основы советской системы физического воспитания: государственные учебные программы, Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР», Единая всесоюзная спортивная классификация (ЕВСК). /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.1<br>Э1 Э2 Э3         |
| 9.4   | Военно-прикладная направленность физического воспитания населения СССР в годы Великой Отечественной войны. Советские спортсмены и физкультурники на фронтах Великой Отечественной войны. /Ср/  | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3              |
| 9.5   | Развитие лечебной физической культуры в годы Великой Отечественной войны.<br>Восстановление и развитие физической культуры и спорта после Великой Отечественной войны. Научные исследования в области физической культуры и спорта. /Ср/                                     | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3         |

|   |   |   |     |               |   |
|---|---|---|-----|---------------|---|
| 9.6   | Первая Спартакиада народов СССР 1956 г., ее значение для развития советского физкультурного движения и спорта. Участие советских физкультурных организаций в работе международных спортивных движений в послевоенные годы. /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3      |
| 9.7   | Вступление спортивных организаций СССР в международные спортивные федерации (МСФ) и международный олимпийский комитет (МОК). /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.2<br>Э1 Э2 Э3      |
| 9.8   | Массовые физкультурно-оздоровительные формы работы с населением в 1960-1970 гг. Создание в 1980-х гг. новых форм функционирования физической культуры и спорта. Материально-техническое и финансовое обеспечение советской системы физического воспитания. /Ср/   | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3          |
| <b>Раздел 10. Физическая культура и спорт в Российской Федерации</b>  |   |   |     |               |   |
| 10.1  | Трансформация в структуре и функциях государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в начале 1990-х годов. Принятие федеральных «Основ законодательства РФ о физической культуре и спорте» (1993 г.), закона «Об образовании» (1995), закона «О физической культуре и спорте в РФ» (1999 г.) и закона «О физической культуре и спорте в РФ» (2007 г. ) . /Ср/ | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3      |
| 10.2  | Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений и видов спорта. Массовые физкультурно-оздоровительные образовательных проекты: «СпАрт», «Президентские состязания», «Олимп» и др. Альтернативные формы физического воспитания и развития массового спорта. /Ср/  | 5 | 0,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 |
| <b>Раздел 11. Развитие международного спортивного движения. Международное спортивное движение по отдельным видам спорта. Возникновение и развитие международного олимпийского движения.</b> |   |   |     |               |   |

|      |   |   |     |               |   |
|------|---|---|-----|---------------|---|
| 11.1 | Международное спортивное движение (МСД) в области массовой и оздоровительной физической культуры: создание первых международных организаций по физическому воспитанию, развитие в мире движения «Спорт для всех», вступление в него в конце 1980-х гг. СССР. Классификация международных спортивных объединений. Образование Международных спортивных федераций (МСФ). Выступления российских и советских спортсменов на чемпионатах мира и Европы. /Ср/  | 5 | 1,5 | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1<br>Э1 Э2 Э3              |
| 11.2 | Основные проблемы Международного спортивного движения, их состояние и разрешение. Возрождение современного международного олимпийского движения и его функционирование в настоящее время. Образование Международного олимпийского комитета (МОК). Его цели и задачи. П.Кубертен (1863-1937 гг.) и его прогрессивная роль в развитии современного олимпийского движения. Олимпийская хартия – единый кодекс основополагающих принципов организации и функционирования современного олимпийского движения. Атрибуты и символика олимпийских игр. Краткая характеристика Олимпийских игр современности. /Ср/ | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1<br>Э1 Э2 Э3                  |
|      | <b>Раздел 12. Международное рабочее спортивное движение</b>   |   |     |               |   |
| 12.1 | Зарождение международного рабочего спортивного движения. Создание Люцернского спортивного интернационала (ЛСИ) и Красного спортивного интернационала (КСИ). Участие СССР в международном спортивном рабочем движении. Проведение Всемирных Олимпиад рабочих-спортсменов (1925, 1931, 1937 гг.). Участие советских спортсменов в соревнованиях международного спортивного рабочего движения. Современное состояние международного рабочего спортивного движения. /Ср/  | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.3Л3.1<br>Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 |
|      | <b>Раздел 13. Международное спортивное движение студентов в области массовой и оздоровительной физической культуры</b>  |   |     |               |   |

|      |  |   |     |               |   |
|------|--|---|-----|---------------|---|
| 13.1 | Международное студенческое спортивное движение. Первые чемпионаты мира среди студентов по отдельным видам спорта (с 1924 г.). Всемирные студенческие игры (с 1947 г.). Универсиады (с 1959 г.). Создание Всесоюзного ДСО «Буревестник» (1959 г.). Преобразование ДСО «Буревестник» в Российский студенческий спортивный союз (РССС, 1993 г.). Участие спортсменов СССР и РФ в Универсиадах. /Ср/ | 5 | 1   | ПК-1.1 ПК-1.5 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 |
| 13.2 | /КРАз/   | 5 | 0,2 |               |   |
| 13.3 | /ККР/  | 5 | 2   |               |   |
| 13.4 | /КР/   | 5 | 0   |               |   |
| 13.5 | /Конс/   | 5 | 2   |               |   |
| 13.6 | /КРАэ/   | 5 | 0,3 |               |   |
| 13.7 | /Экзамен/  | 5 | 27  |               |   |

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

#### ВОПРОСЫ, ВЫНОСИМЫЕ НА ЭКЗАМЕН

1. Предмет и задачи истории физической культуры и спорта.
2. Возникновение физической культуры в первобытном и родовом обществах.
3. Развитие физической культуры в Древней Греции.
4. Развитие физической культуры в Древнем Риме.
5. Физическое воспитание у древних народов Севера, Сибири и Закавказья.
6. Становление и развитие систем физической культуры в странах Востока.
7. Олимпийские игры античного мира, их характеристика и историческое значение.
8. Военно-физическая подготовка феодальной знати в странах Западной Европы. Рыцарские турниры и другие состязания.
9. Физическое воспитание крестьян и горожан в странах Западной Европы в период феодализма. Стрелковые и фехтовальные объединения (братства).
10. Теоретические обобщения и прогрессивные идеи в области физического воспитания в средние века (XV - XVII вв.).
11. Становление и развитие современного спорта в Западной Европе и других странах в новое время. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
12. Развитие теоретических основ физического воспитания в первый период нового времени в странах Запада (Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Песталоцци, Г.Фит, И. Гутс-Мутс и др.).
13. Возникновение и развитие немецкого гимнастического движения в XIX в.
14. Возникновение и развитие шведской системы гимнастики в XIX в.
15. Возникновение и развитие сокольской системы гимнастики в середине XIX века.
16. Формирование в Англии школьного физического воспитания, основанного на современной спортивно-игровой деятельности (XIX в.).
17. Модернизация систем и методов физического воспитания в Западной Европе во второй половине XIX в. Система гимнастики Г. Демени. Метод естественной гимнастики.
18. Развитие физического воспитания в учебных заведениях и общественных физкультурно-спортивных организациях в странах Западной Европы в период с XVII в. до настоящего времени.
19. Развитие физической культуры в России с древнейших времен до XVIII века.
20. Начало формирования спортивно-гимнастического движения в России со второй половины XIX в. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
21. Становление и развитие системы физического воспитания в образовательных учреждениях и общественных физкультурно-спортивных организациях России в период с XVII в. до настоящего времени.
22. Развитие русской науки о физическом воспитании во второй половине XIX века (П.Ф.Каптерев, Д.И. Писарев, К.Д. Ушинский, Н.И. Пирогов, И.М. Сеченов и др.).
23. Физическое воспитание и спорт в народном быту и у дворян в России (XVIII-XIX в.в.).
24. Бойскаутское движение за рубежом и в России.
25. Теория физического воспитания П.Ф. Лесгафта.
26. Физкультурное и спортивное движение в дореволюционной России. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях.
27. Образование Российского олимпийского комитета. Российские олимпиады 1913 и 1914 годов. Создание Олимпийского комитета СССР и Российской Федерации.
28. Зарождение и развитие профессионального спорта за рубежом и в России.
29. Развитие ФК и С в первые годы советской власти. Значение Всеобуча на становление системы физического воспитания

- в Советской республике.
30. Становление физической культуры и спорта в СССР 1925-1941 гг. Образование Всесоюзного комитета по делам ФК и С.
  31. Введение физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» и Единой Всесоюзной спортивной классификации.
  32. Усиление милитаризации ФК и С накануне второй мировой войны.
  33. Перестройка советского физкультурного движения накануне и в годы Великой Отечественной войны.
  34. Боевые подвиги советских спортсменов на фронтах Великой Отечественной войны.
  35. Развитие физической культуры и спорта в СССР после Великой Отечественной войны.
  36. Организация подготовки физкультурных кадров в СССР после ВОВ.
  37. Первая Спартакиада народов СССР 1956 г. и ее значение для дальнейшего развития советского физкультурного движения.
  38. Основные компоненты советской системы физического воспитания: научно-методические, организационные и материально-технические.
  39. Развитие советской науки в области ФК и С в СССР. Становление методических основ советской системы физического воспитания.
  40. Физическая культура и спорт в зарубежных странах после второй мировой войны по настоящее время.
  41. Современное физкультурное и спортивное движение в России и за рубежом. Характеристика различных направлений.
  42. Особенности развития спортивного движения в период между первой и второй мировыми войнами.
  43. Международное рабочее спортивное движение, участие в нем спортсменов СССР. Подъем международного спортивного рабочего движения 1934-1937 г.г.
  44. Олимпийские игры в период между двумя мировыми войнами, их особенность.
  45. Развитие международного спортивного движения после второй мировой войны. Новая расстановка сил на международной спортивной арене. Демократизация международного спортивного движения.
  46. Олимпийские игры в Москве. Попытка раскола международного олимпийского движения. Бойкот Игр XXII Олимпиады 1980 г. и XXIII Олимпиады 1984 г.
  47. Выступление отечественных спортсменов на летних Олимпийских играх.
  48. Выступление отечественных спортсменов на зимних Олимпийских играх.
  49. Мировые, национальные, региональные спортивные объединения.
  50. Структура и функции государственных и общественных органов управления ФК и С в Российской Федерации.
  51. Возникновение и развитие Международного спортивного движения по отдельным видам спорта, участие в нем российских и советских спортсменов. Международные спортивные федерации, их роль в развитии спорта.
  52. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время. Образование МОК и Олимпийские игры современности.
  53. Атрибуты и символика современных Олимпийских игр (флаг, эмблема, девиз, награды, неофициальный командный зачет и др.).
  54. Международное спортивное движение студентов, участие в нем спортсменов СССР и РФ.

## 5.2. Темы письменных работ

### ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Возникновение физической культуры в первобытном и родовом обществах.
2. Физическая культура Древней Греции.
3. Физическая культура в Древнем Риме.
4. Становление и развитие систем физической культуры в странах Востока.
5. Олимпийские игры античного мира, их характеристика и историческое значение.
6. Военно-физическая подготовка феодальной знати в странах Западной Европы.
7. Становление и развитие современного спорта в Западной Европе и других странах в новое время. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
8. Развитие физического воспитания в учебных заведениях и общественных физкультурно-спортивных организациях странах западной Европы в период с XVII в. до настоящего времени.
9. Развитие теоретических основ физического воспитания в первый период нового времени в странах Запада.
10. Возникновение и развитие немецкого и шведского гимнастического движения в XIX в.
11. Физическая подготовка в русской армии и флоте со второй половины XIX века.
12. Развитие русской науки о физическом воспитании во второй половине XIX века.
13. Теория физического образования П.Ф. Лесгафта.
14. Физкультурное и спортивное движение в дореволюционной России.
15. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях в конце XIX начале XX вв.
16. Олимпийское движение в России и СССР.
17. Российские олимпиады 1913 и 1914 годов.
18. Становление физической культуры и спорта в СССР 1925-1941 гг.
19. Перестройка советского физкультурного движения накануне и в годы Великой Отечественной войны.
20. Развитие физической культуры и спорта в СССР в период 1945-1991 гг.
21. Первая спартакиада народов СССР 1956 г. и ее значение для дальнейшего развития советского физкультурного движения.
22. Выступление отечественных спортсменов на летних Олимпийских играх.
23. Выступление отечественных спортсменов на зимних Олимпийских играх.
24. Международное спортивное движение студентов, участие в нем спортсменов РФ.
25. История научно-методических основ отечественной физической культуры и спорта.

26. Историко-теоретический анализ школьных программ по физической культуре в России.
27. Нормативные основы системы физического воспитания школьников в СССР и РФ.
28. Физкультурно-оздоровительные образовательные проекты по развитию массовой физической культуры школьников РФ.
29. Проблема олимпийского образования школьников РФ.
30. Спорт как средство интернационального воспитания молодежи.
32. Международное рабочее спортивное движение и участие в нем отечественных спортсменов.
33. Олимпийские игры современности.

#### Темы курсовых работ

1. Курс на расширение массовости и совершенствование качества физкультурного движения в современном российском обществе.
2. Образовательная роль физической культуры.
3. Физическая культура как фактор физического развития индивида.
4. Принцип оздоровительной направленности в физической культуре.
5. Роль физической культуры в содействии полноценному духовному развитию индивида.
6. Эстетическое значение физической культуры.
7. Специфические функции физической культуры в обществе.
8. Общекультурные функции физической культуры и спорта.
9. Тенденция дифференциации в развитии физической культуры.
10. Сравнительная характеристика видов и разновидностей современной физической культуры.
11. Состояние программно-нормативных основ современной отечественной системы физической культуры.
12. Отличия физических упражнений как средств и методов физического воспитания от иных видов двигательных действий.
13. Характеристика методов строго регламентированного упражнения и их классификация.
14. Особенности игрового метода в физическом воспитании.
15. Особенности соревновательного метода в физическом воспитании.
16. Значение идеомоторных и аналогичных факторов в физическом воспитании.
17. Информативные показатели нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).
18. Типы интервалов отдыха при воспроизведении физических упражнений.
19. Сравнительная характеристика распространённых классификаций физических упражнений.
20. Оздоровляющие свойства природной среды и гигиенические факторы, дополняющие комплекс средств физического воспитания.
21. Соотношение общепедагогических и специфических принципов регламентации процесса физического воспитания.
22. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нём нагрузок и отдыха.
23. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий в процессе физического воспитания и адаптивного сбалансирования их динамики.
24. Принцип цикличности процесса физического воспитания и возрастной адекватности его направленности.
25. Общая характеристика этапов обучения двигательному действию.
26. Методика начального разучивания двигательного действия.
27. Методика углубленного разучивания двигательного действия.
28. Методика результирующей отработки двигательного действия.
29. Методика оптимизации ориентировочной основы двигательного действия при обучении ему.
30. Методы и приёмы предупреждения и устранения ошибок при обучении двигательному действию.
31. Основы современной методики воспитания двигательно-координационных способностей.
32. Пути воспитания способности точно соблюдать и регулировать пространственную точность движений.
33. Методика воспитания способности к рациональному мышечному расслаблению.
34. Методика воспитания способности соблюдать и регулировать равновесие тела.
35. Основы современной методики воспитания собственно силовых способностей.
36. Основы современной методики воспитания скоростных способностей.
37. Основы современной методики воспитания скоростно- силовых способностей.
38. Методы воспитания комплексной выносливости.
39. Методы воспитания общей аэробной выносливости.
40. Методы воспитания выносливости специального типа (на примере избранного вида специфической выносливости).
41. Средства и методы направленного воздействия на гибкость тела.
42. Методика воспитания осанки.
43. Меры по оптимизации в процессе физического воспитания массы и объёмов звеньев тела.
44. Условия и пути направленного воздействия в процессе физического воспитания на нравственное сознание и поведение индивида.
45. Воспитание волевых качеств личности в процессе физического воспитания.
46. Многообразие форм построения отдельных занятий в физическом воспитании и общие основы их структур.
47. Основные положения методики построения занятий урочного типа в физическом воспитании.
48. «Малые» и другие формы построения занятий неурочного типа в физкультурной практике.
49. «Круговая тренировка» как одна из эффективных организационно-методических форм построения занятий физическими упражнениями.
50. Значение и методика регулирования общей и моторной плотности занятий физическими упражнениями.
51. Методика целесообразного обеспечения общей и специальной «разминки» в занятиях физическими упражнениями.

52. Современные подходы в технологии планирования (проектирования, программирования) процесса занятий физическими упражнениями.
53. Особенности технологии перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования процесса физического воспитания.
54. Комплексный контроль процесса физического воспитания и самовоспитания.
55. Единство планирования и контроля процесса физического воспитания.
56. Особенности содержания и основных методических линий физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
57. Особенности содержания и основных методических линий физического воспитания детей младшего школьного возраста.
58. Особенности содержания и основных методических линий физического воспитания школьников подросткового возраста.
59. Особенности содержания и основных методических линий физического воспитания и смежных видов физкультурно-спортивной деятельности учащихся старшего школьного возраста.
60. Подходы к использованию сенситивных («чувствительных») периодов физического развития индивида в системе физического воспитания.
61. Содержательные и основные методические особенности специализированных занятий спортом учащихся школьного возраста.
62. Актуальные задачи по внедрению физической культуры и формированию здорового образа жизни детей и молодёжи.
63. Пути оптимизации содержания физического воспитания и смежных видов самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности учащихся средних и высших учебных заведений.
64. Содержательные и основные методические особенности специализированных занятий спортом учащихся школьного возраста.
65. Актуальные задачи по физкультурному обеспечению здорового образа жизни основных контингентов трудящихся.
66. Научно-методическая характеристика основных компонентов производственной физической культуры.
67. Физическая культура как фактор противодействия возрастно-инволюционным процессам (научно-методический аспект).
68. Современные данные о средствах и методах физкультурных занятий, адекватных особенностям людей пожилого и старшего возраста.
69. Отличительные черты спорта в комплексе явлений культуры и физической культуры, его специфические функции в обществе.
70. Тенденции развития современного спорта в мире.
71. Анализ специфики общедоступного спорта и спорта высших достижений.
72. Основные формы и модификации общедоступного спорта.
73. Дифференциация спорта высших достижений (обособление его различных направлений).
74. Общая характеристика системы подготовки спортсменов и её подсистем.
75. Подходы к классификации многообразия спортивных соревнований.
76. Характеристика соревновательной деятельности спортсмена (её поведенческой структуры, спортивной техники и тактики, требований к физическим и психическим возможностям спортсмена).
77. Подходы к реализации систем спортивных соревнований (общей и индивидуализированной).
78. Соотношение системы подготовки спортсменов с системой спортивных соревнований (единство и вероятные расхождения).
79. Избирательность и единство основных сторон подготовки спортсменов (физической, технической, тактической и психической подготовки).
80. Основная классификация средств подготовки спортсменов.
81. Особенности принципов построения подготовки спортсменов.
82. Спортивная тренировка как важнейший компонент и основная форма подготовки спортсменов.
83. Постепенность и предельность как закономерные черты динамики спортивно-тренировочных воздействий, её волнообразность.
84. Опережающие и адаптирующие тенденции в динамике спортивно-тренировочных воздействий.
85. Суть предельной непрерывности и цикличности в построении спортивной тренировки.
86. Общая характеристика структуры спортивно-тренировочного процесса.
87. Типы микроциклов спортивной тренировки, факторы и условия, влияющие на их построение.
88. Типы мезоциклов спортивной тренировки, факторы и условия, влияющие на их построение.
89. Типы макроциклов (полугодных, годичных и подобных) спортивной тренировки, соотношение между их периодами и фазами динамики спортивной формы.
90. Анализ многомесячной динамики спортивных результатов как критериев динамики спортивной формы (на примере избранного вида спорта).
91. Варьирование структуры макроциклов спортивной тренировки в зависимости от системы соревнований и других условий ее построения.
92. Особенности построения тренировки в условиях среднегорья и в других необычных внешнесредовых условиях.
93. Особенности построения тренировки на этапе непосредственной подготовки к основному соревнованию.
94. Особенности построения тренировки в условиях соревновательного периода большой продолжительности.
95. Основные черты модельно-целевого подхода к построению подготовки спортсмена.
96. Общая характеристика стадий и крупных этапов многолетней спортивной деятельности.
97. Зависимость перспектив и особенностей развёртывания спортивной деятельности от уровня спортивной одарённости индивида.
98. Гуманно оправданные подходы к своевременному выявлению индивидуальной спортивной предрасположенности,

спортивной ориентации и так называемому «спортивному отбору».

99. Существующие представления об интегративных критериях спортивных способностей и методах комплексного выявления их.

100. Обобщение данных о возрастных границах целесообразного начала углубленной спортивной специализации.

### 5.3. Оценочные средства

Вопросы к СРС

1. Предмет и задачи истории физической культуры. Методологические основы. Принципы, методы изучения. Периодизация.
2. Характеристика различных теорий происхождения физической культуры.
3. Основные этапы становления и развития физической культуры при первобытнообщинном строе.
4. Общая характеристика развития физической культуры в странах Древнего Востока.
5. Афинская и Спартаанская системы физического воспитания.
6. Гимнастика и агонистика в древнегреческой системе физического воспитания.
7. Средства и методы физического воспитания в Древнем Риме. Место физических упражнений в цирковых зрелищах.
8. Система военно-физической подготовки феодалов. Организация рыцарских турниров.
9. История создания и анализ основных положений Французской национальной системы физического воспитания.
10. История создания и анализ основных положений шведской национальной системы физического воспитания.
11. Отражение основных противоречий капитализма во второй период Нового времени в развитии теории и практики физической культуры.
12. Система гимнастики Жоржа Демени и её значение для дальнейшего развития теории и практики физической культуры.
13. Сокольское движение в Чехии и других славянских странах как форма национальноосвободительной борьбы. Содержание и анализ Сокольской гимнастики.
14. Особенности развития физической культуры в зарубежных странах между первой и второй мировыми войнами (Германия, Италия, Япония, Великобритания и др.)
15. Основные этапы и характеристика развития физической культуры в социалистических странах после второй мировой войны.
16. Основные этапы и характеристика развития физической культуры в развивающихся странах после второй мировой войны.
17. Основные этапы и характеристика развития физической культуры в капиталистических странах после второй мировой войны (США, Великобритания, Скандинавские страны).
18. Развитие педагогической и естественнонаучной мысли в области физического воспитания (И.Бецкой, В.Татищев, М.Ломоносов, Н.Новиков, А.Радищев и др.)
19. Физическое воспитание в педагогических взглядах Е.А.Покровского и Е.М.Дементьева, значение трудов Н.И.Пирогова и И.М.Сеченова для развития теории и практики физического воспитания.
20. Жизнь и деятельность П.Ф.Лесгафта, его роль в развитии отечественной науки о физическом воспитании (анатомия, биология, педагогика).
21. Возникновение спортивного гимнастического движения в России во второй половине XIX века, образование рабочих спортивных организаций.
22. Исторические условия и особенности развития спортивно-гимнастического движения в России в период до 1917 года.
23. Участие спортсменов России в Международном спортивном и олимпийском движении (до 1917 года).
24. Российские Олимпиады, их место и роль в развитии олимпийского и спортивного движения России.
25. Анализ развития спорта и первые международные связи спортсменов России
26. Влияние Октябрьской социалистической революции на развитие физической культуры трудящихся нашей страны.
27. Особенности развития физической культуры и спорта в Советской России в 1920 – 1925 гг.
28. Переход на новые формы организации физкультурной работы после окончания Гражданской войны.
29. Становление и развитие научных основ советской физической культуры.
30. Особенности развития советской физической культуры и спорта в 1920-1930 (Постановления партии и правительства 1925, 1929 гг., их роль в развитии физической культуры и спорта).
31. Организация и проведение Всесоюзной Спартакиады 1928 года. Её значение для дальнейшего развития физкультурного движения.
32. Причины разработки и введения Всесоюзного комплекса ГТО, его значение для развития советской физической культуры, дальнейшее совершенствование.
33. Организационное укрепление физкультурного движения в 1936 году. Создание государственных и общественных органов управления.
34. Советская физическая культура в годы отечественной войны 1941-1945 гг. Примеры мужества и героизма советских спортсменов на фронтах Великой отечественной войны.
35. Физкультурно-спортивная работа в тылу страны в годы Великой отечественной войны 1941-1945 гг.
36. Основные задачи советского физкультурного движения в первые послевоенные годы, восстановление массового физкультурного движения. Содержание Постановления ЦК ВКПб о физической культуре 1948 года, его значение для развития советской физической культуры.
37. Вступление СССР в международное олимпийское движение. Выступление советских спортсменов на Играх 1952 года, анализ результатов.
38. Выход советских спортсменов на международную арену в послевоенные годы (1945- 1952 гг.)
39. Спартакиады народов СССР, порядок организации и проведения. Их значение для развития физической культуры и спорта.
40. Олимпийские игры Древней Греции: причины прекращения, преемственность традиций древних и современных Игр.
41. Исторические предпосылки и причины возникновения и развития международного олимпийского движения.



42. Роль Пьера де Кубертена в становлении и развитии современного олимпийского движения.
43. Первый Олимпийский Конгресс. Игры I Олимпиады современности.
44. Олимпийская Хартия, её содержание и значение для развития международного олимпийского движения.
45. Олимпийские Конгрессы и проблемы современного олимпийского движения.
46. Возникновение и развитие международного олимпийского движения 1896 -1912 гг. (от Афин до Стокгольма).
47. Развитие международного олимпийского движения между I-ой и II-ой мировыми войнами. Влияние международной обстановки на олимпийское движение.
48. Особенности подготовки и проведения Игр XI Олимпиады в Берлине в 1936 году.
49. Содержание и развитие олимпийской атрибутики и символики.
50. Развитие международного студенческого спортивного движения.
51. Международное студенческое спортивное движения: участие в нём спортсменов СССР, СНГ, РФ.
52. Участие спортсменов РФ в Паралимпийском движении, Специальных Олимпиадах, Сурдлимпийских играх.
53. Развитие Международного Олимпийского движения во второй половине XX века.
54. Особенности развития Международного Олимпийского движения в период с 1992 года по настоящее время.
55. История возникновения и развития Игр Доброй воли.
56. Изменения в Олимпийском движении и в организации Игр в начале 90-х гг. XX века. Анализ результатов XVI Олимпийских зимних игр в Альбервилле (1992 г.) и Игр XXV Олимпиады в Барселоне (1992 г.)
57. Анализ итогов Игр Олимпиад в период 1996-2016 годов.
58. Анализ результатов Олимпийских зимних игр в период 1994- 2010 гг.
59. Характеристика Паралимпийских и других международных состязаний людей с ограниченными возможностями.
60. Влияние политических и идеологических факторов на Олимпийское движение во второй половине XX века

#### Примерные вопросы для круглого стола

1. Каковы особенности развития физической культуры в средние века?
2. Какая роль гимнастических идей Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Компанеллы, И. Меркуриалиса, А.Везалия и др. в развитии физического воспитания?
3. Какие нормы, формы и средства военно-физической подготовки рыцарей?
4. Как рассматривались вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А. Каменского, Д. Локка, Ж.Ж. Руссо, И. Песталоцци?
5. Как зарождалось спортивно-игровое направление физического воспитания в Англии.
6. Что представляют из себя гимнастические системы Западной Европы: немецкая, шведская, французская и чешская?
7. Какие особенности развития французской культуры в странах Америки, Индии, Китая, Японии, Кореи и др.
8. Какая основная форма занятий физическими упражнениями славян. Какие средства физической подготовки практиковались в IX-XV вв.?
9. Как складывались и развивались системы физической подготовки в Русской армии?
10. Какие исторически сложившиеся формы международного спортивного движения образовали его систему?

#### Примерный тест №1

1. Какая страна является родиной Олимпийских игр?
  - А. Древний Рим.
  - Б. Греция.
  - В. Китай.
2. Каковы причины появления античных Олимпийских игр?
  - А. Олимпийские игры появились как религиозный языческий праздник в честь бога Зевса.
  - Б. Олимпийские игры были созданы для демонстрации силы, ловкости и смелости атлетов.
  - В. Олимпийские игры были созданы для укрепления экономических, политических и культурных связей с другими народами.
3. Какая дата является точкой отсчета в истории древних Олимпийских игр?
  - А. 1896 г.
  - Б. 776 г. до н. э.
  - В. 520 г. до н. э.
4. Назовите имя первого известного победителя античных Олимпийских игр.
  - А. Армянский царь Вараздат.
  - Б. Римский император Нерон.
  - В. Повар из Элиды Короб.
5. Кто имел право участвовать в античных Олимпийских играх?
  - А. Все желающие.
  - Б. Свободно рожденные греки.
  - В. Мужчины и женщины Греции и Рима.
6. Кто автор всемирно известной скульптуры “Дискобол”?
  - А. Мирон. Б. Сикейрос. В. Леонардо да Винчи.
7. Слово “стадион” произошло от ....
  - А. Греческой меры длины “стадий”, равной 192,27 м.
  - Б. Места, где проходили соревнования по пентатлону.
  - В. Названия здания, где тренировались атлеты.
8. “ Если хочешь быть красивым – бегай, если хочешь быть здоровым – бегай, если хочешь быть умным – бегай”. Откуда этот афоризм?
  - А. Строки из “Оды спорту” П. де Кубертена.

- Б. Высечено на стене форума в Элладе.  
 В. Слова из олимпийского гимна.
9. Назовите имя античного олимпионика, одержавшего двенадцать побед.  
 А. Борец Милон из Кротона.  
 Б. Атлет Леонидас из Родоса.  
 В. Бегун Корейб из Элиды.
10. “Экехейрия” – это ...  
 А. Священный праздник в честь богини плодородия.  
 Б. Священное перемирие во время Олимпийских игр.  
 В. Соревнования атлетов по особой программе.
11. В Древней Греции “Марафон” – это ...  
 А. Бег на дистанцию 42,195 м.;  
 Б. Имя греческого атлета;  
 В. Географическое место, где произошло сражение во время грекоперсидской войны.
12. Каковы причины упадка античных Олимпийских игр?  
 А. Завоевательные походы А. Македонского.  
 Б. Экономический и политический упадок Греции.  
 В. Появление наемного войска и профессиональных атлетов.  
 Г. Возвышение Рима.
13. Кто, когда и почему запретил Олимпийские игры в Древней Греции?  
 А. Император Август в 31 г. до н.э. перенес Олимпийские игры в Рим.  
 Б. Император Феодосий в 394 г. запретил языческое летоисчисление и языческие традиции жертвоприношений богам.  
 В. Император Юстиниан в 490 г. отменил Олимпийские игры как потерявшие свою популярность и значимость.
14. Какое место занимала физическая культура в средние века?  
 А. Существовал культ атлетизма, Олимпийские игры продолжались.  
 Б. Палестры и гимнасии были центрами физического воспитания.  
 В. Существовал культ аскетизма, Олимпийские игры были преданы забвению.
15. Какие наиболее популярные виды физических упражнений существовали в средние века?  
 А. Рыцарские турниры, разнообразные игры крестьян и горожан.  
 Б. Гладиаторские бои, скачки колесниц.  
 В. Спортивные соревнования по программе античных Олимпийских игр.
16. Ян Амос Коменский – это ...  
 А. Чешский педагог, сделавший физическое воспитание частью школьной программы обучения.  
 Б. Немецкий рыцарь, славившийся непобедимым на турнирах.  
 В. Итальянский гуманист, атлет, победитель Римских игр.
17. Какой вклад в развитие физической культуры внес И.Г. Песталоцци?  
 А. Написал книгу “О правилах катания на коньках” (1825 г.).  
 Б. Разработал основы суставной гимнастики.  
 В. Написал книгу “Элементарная гимнастика”.  
 Г. Создал основы туркунста.
18. Основателями немецкой гимнастики были ...  
 А. Аморок, Демени, Эбер.  
 Б. Фитс, Гутс-Мутс, Ян, Шписс.  
 В. Кингсли, Арнольд, Далькроз.
19. Какой вклад в развитие гимнастики внесли шведские педагоги Пер и Ялмар Линг?  
 А. Создали многообразные гимнастические снаряды.  
 Б. Разработали схему урока физической культуры.  
 В. Создали систему естественно-прикладной гимнастики.  
 Г. Выявили зависимость физических упражнений от анатомических особенностей строения человека.  
 Д. Разработали спортивно-игровой метод обучения.
20. Что лежит в основе английской системы физического воспитания?  
 А. Спортивно-игровой метод.  
 Б. Суставная гимнастика.  
 В. Естественно-прикладная гимнастика.
21. Что включал в себя спортивно-игровой метод обучения?  
 А. Туризм (пикники).  
 Б. Преодоление полосы препятствий.  
 В. Занятия на снарядах.  
 Г. Спорт (плавание, верховая езда, стрельба и др.).  
 Д. Игры (регби, футбол, крикет и др.).
22. Кому принадлежит идея о том, чтобы правильно выполнять упражнения недостаточно уметь сокращать свою мускулатуру, нужно уметь и расслаблять ее, а для наилучшего сокращения мышц их полезно предварительно растянуть (разминка, подготовительная часть урока, утренняя зарядка)?  
 А. Ф. Аморок.  
 Б. Ж. Демени.  
 В. П. Лингу.
23. Какой вклад в развитие физического воспитания внес Ж. Эбер?  
 А. Создал “естественный метод”.

- Б. Ввел комплексный зачет из 19 видов упражнений.  
 В. Заложил основы суставной гимнастики.  
 24. Почему не состоялись игры VI, XII, XIII Олимпиад?  
 А. Была развязана “холодная война”.  
 Б. В годы этих Олимпиад разразился мировой экономический кризис.  
 В. Эти игры пришлось на годы I и II мировых войн.

Примерный тест №2

- Кто является автором “Поучения чадам своим”?  
 А. Владимир Мономах.  
 Б. Ярослав Мудрый.  
 В. Александр Невский.
- Кто из российских царей, обеспокоенный физическим состоянием населения и особенно солдат, вводит обязательную физическую подготовку в ряде учебных заведений, проводит экзерциции?  
 А. Петр I.  
 Б. Екатерина II.  
 В. Павел I.
- Кто создал первую отечественную систему физического воспитания?  
 А. Е.А. Покровский.  
 Б. К.Д. Ушинский.  
 В. П.Ф. Лесгафт.
- Кто из российских представителей вошел в первый состав МОК?  
 А. Генерал А.Д. Бутовский  
 Б. Преподаватель Петербургского университета, энтузиаст конькобежного спорта и фигурного катания В. И. Срезневский.  
 В. Ученый, педагог П.Ф. Лесгафт.
- Когда впервые на Олимпийских играх выступили спортсмены России?  
 А. 1896 г.  
 Б. 1900 г.  
 В. 1908 г.
- Кто из спортсменов России стал первым олимпийским чемпионом?  
 А. Борец Г. Гакеншмидт.  
 Б. Фигурист Н. Панин-Коломенкин.  
 В. Борец М. Клейн.
- Сколько олимпийских наград завоевали спортсмены дореволюционной России?  
 А. Выступления были настолько неудачными, что российские спортсмены не получили олимпийских наград.  
 Б. 1 золотая, 4 серебряные, 2 бронзовые медали.  
 В. 46 золотых, 31 серебряная, 31 бронзовая медали.
- Как Россия стала готовиться к играм VI Олимпиады 1916 г.?  
 А. В стране стали проходить отборочные соревнования (Российские Олимпиады).  
 Б. Стали открываться высшие физкультурные учебные заведения.  
 В. Стали строиться спортивные сооружения (катки, стадионы).  
 Г. Шла консолидация общественных и государственных организаций по развитию спорта в стране.
- Дайте определение термину “Всеобуч”.  
 А. Всероссийское общество учащихся.  
 Б. Всеобщее военное обучение.  
 В. Всеобщее высшее образование.
- Когда был создан Всеобуч? Кто его возглавил?  
 А. 1918 г., Н.И. Подвойский.  
 Б. 1919 г., В.И. Ленин.  
 В. 1922 г., Ф.Э. Дзержинский.
- Почему Советский Союз не принимал участия в Олимпийских играх после революции 1917 г.?  
 А. Не было талантливых спортсменов.  
 Б. МОК не признавал Советскую Россию.  
 В. Советский Союз считал Олимпийские игры буржуазными, призывал их бойкотировать и создавать самостоятельное пролетарское спортивное движение.  
 Г. Разруха в стране, экономические трудности не позволили Советскому Союзу отправить спортсменов на Олимпийские игры.
- Какое важное событие в спортивной жизни страны произошло в 1928 г.?  
 А. Чемпионат страны по различным видам спорта.  
 Б. Всесоюзная Спартакиада.  
 В. Велопробег Москва – Ташкент.
- Какую роль в жизни нашей страны сыграл комплекс “Готов к труду и обороне СССР”?  
 А. Способствовал активизации физкультурно-спортивной работы среди населения.  
 Б. Повышал патриотический и трудовой энтузиазм советского народа.  
 В. Был важной мерой в оздоровлении населения.
- Что такое ЕВСК? С какого времени существует?

- А. Это единая всесоюзная спортивная классификация, с 1935 г.  
 Б. Это единые высшие спортивные курсы, с 1921 г.  
 В. Это единый всемирный спортивный клуб, с 1988 г.
14. Чем объяснить успехи советских спортсменов на Олимпийских играх 1952 - 1992 гг.?  
 А. Использование спорта как средства в борьбе за политическое и идеологическое превосходство.  
 Б. Приоритетное финансирование спорта высших достижений.  
 В. Советская система физического воспитания.  
 Г. Высокое социально-экономическое развитие Советского Союза.
15. К каким последствиям для развития спорта привел распад Советского Союза, политические и экономические реформы 1990-х годов?  
 А. К профессионализации и коммерциализации спорта.  
 Б. Закрытие ДЮСШ, стадионов и др. спортивных сооружений.  
 В. Оттоку российских спортсменов в зарубежные клубы и страны.  
 Г. Повышению мастерства российских спортсменов.  
 Д. созданию более мощной материально-технической базы спорта.  
 Е. Повышению финансовой самостоятельности и инициативы спортивных организаций.
16. Кто из олимпийцев был удостоен звания “Герой Российской Федерации”?  
 А. Раиса Сметанина.  
 Б. Любовь Егорова.  
 В. Елена Вяльбе.  
 Г. Александр Карелин.  
 Д. Лариса Лазуткина.  
 Е. Лидия Скобликова.
17. Каковы причины возрождения Олимпийских игр в XIX веке?  
 А. Археологические раскопки в Олимпии.  
 Б. Развитие экономических, политических и культурных связей между странами.  
 В. Институционализация спортивных организаций в национальном и международном масштабе;  
 Г. Деятельность П. де Кубертена.  
 Д. Активная деятельность правительства Советского Союза по развитию олимпийского движения.
18. Когда и где был создан Международный Олимпийский Комитет?  
 А. 1894 г., Париж.  
 Б. 1896 г., Афины.  
 В. 1948 г., Лондон.
19. Кто был избран первым президентом МОК?  
 А. Пьер де Кубертен.  
 Б. Деметриус Викелас.  
 В. Хуан Антонио Самаранч.
20. Когда и где состоялись игры I Олимпиады современности?  
 А. 1894 г., Париж.  
 Б. 1896 г., Афины.  
 В. 1908 г., Лондон.
21. Кто стал первым олимпийским чемпионом современности?  
 А. Американский пловец Д. Вейсмюллер, проплывший 100 метров вольным стилем за 59,0 с.  
 Б. Индеец из команды США Джим Торп, набравший в десятиборье 8412 очков.  
 В. Студент Гарвардского университета (США) Джеймс Конноли, прыгнувший тройным на 13 м. 71 см.
22. Когда впервые на Олимпийских играх выступили женщины и кто стал первой олимпийской чемпионкой?  
 А. 524 г. до н.э., Олимпийские игры (Древняя Греция), Ференика.  
 Б. 1900 г., Игры II Олимпиады (Париж), Шарлотта Купер.  
 В. 1924 г., I зимние Олимпийские игры (Шамони), Сони Хени.
23. В каком году СССР вступил в олимпийское движение?  
 А. 1913 г.  
 Б. 1980 г.  
 В. 1951 г.
24. Почему спортивные команды СССР и социалистических стран не поехали на Олимпийские игры 1984 г. в Лос-Анджелес?  
 А. Распался лагерь социалистических стран.  
 Б. Экономические проблемы социалистических стран не позволили их командам участвовать в Олимпийских играх.  
 В. Сложная политическая обстановка и недоброжелательность организаторов игр;  
 Г. Идеологическое противостояние двух систем, характерное для периода “холодной войны”.

#### Примерные тестовые задания для СРС

1. По Лесгафту дети на первом этапе процесса физического воспитания должны были выполнять...  
 а) основные элементарные движения.  
 б) упражнения с увеличивающимся напряжением.  
 в) упражнения со сложными пространственными характеристиками.  
 г) упражнения в усложняющихся внешних условиях.
2. Создателем кружка любителей атлетики в Петербурге в 1885 г является...  
 а) Алексеев

- б) Панин-Коломейкин  
 в) Ушинский  
 г) Краевский
3. Представителем России в составе МОК в 1894 г являлся...
- а) Драгомиров  
 б) Кузнецов  
 в) Лебедев  
 г) Бутовский
4. П.Ф.Лесгафт для учащихся средних классов ставил задачи...
- а) приучить к настойчивости.  
 б) производительная деятельность.  
 в) умение управлять своими действиями.  
 г) все выше перечисленн
5. Воспитании К.Д.Ушинский ориентировался в физическом на принципы...
- а) принцип народности и гармоничности.  
 б) принцип развивающего обучения.  
 в) принцип систематичности.  
 г) принцип динамичности.
6. Советский олимпийский комитет был признан МОК..... году.
- а) 1951  
 б) 1960  
 в) 1965  
 г) 1975
7. Высший орган управления ФК в СССР...
- а) Национальный олимпийский комитет.  
 б) Министерство образования.  
 в) Отдел по ФК.  
 г) Аппарат ЦК КПСС и Госкомспорт СССР.
8. Спартакиада народов СССР проходила в.....этапов.
- а) 4  
 б) 6  
 в) 8  
 г) 10
9. Центр разработки направления непрерывного физкультурного образования (НФО) был открыт в...
- а) Институте имени Лесгафта.  
 б) Московском педагогическом университете.  
 в) Санкт-Петербургской военной академии.  
 г) при Комитете по ФК.
10. «Основы законодательства РФ о ФКиС» приняты..... году.
- а) 1991  
 б) 1992  
 в) 1993  
 г) 1994

Примерные задания для самостоятельной работы студентов

1. Законспектируйте о зарождении физических упражнений в первобытном строе.
2. Особенности физической культуры в странах Древнего Востока (Египет, Ассирия, Вавилон, Китай, Индия и др.). Древнеримские мыслители о физическом воспитании.
3. Подготовить доклады по темам: Гуманистические идеи В. Фельтре, Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Кампанеллы, И. Меркуриалиса, А. Везалия, У. Гарвея и др. в развитии физического воспитания.
4. Региональные особенности развития физического воспитания в странах Центральной Америки, Индии, Китае, Иране, Японии, Турции и др.
5. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами, полководцами XVIII в. (М.В. Ломоносов, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев, А.В. Суворов и др.).
6. Ознакомление с работами органами профессионального образования в области физической культуры и спорта в Российской Федерации.
7. Сравнительная характеристика содержания физкультурного образования в разработках отечественных учёных.
8. Знакомство с авторскими программами по «Физической культуре» на основе выписок из периодической печати.
9. Подготовить презентацию на основе выписок из периодической печати на тему: «Новые проекты в области физической культуры и спорта».
10. Подготовить доклад и презентацию на тему: «Олимпийские игры в Сочи – национальный проект и программа подготовки олимпийской сборной страны»

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Устный или письменный опрос, тестирование, реферат, курсовая работа, круглый стол.

| <b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>                               |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
| <b>6.1. Рекомендуемая литература</b>   |   |  |  |   |
| <b>6.1.1. Основная литература</b>  |   |  |  |   |
|  | Авторы, составители   | Заглавие   | Издательство, год  | Ссылка  |
| Л1.1   | Мельникова Н. Ю.,<br>Трескин А. В.  | История физической культуры и спорта: учебник  | Москва: Спорт,<br>2017   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=475389">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=475389</a> |
| Л1.2   | Захарова Л. В.,<br>Люлина Н. В.,<br>Кудрявцев М. Д.,<br>Московченко О. Н.,<br>Шубин Д. А.   | Физическая культура: учебник   | Красноярск: СФУ,<br>2017   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151</a> |
| Л1.3   | Мельникова Н. Ю.,<br>Трескин А. В.  | История физической культуры и спорта: учебник  | Москва: Спорт,<br>2017   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=475389">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=475389</a> |
| <b>6.1.2. Дополнительная литература</b>  |   |  |  |   |
|  | Авторы, составители   | Заглавие   | Издательство, год  | Ссылка  |
| Л2.1   | Барчуков И. С.,<br>Назаров Ю. Н.,<br>Кикоть В. Я., Егоров<br>С. С., Мацур И. А.,<br>Кикоть В. Я.,<br>Барчуков И. С.   | Физическая культура и физическая подготовка:<br>учебник                                      | Москва: Юнити,<br>2015   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=117573">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=117573</a> |
| Л2.2   | Небытова Л. А.,<br>Катренко М. В.,<br>Соколова Н. И.  | Физическая культура: учебное пособие   | Ставрополь: СКФУ,<br>2017  | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=483844">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=483844</a> |
| Л2.3   | Чинкин А. С.,<br>Назаренко А. С.  | Физиология спорта: учебное пособие   | Москва: Спорт,<br>2016   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=430410">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=430410</a> |
| Л2.4   | Глинчикова Л. А.,<br>Федулина И. Р.   | История физической культуры и спорта: учебное пособие  | Уфа: БГПУ имени<br>М. Акмуллы, 2011                              | <a href="http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=56657">http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=56657</a>       |
| Л2.5   | Кузьменко Г. А.   | Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности: учебное пособие | Москва: Прометей,<br>2013  | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=437352">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=437352</a> |
| <b>6.1.3. Методические разработки</b>  |   |  |  |   |
|  | Авторы, составители   | Заглавие   | Издательство, год  | Ссылка  |
| Л3.1   | Шамрай С. Д.,<br>Кивихарью И. В.  | Физическая культура: учебное пособие   | Санкт-Петербург:<br>Высшая школа<br>народных искусств,<br>2016   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=499657">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=499657</a> |
| Л3.2   | Сапего А. В.  | Физиология спорта: учебное пособие   | Кемерово:<br>Кемеровский<br>государственный<br>университет, 2011 | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232471">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232471</a> |
| Л3.3   | Сапего А. В.  | Физиология спорта: учебное пособие   | Кемерово:<br>Кемеровский<br>государственный<br>университет, 2011 | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232471">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232471</a> |
| <b>6.2. Перечень электронных образовательных ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b> |   |  |  |   |
| Э1   | Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. <a href="http://fcior.edu.ru/">http://fcior.edu.ru/</a>   |  |  |   |
| Э2   | Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>   |  |  |   |
| Э3   | Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» // <a href="http://www.biblioclub.ru/">www.biblioclub.ru/</a> .   |  |  |   |
| Э4   | Электронная библиотека Куб <a href="https://www.koob.ru/">https://www.koob.ru/</a>  |  |  |   |
| Э5   | Электронная библиотека Педагогика и образование <a href="http://www.mailcleanerplus.com/profit/elbib/obrlib.php">http://www.mailcleanerplus.com/profit/elbib/obrlib.php</a> |  |  |   |

|    |   |
|----|---|
| Э6 | ЭЛЕКТРОННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ БИБЛИОТЕКА<br><a href="http://www.pedlib.ru/">http://www.pedlib.ru/</a>  |
| Э7 | <a href="http://sinncom.ru/content/reforma/index1.htm">http://sinncom.ru/content/reforma/index1.htm</a> - специализированный образовательный портал «Инновации в образовании»                             |
| Э8 | Сайт учителя физкультуры Белкина Андре Евгеньевича<br><a href="http://fizkulturavshcole.narod.ru/saiti_dlya_uchitelei_fizkulturi/">http://fizkulturavshcole.narod.ru/saiti_dlya_uchitelei_fizkulturi/</a> |
| Э9 | Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР)<br>– <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>  |

### 6.3 Перечень программного обеспечения

|          |                      |
|----------|----------------------|
| 6.3.1.1  | Windows 10 PRO       |
| 6.3.1.2  | Microsoft Word 2016  |
| 6.3.1.3  | Microsoft Excel 2016 |
| 6.3.1.4  | Mozilla Firefox      |
| 6.3.1.5  | Google Chrome        |
| 6.3.1.6  | 7 Zip                |
| 6.3.1.7  | Notepad++            |
| 6.3.1.8  | OpenOffice           |
| 6.3.1.9  | Foxit Reader         |
| 6.3.1.10 | Aimp Player          |
| 6.3.1.11 | Media Player Classic |
| 6.3.1.12 | Yandex Браузер       |
| 6.3.1.13 | Антивирус Kaspersky  |
| 6.3.1.14 | Avast free antivirus |

### 6.4 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

|   |   |
|---|---|
| Справочно-правовая система "Консультант Плюс"   | <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>   |
| Юридическая справочная система «Система Юрист»  | <a href="https://www.ljur.ru/">https://www.ljur.ru/</a>             |
| Университетская библиотека онлайн   | <a href="https://biblioclub.ru/">https://biblioclub.ru/</a>         |
| Педагогическая библиотека   | <a href="http://pedlib.ru/">http://pedlib.ru/</a>                   |
| Библиотека Гумер - гуманитарные науки   | <a href="https://www.gumer.info/">https://www.gumer.info/</a>       |
| Национальная электронная библиотека (НЭБ)   | <a href="https://rusneb.ru/">https://rusneb.ru/</a>                 |
| Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ  | <a href="http://gramota.ru/">http://gramota.ru/</a>                 |
| Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации | <a href="http://pravo.gov.ru">http://pravo.gov.ru</a>               |
| УБД ООО "ИВИС" Доступ к базе данных «Издания по общественным и гуманитарным наукам»           | <a href="http://www.ebiblioteka.ru/">http://www.ebiblioteka.ru/</a> |

### 6.5 Образовательные технологии

| Имя   | Описание  |
|---|---|
| Технология проблемного обучения   | Развитие познавательной активности, творческого мышления, способности решать проблемные ситуации.   |
| технологии личностно-ориентированного развивающего образования на основе системно-деятельностного подхода | Формирование и развитие теоретического мышления, осознание учащимися процесса учения; сохранение и развитие физического и психического здоровья детей; формирование и развитие универсальных учебных действий, ключевых компетенций; решение задач профессионального и жизненного самоопределения учащихся. |
| технологии, основанные на уровне дифференциации обучения  | Развитие мотивации к учению, обучение на индивидуальном максимально сильном уровне  |

|  |  |
|--|--|
| Информационно-коммуникативные технологии (ИКТ) | Развитие способов работы с информацией разных видов и на разных носителях с целью осуществления самостоятельной познавательной деятельности  |
| Здоровьесберегающие технологии                 | Обеспечение возможности сохранения здоровья за период обучения в вузе, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни и применение полученных знаний в повседневной жизни. |
| Игровые технологии                             | По определению, игра – это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.              |

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Ауд | Назначение   | Виды работ | Оснащение   | Программное обеспечение   |
|-----|--|------------|---|---|
| 1   | Учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного типа, оснащённая оборудованием и техническими средствами обучения | Лек        | Учебная мебель (столы и стулья ученические, преподавательские стул и стол)<br>кафедра – 1 шт.;<br>доска – 1 шт.;<br>мультимедийный проектор (переносной) – 1 шт.;<br>экран – 1 шт.;<br>ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет», с обеспечением доступа:<br>- к электронной информационно-образовательной среде;<br>- к электронно-библиотечной системе («Электронная библиотечная система Университетская библиотека онлайн <a href="https://biblioclub.ru/">https://biblioclub.ru/</a> ); | Windows 10 PRO<br>Microsoft Word 2016<br>Microsoft Excel 2016<br>Mozilla Firefox<br>Google Chrome<br>7 Zip<br>Notepad++<br>OpenOffice<br>Foxit Reader<br>Aimp Player<br>Media Player Classic<br>Yandex Браузер<br>Антивирус Kaspersky<br>Avast free antivirus |
| 6   | Учебная аудитория для проведения учебных занятий семинарского типа, оснащённая оборудованием                                   | Пр         | Спортивный зал/тренажерный зал для проведения занятий по физической культуре и спорту (мячи, силовые тренажеры, гимнастические и борцовские маты, гантели, утяжелители, гири, штанги, боксерский мешок, скакалки, обручи, канат для перетягивания, гимнастическая стенка, набивной мяч, гимнастическая палка)   | Windows 10 PRO<br>Microsoft Word 2016<br>Microsoft Excel 2016<br>Mozilla Firefox<br>Google Chrome<br>7 Zip<br>Notepad++<br>OpenOffice<br>Foxit Reader<br>Aimp Player<br>Media Player Classic<br>Yandex Браузер<br>Антивирус Kaspersky<br>Avast free antivirus |



|    |                                      |    |   |   |
|----|--------------------------------------|----|---|---|
| 22 | Помещение для самостоятельной работы | Ср | Читальный зал с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации.<br>(столы и стулья ученические)<br>стеллажи для учебно-методических материалов;<br>компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет»,<br>с обеспечением доступа:<br>- к электронной информационно-образовательной среде;<br>- к электронно-библиотечной системе («Электронная библиотечная система Университетская библиотека онлайн <a href="https://biblioclub.ru/">https://biblioclub.ru/</a> ) | Windows 10 PRO<br>Microsoft Word 2016<br>Microsoft Excel 2016<br>Mozilla Firefox<br>Google Chrome<br>7 Zip<br>Notepad++<br>OpenOffice<br>Foxit Reader<br>Aimp Player<br>Media Player Classic<br>Yandex Браузер<br>Антивирус Kaspersky<br>Avast free antivirus |
|----|--------------------------------------|----|---|---|

### 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

При изучении дисциплины «История физической культуры и спорта» студенты часть материала должны проработать самостоятельно. Роль самостоятельной работы велика. Планирование самостоятельной работы студентов по дисциплине «История физической культуры и спорта» необходимо проводить в соответствии с уровнем подготовки студентов к изучаемой дисциплине. Самостоятельная работа студентов распадается на два самостоятельных направления: на изучение и освоение теоретического лекционного материала, и на освоение методики решения практических задач. При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснения по непонятным вопросам у преподавателя на индивидуальных консультациях в соответствии с графиком консультаций. Студент может также обратиться к рекомендуемым преподавателем учебникам и учебным пособиям, в которых теоретические вопросы изложены более широко и подробно, чем на лекциях и с достаточным обоснованием. Консультация – активная форма учебной деятельности в вузе. Консультацию предваряет самостоятельное изучение студентом литературы по определенной теме. Качество консультации зависит от степени подготовки студентов и остроты поставленных перед преподавателем вопросов. Основной частью самостоятельной работы студента является его систематическая подготовка к практическим занятиям. Студенты должны быть нацелены на важность качественной подготовки к таким занятиям. При подготовке к практическим занятиям студенты должны освоить вначале теоретический материал по новой теме занятия, с тем чтобы использовать эти знания при решении задач. Затем просмотреть объяснения решения примеров, задач, сделанные преподавателем на предыдущем практическом занятии, разобраться с примерами, приведенными лектором по этой же теме. Решить заданные примеры. Если некоторые задания вызвали затруднения при решении, попросить объяснить преподавателя на очередном практическом занятии или консультации. Для работы на практических занятиях, самостоятельной работы во внеаудиторное время, а также для подготовки к экзамену рекомендуется использовать методические рекомендации к практическим занятиям. Предлагаемые методические рекомендации адресованы студентам, изучающим дисциплину «История физической культуры и спорта», обучающимся как по рейтинговой, так и по традиционной системе контроля качества знаний. Данные методические рекомендации содержат учебно-методический материал для проведения практических занятий. При подготовке к контрольным работам и тестированию необходимо повторить материал, рассмотренный на практических занятиях. При подготовке к коллоквиумам студентам приходится изучать указанные преподавателем темы, используя конспекты лекций, рекомендуемую литературу, учебные пособия. Ответы на возникающие вопросы в ходе подготовки к коллоквиуму и контрольной работе можно получить на очередной консультации. Ряд тем и вопросов курса отведены для самостоятельной проработки студентами. При этом у лектора появляется возможность расширить круг изучаемых проблем, дать на самостоятельную проработку новые интересные вопросы. Студент должен разобраться в рекомендуемой литературе и письменно изложить кратко и доступно для себя основное содержание материала. Преподаватель проверяет качество усвоения самостоятельно проработанных вопросов на практических занятиях, контрольных работах, коллоквиумах и во время экзамена. Затем корректирует изложение материала и нагрузку на студентов. Для получения практического опыта решения задач по дисциплине «Спортивная медицина» на практических занятиях и для работы во внеаудиторное время предлагается самостоятельная работа в форме практических работ. Контроль над выполнением и оценка практических работ осуществляется в форме собеседования. Таким образом, использование всех рекомендуемых видов самостоятельной работы дает возможность значительно активизировать работу студентов над материалом курса и повысить уровень их усвоения. В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

Методические указания по проведению практических занятий

Семинар-дискуссия. Преподаватель делит студентов на две группы (группу «Докладчиков» и группу «Оппонентов»), дает задание обеим группам найти научно-методический материал для дискуссии. Основная методическая цель: инициатива студентов в актуализации научно-методических материалов и активного их применения в ходе дискуссии. Важно, чтобы источники информации были разнообразными, представляли различные точки зрения на проблему.

Круглый стол: Преподаватель:

- выбирает тему, которая в свою очередь должна быть противоречивой и неоднозначной;

- подбирает материал;
- разрабатывает план занятия;
- определяет методы, приемы и средства стимулирования творческой и мыслительной активности студентов;
- подбирает наглядный материал и техническое сопровождение, которое располагается таким образом, чтобы всем участникам был виден экран;
- приглашает сторонних участников круглого стола, исходя из содержания темы, вынесенной на круглый стол;
- консультирует студентов (в группе – на начальном этапе подготовки круглого стола, индивидуально – по собственной инициативе или по инициативе студента);
- готовит аудиторию, позволяющую всем участникам разместиться по кругу.

Студент:

- самостоятельно прорабатывает материал по теме круглого стола;
- готовит вопросы по теме круглого стола.

Проведение круглого стола. Для ведения круглого стола обязательно назначается ведущий. Ведущим может быть как сам преподаватель, так и кто-то из студентов. Ведущему необходимо соблюдать принцип справедливости в очередности выступлений, быть готовым к непредвиденным ситуациям, которые могут возникнуть в ходе круглого стола, а также соблюдать нейтралитет и не склоняться ни к одной из точек зрения участников. Подведение итогов работы круглого стола:

- напоминание целей и задач круглого стола;
- демонстрацию итоговой расстановки точек зрения участников встречи на проблему;
- формулирование общей позиции, к которой пришли или близки все участники встречи;
- ориентирование студентов на изучение вопросов, которые не нашли должного освещения на занятии;
- задание на самоподготовку;
- слова благодарности всем участникам встречи.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ И НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТА

Реферат одна из основных научно-исследовательских работ студентов.

Реферат (лат.) -

- 1) доклад на установленную тему, содержащий обзор соответствующих литературных и других источников;
- 2) изложение содержания научной работы, книги, статьи. В учебной практике реферат рассматривается, как правило, в первом значении.

Тематика рефератов обычно определяется преподавателем, но студент может проявлять и свою инициативу. Различают несколько видов рефератов по их тематике и целевому назначению: литературный (обзорный), методический, информационный, библиографический, полемический и др. При написании реферата от студента требуется умение выделить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения, используемые автором (или авторами). Структура реферата должна включать следующие составные части и разделы:

1. Титульный лист.
2. Содержание.
3. Введение.
4. Основное содержание.
5. Заключение (выводы).
6. Список литературы.
7. Приложения (если имеются).

1. Титульный лист.

Работа начинается с титульного листа, на котором указываются название вуза, факультета и кафедры, на которой выполнена работа, фамилия, имя и отчество студента (полностью), курс и группа, название и вид работы (реферат), данные о научном руководителе, город и год выполнения работы.

2. Содержание (оглавление) - это наглядная схема, перечень всех без исключения заголовков работы с указанием страниц. Заголовки должны быть написаны так, чтобы по расположению можно было судить об их соотношении между собой по значимости (главы, разделы, параграфы и т.п.).

3. Введение. Обоснование выбора темы:

- актуальность, связь с настоящим, значимость в будущем;
- новые, современные подходы к решению проблемы;
- наличие противоречивых точек зрения на проблему в науке и желание в них разобраться;
- противоположность бытовых представлений и научных данных о заинтересованном факте;
- личные мотивы и обстоятельства возникновения интереса к данной теме;
- цель и значимость темы.

4. Основное содержание

- сущность проблемы или изложение объективных научных сведений по теме реферата;
- критический обзор источников;
- собственные версии, сведения, оценки

5. Заключение:

- основные выводы;
- результаты и личная значимость проделанной работы; перспективы продолжения работы над темой.

6. Список использованной литературы:

В списке литературы дается перечень использованной литературы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и нумерацией по порядку. При этом в него включается только та литература, на которую были сделаны ссылки в тексте или выдержки, из которой они цитировались. Вначале перечисляется литература на русском языке, затем на иностранном.

7. Приложения.

В приложения включается второстепенный материал, например анкеты, первичные результаты измерений, схемы приборов и т. п.

Требования к оформлению текстового материала

Реферат должен быть отпечатан на пишущей машинке через два или принтере через 1,5 интервала на одной стороне стандартного листа А4 210x297 мм с соблюдением следующих размеров полей: верхнее и нижнее - 20, правое - 10, левое - 30 мм. Каждая строка должна содержать не более 60-65 знаков, включая межсловные интервалы, шрифт – 14. Объем реферата не должен превышать 30 и быть не менее 12 страниц машинописного текста. Номера страниц указываются на середине верхней части листа без точек и литерных знаков. Каждая страница нумеруется. Первой страницей считается титульный лист (нумерация на ней не ставится), второй – оглавление. Названия основных разделов пишутся прописными буквами, а подразделов – строчными. Заголовки даются по центру и сверху и снизу отделяются от основного текста тремя интервалами; точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся и переносы в них не рекомендуются. Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Каждый абзац начинается с красной строки, отступ 5 печатных знаков. Оформление ссылок на источники. Связь списка литературы с текстом осуществляется с помощью ссылок,

для нумерации которых используются арабские цифры. Постраничный вариант: в нижней части страницы (под основным текстом) под соответствующим номером сноски указываются выходные данные источника. Внутривстраничный вариант: в тексте работы после приведенной цитаты в скобках указывается номер источника по общему библиографическому списку и номер (а) использованной (ых) страниц.

Работа по библиографическому поиску.

Как правило, при подготовке реферата используются следующие группы источников: словари, справочники; монографии, сборники, научные доклады на конференциях, симпозиумах, энциклопедии и т. д.; газетные и журнальные статьи, в которых приводятся новые данные науки и фактологический материал. В них - расшифровка терминов, понятий, история вопроса, анализируются различные точки зрения на проблему и т. д. По мере изучения литературы на отдельных листах делаются краткие выписки наиболее важных положений, затем они распределяются по вопросам плана. Очень важно, чтобы было раскрыто основное содержание каждого

подвопроса и всего вопроса в целом. После того, как реферат готов, необходимо внимательно его прочитать, сделав необходимые дополнения и поправки, устранить повторение мыслей, выправить текст. Оформление реферата целесообразнее выполнять на компьютере с использованием современных текстовых и графических редакторов, электронных таблиц.