

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



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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.10. ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**для специальности  
49.02.01 «Физическая культура»**

**Квалификация: Учитель физической культуры**

**Форма обучения – заочная**

**Дербент 2023**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: Частное образовательное учреждение высшего образования «Социально-педагогический институт» (ЧОУ ВО «СПИ»)

**Разработчик:**

ст.преп. ПЦК ГД                      И.М. Семедов  
(занимаемая должность)        (степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК

Гуманитарных дисциплин

«29» мая 2023 г., протокол № 10

Председатель ПЦК    А.Д. Давудов  
(степ., инициалы, фамилия)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
«Теория и история физической культуры».....	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>7</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>17</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>19</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Теория и история физической культуры»

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования базовой подготовки по специальностям СПО, входящим в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** Дисциплина ОП.10. Теория и история физической культуры относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального учебного цикла.

**1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен :

**уметь:**

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

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

➤ правильно использовать терминологию в области физической культуры;

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

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

**знать:**

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

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

➤ историю международного спортивного движения;

➤ современные концепции физического воспитания;

➤ средства формирования физической культуры человека;

➤ механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;

➤ мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;

➤ принципы, средства, методы, формы, организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;

➤ дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;

➤ основы теории обучения двигательным действиям;

➤ теоретические основы развития физических качеств;

- особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных организациях;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- сущность и функции спорта;
- основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;
- основы оздоровительной тренировки;
- проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях;

***иметь практический опыт:***

- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие общие компетенции и личностные результаты, включающие в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.
ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.
ЛР 2. Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России.
ЛР 5. Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.
ЛР 8. Признающий ценность непрерывного образования, ориентирующийся в изменяющемся рынке труда, избегающий безработицы; управляющий собственным профессиональным развитием; рефлексивно оценивающий собственный жизненный опыт, критерии личной успешности.

#### **1.4. Количество часов на освоение учебной дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося 172 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 12 часов;
- курсовая работа 4 часа;
- самостоятельная работа обучающегося 156 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>172</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>12</i>
в том числе:	
Содержание учебного материала	<i>12</i>
<b>Курсовая работа</b>	<i>4</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>156</i>
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «теория и история физической культуры»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Тема 1. Введение в предмет теория физической культуры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	1
	1 Теория физической культуры: основные понятия. 2 Взаимосвязь основных понятий физической культуры.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление конспекта. Изучение основных понятий физической культуры	14	
<b>Тема 2. История физической культуры и спорта зарубежных стран</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе 2. Физическая культура в средние века 3. Зарубежные системы физической культуры и спорта с XVIII века до настоящего времени.	1	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление конспекта «Бойскаутское движение», «Развитие физической культуры в странах Востока»	12	
<b>Тема 3. История физической культуры и спорта в России</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Физическая культура в России с древнейших времён до середины XIX века 2. Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования) и современных видов спорта во второй половине XIX – начале XX века 3. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта 4. Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе 5. Физическая культура и спорт в Российской Федерации	1	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Подготовка доклада по теме: «Зарождение и развитие в России современных видов	24	



	<p>спорта»</p> <p>2.Обзор школьных программ по физической культуре в предвоенные, военные и послевоенные годы</p> <p>Оценка и анализ истории и тенденций развития физической культуры и спорта.</p>		
<p><b>Тема 4.</b> <b>Международное спортивное движение</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Международное спортивное движение по отдельным видам спорта</li> <li>2. Международное олимпийское движение</li> <li>3. Международное рабочее спортивное движение (МРСД)</li> <li>4. Международное спортивное движение студентов и в области оздоровительной массовой физической культуры</li> <li>5. Проблемы международного спортивного движения</li> </ol>	1	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>1.Составление хронологической таблицы: Летние и Зимние Олимпийские игры - традиции, проблемы, достижения.</p> <p>2.Исследование результатов участия Российских спортсменов в Олимпийских играх. Негласное соревнование между командами России и США. Многократные победители, рекордсмены Олимпийских игр.</p>	24	
<p><b>Тема 5.</b> <b>Общие основы теории физической культуры</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Средства формирования физической культуры человека.</li> <li>2 Механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания.</li> <li>3 Мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития.</li> <li>4</li> <li>5 Основы теории обучения двигательным действиям. Теоретические основы развития физических качеств.</li> </ol>	2	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Подготовка доклада по теме: «Здоровый образ жизни», «Физически активный образ жизни».</li> <li>2.Написание реферата «Воспитание потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями</li> <li>3.Проектирование примерной программы обучения двигательному действию.</li> </ol>	22	

	<p>4. Составление комплекса упражнений для развития физических качеств, специфичных для отдельных видов спорта.</p> <p>1. Проектирование целей, задач, средств, методов на различных этапах обучения.</p> <p>2. Выбор средств, методов и форм для развития силы, быстроты, гибкости, выносливости, ловкости</p>		
<p><b>Тема 6.</b></p> <p><b>Физическое воспитание в учреждениях основного и дополнительного образования</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	2
	<p>1 Социально – педагогические и специфические принципы физического воспитания.</p> <p>2 Средства физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования.</p> <p>3 Методы физического воспитания.</p> <p>4 Дидактические возможности различных методов и средств физического воспитания детей и подростков*</p> <p>5 Формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования.</p> <p>6 Воспитательные возможности различных форм организации физического воспитания.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>1 Составление конспекта «Оздоровительные силы природы как дополнительное средство физического воспитания», «Гигиенический фактор как вспомогательное средство физического воспитания, «Игровой метод физического воспитания», «Соревновательный метод физического воспитания».</p> <p><i>Тематика СРС</i></p> <p>1 Подбор и анализ информации по теории и истории физической культуры, необходимой для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития</p> <p>2 Характеристика комплексов физических упражнений по различным признакам</p> <p>3 Использование различных методов физического воспитания при обучении двигательным действиям и развитии физических качеств</p> <p>4 Проектирование физкультурно - оздоровительных и спортивных мероприятий в учреждениях основного образования</p>	14	

<b>Тема 7. Физическое воспитание различных возрастных групп детей</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	2
	1	Особенности физического воспитания дошкольников		
	2	Особенности физического воспитания младших школьников, подростков, старших школьников.		
	3	Особенности физического воспитания обучающихся образовательных учреждениях довузовского профессионального образования.		
	4	Особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем		
	5	Особенности физического воспитания двигательного одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		12	
	1 Написание реферата «Формы физического воспитания в семье», «Формы физического воспитания по месту жительства».			
<b>Тема 8. Общие основы теории спорта.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	2
	1	Сущность и функции спорта.		
	2	Основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки.		
	3	Основы оздоровительной тренировки.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		10	
	1 Выполнение практической работы «Определение средств и методов подготовки спортсменов в отдельных видах спорта»			
	2 Проведение анализа тренировочных нагрузок в различных видах спорта.			
	3 Подготовка докладов по теме: «Характеристика методик оздоровительной физической культуры (аэробика, фитнес, пилатес, калланетика)			
<b>Тема 9. Современные концепции физического воспитания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	1
	1	Проблемы и пути совершенствования физического воспитания на современном этапе*		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
	1.Отбор и использование знаний истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту.			

<b>Тема 10.</b> <b>Проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1	1
	1.	Проблемы организации физического воспитания в учреждениях общего образования.		
	2.	Пути совершенствования организации физического воспитания в учреждениях общего образования.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Тематика СРС: Проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях		12	
<b>Примерная тематика курсовой работы (проекта)</b>			4	
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.	
<b>Всего:</b>	<b>172</b>

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Кабинет теории и истории физической культуры

368604

Республика Дагестан,

г. Дербент,

ул. Тахо-Годи, д.2,

ауд № 19 (2 эт.)

Учебная мебель (столы и стулья ученические, преподавательские стул и стол)

доска – 1 шт.;

мультимедийный проектор (переносной) – 1 шт.;

проекционный экран - 1 шт.;

ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет»

комплект лицензионного ПО (операционная система - Windows 10 Pro, текстовый редактор - Microsoft Word 2016

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основная литература:**

1. Физическая культура в XXI веке: концептуальные основы, инновационные методики и модели образовательных практик / под ред. А.Э. Страдзе, И.М. Быховской; Департамент образования и науки города Москвы, Московский городской педагогический университет и др. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 288 с.: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560694>

2. Томилин, К. Г. История физической культуры : учебное пособие : [16+] / К. Г. Томилин ; Сочинский государственный университет, Кафедра физической культуры и спорта. – Сочи : Сочинский государственный университет, 2019. – 156 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618380>

##### **Дополнительная литература:**

1. Физическая культура и спорт : учебное пособие : [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020.

– 169 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103>

2. Гусева, М.А. Физическая культура: волейбол: [16+] / М.А. Гусева, К.А. Герасимов, В.М. Климов; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2019. – 80 с.: URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576645>

3. Шеенко, Е. И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие : [12+] / Е. И. Шеенко, Б. Г. Толистинов, И. А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 81 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370>

### **Справочно-правовые системы**

Консультант Плюс

### **Электронные ресурсы:**

Электронно-библиотечная система [«Университетская библиотека онлайн»](#) // [www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/).

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ, устного и письменного опроса, а также выполнения обучающимися тестовых заданий, самостоятельной работы.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;</li><li>➤ использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;</li><li>➤ правильно использовать терминологию в области физической культуры;</li><li>➤ оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;</li><li>➤ находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;</li></ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;</li><li>➤ историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания спортивной подготовки;</li></ul>	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- устный и письменный опрос;</li><li>- взаимопроверка и взаимооценка;</li><li>- тестирование;</li><li>- практическое задание;</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>➤ историю международного спортивного движения;</li><li>➤ современные концепции физического воспитания;</li><li>➤ средства формирования физической культуры человека;</li><li>➤ механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;</li><li>➤ мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;</li><li>➤ принципы, средства, методы, формы, организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;</li><li>➤ дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;</li><li>➤ основы теории обучения двигательным действиям;</li><li>➤ теоретические основы развития физических качеств;</li><li>➤ особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных организациях;</li><li>➤ особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;</li><li>➤ сущность и функции спорта;</li><li>➤ основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;</li><li>➤ основы оздоровительной тренировки;</li><li>➤ проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях;</li></ul>	
---	--

***иметь практический опыт:***

-использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности.

- выполнение и защита практических работ.