

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А.БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»

И. о. директора института СПО

Н.В. Моргачева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ. 12 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

49.02.01 Физическая культура

Углубленный уровень подготовки

Форма обучения: **очная**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.11. 2022г. № 968

Место дисциплины в структуре ППССЗ СПО ОПЦ. 12 «Теория и история физической культуры и спорта».

Учебная дисциплина «Теория и история физической культуры и спорта» входит в перечень дисциплин профессиональной подготовки, общепрофессионального цикла среднего общего образования.

Рабочая программа разработана на кафедре теории и методики физического воспитания

Разработчики рабочей программы:

Шевяков А.Н., преподаватель института СПО

Рецензент:

Семянникова В.В., к.п.н., доцент,

зав. кафедрой теории и методики физического воспитания

СОДЕРЖАНИЕ

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

I. ПАСПОРТ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности или СПО 49.02.01 Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительной профессиональной подготовке в рамках специальности СПО 49.02.01 Физическая культура

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина «Теория и история физической культуры и спорта» относится к дисциплинам профессиональной подготовки, общепрофессионального цикла

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

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта» направлено на достижение следующих **целей**:

- формирование у студентов системы научно-практических знаний в области теории и истории физической культуры.

Задачи:

Основные задачи изучения дисциплины:

- обеспечить усвоение студентами фундаментальных знаний в области теории и истории физической культуры, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов, форм организации физической культуры;
- сформировать у студентов широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам физической культуры, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;
- воспитать у будущих специалистов педагогическое мышление, познавательную активность, самостоятельность и ответственность за качество учебного труда и подготовки к профессиональной деятельности, дисциплинированность, потребность в научно-исследовательской и практической деятельности в сфере физической культуры.

Освоение содержания учебной дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;
- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- находить и использовать информацию, необходимую для подготовки к занятиям;
- определять цели и задачи занятий в избранной области деятельности;
- разрабатывать планы, конспекты, сценарии занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики области дополнительного образования детей;
- педагогически обоснованно выбирать и реализовывать разные формы, методы, приемы обучения и воспитания при работе с разновозрастными (или) разновозрастным объединением детей по интересам в избранной области деятельности, в том числе с учетом возрастных, индивидуальных и личностных особенностей обучающихся и группы детей;
- демонстрировать способы, приемы деятельности в избранной области деятельности;
- стимулировать познавательную активность на занятии, создавать условия для развития мотивации детей к избранной области деятельности;
- создавать на занятии условия для самопознания и самосовершенствования;
- выявлять и поддерживать одаренных в избранной области детей и детей;
- работать с детьми, имеющими отклонения в развитии;
- проводить педагогическое наблюдение за занимающимися;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с детьми и родителями (лицами, их заменяющими);
- взаимодействовать с участниками образовательного процесса и родителями (лицами, их заменяющими);
- использовать ИКТ и технические средства обучения в образовательном процессе;
- контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся, результаты освоения программы учебной дисциплины;
- осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении занятий, корректировать цели, содержание, методы и средства обучения по ходу и результатам их проведения;
- анализировать занятия в избранной области деятельности;
- осуществлять дополнительное образование детей в избранной области деятельности на общекультурном, углубленном, профессионально-

- ориентированном уровнях;
- вести учебную документацию;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- технологические основы деятельности в избранной деятельности;
- психолого-педагогические основы проведения занятий с детьми по программам в избранной области деятельности;
- особенности дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- теоретические основы методики планирования занятий в избранной области деятельности;
- принципы отбора и структурирования содержания дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- методы, методики и технологии организации деятельности детей в избранной области деятельности;
- основы комплектования, виды и функции разновозрастного и (или) разновозрастного объединения детей по интересам в избранной области деятельности;
- способы активизации учебно-познавательной деятельности детей разного возраста, педагогические условия развития мотивации к избранной области деятельности;
- педагогические и методические основы развития творческой индивидуальности личности в избранной области деятельности;
- специфику работы с детьми разного возраста, одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями, девиантным поведением;
- основные виды технических средств обучения, ИКТ и их применение в образовательном процессе;
- инструментальный метод контроля качества процесса и результатов в избранной области деятельности;
- педагогические и гигиенические требования к организации обучения избранному виду деятельности;
- логику анализа занятий;
- методику бизнес-планирования, основы взаимодействия с социальными партнерами по вопросам организации в избранной области деятельности;
- виды документации, требования к оформлению

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС СПО и ОПОП СПО по данному направлению подготовки (специальности):

а) профессиональных (ПК):

ПК 1.2.Организовывать и проводить мероприятия в сферемолодежной политики, включая досуг и отдых детей,подростковимолодежи,втом числе в специализированных (профильных) лагерях.

ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт в областифизической культуры и спорта на основе изученияпрофессиональной литературы, самоанализа и анализадеятельностиспециалистоввобластифизическойкультуры и спорта.

1.4.Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 98часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 90 часов;

самостоятельной работы обучающегося 4 часов.

подготовка к аттестации – 4 часа

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	98
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	90
В том числе:	
Лекционные занятия	44
Лабораторные занятия	
Практические занятия	44
Контрольные работы	
Курсовая работа (проект)	
Консультация	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	4
В том числе:	
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Индивидуальные задачи, конспекты, тесты, расчетно-графические работы	
Подготовка к аттестации	4
Промежуточная аттестация в форме: итоговая оценка 4 семестр; экзамен - 5 семестр	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровни освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта			24	
Тема 1.1 Понятие о теории и истории физической культуры и спорта	Содержание учебного материала		2	
	1	Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта	1	1,2
	2	Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации	1	
	Практические занятия		2	
	1. Привести примеры реализации основных задач физического воспитания применительно к системе общего образования, дополнительного образования, физкультурно-спортивной работе		1	3
	2. Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: общее образование, дополнительное образование, физкультурно-спортивная работа.		1	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			

Тема1.2. Зарождениеи развитие зарубежных систем физической культуры	Содержание учебного материала		4	
	1	Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе	2	1,2
	2	Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока	1	
	3	Физическая культура в Европе в буржуазном и капиталистическом обществе	1	
	Практические занятия		4	
	1.Сравнительный анализ развития зарубежных систем физического воспитания		4	3
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Тема 1.3 Зарождениеи развитие отечественной системыфизической культуры	Содержание учебного материала		8	
	1	Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в период феодализма	2	1,2
	2	Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с конца XVIII века и до 1917 года	2	
	3	Становление и развитие советской системы физической культуры	2	
	4	Современная физическая культура и спорт в Российской Федерации	2	
	Практические занятия		4	
	1.Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры		4	3

	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Раздел 2. Теоретико-методические основы физического воспитания			54	
Тема 2.1. Средства физического воспитания	Содержание учебного материала		4	
	1	Классификация средств физического воспитания	2	1,2
	2	Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики.	2	
	Практические занятия		2	
	1.Характеристика формы физического упражнения		2	3
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Тема 2.2. Методы физического воспитания	Содержание учебного материала		6	
	1	Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания	2	1,2
	2	Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания	2	
	3	Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания	2	

	Практические занятия		4	
	1. Применение методов физического воспитания		4	3
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Тема 2.3. Принципы физического воспитания	Содержание учебного материала		2	
	1	Система принципов физического воспитания и их характеристика	2	1,2
	Практические занятия		2	
	1. Реализация системы принципов физического воспитания		2	3
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Тема 2.4. Нагрузка и отдых в физическом воспитании	Содержание учебного материала		2	
	1	Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки.	1	1,2
	2	Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий.	1	
	Практические занятия			
	-			
	Самостоятельная работа обучающихся			

	-			
Тема 2.5 Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам	Содержание учебного материала		4	
	1	Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании	2	1,2
	2	Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов	2	
	Практические занятия		2	
	1. Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию		2	3
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Тема 2.6 Воспитание физических качеств	Содержание учебного материала		6	
	1	Понятие о физических качествах и способностях	1	1,2
	2	Силовые способности и методика их воспитания.	1	
	3	Скоростные способности и методика их воспитания.	1	
	4	Координационные способности и методика их воспитания.	1	
	5	Выносливость и методика её воспитания.	1	
	6	Гибкость и методика её воспитания.	1	
	Практические занятия		16	

	Методическаяразработкавоспитаниясиловых способностей		4	3
	Методическаяразработкавоспитания выносливости		4	
	Методическаяразработкавоспитанияскоростных способностей		4	
	Методическаяразработкавоспитаниядвигательно- координационных способностей		4	
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
	Закрепление и совершенствование двигательных действий в процессе самостоятельных занятий.		4	1,2,3
Раздел 3. Понятие о спорте			14	
Тема 3.1. Спорт как специфическая деятельность	Содержание учебного материала		2	
	1	Предпосылкивозникновенияспорта,специфическиепризнакиспорта,	1	1
	2	Социальныефункции спорта	1	
	Практические занятия			
	-			
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Тема 3.2. Характеристика тренировочно-соревновательной	Содержание учебного материала		4	
	1	СтруктураспортивногодвижениявРоссийскойФедерации.Цельизадачи спортивной тренировки	1	1,2

деятельности	2	Основныестороныспортивнойтренировки.Соревновательнаядеятельностьв спорте	1	
	3	Разновидноститренировочныхзанятийипостроениетренировкивциклах	2	
	Практические занятия		8	
	Подборсредствспортивной тренировки		4	3
	Подборметодовспортивнойтренировки		4	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	-			
Консультация			2	
Подготовка к аттестации			4	
Всего			98	

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета теории и методики физического воспитания (учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)

Оборудование:

Ноутбук преподавателя HP15DB0098UR

Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации по дисциплине.

Программа предусматривает применение технологий электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 191 с.
2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры. Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: КноРус, 2020. – 448 с.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. – Москва: Спорт-Человек, 2020. – 342 с. – ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный (дата обращения 20.08.2023)
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва: Спорт-Человек, 2021. – 520 с.
5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. – 2-е изд., с измен. и дополн. – Москва: Спорт-Человек, 2017. – 432 с.
6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 793 с.
7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские

зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 493 с.

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 531 с.

Дополнительные источники:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва: Спорт-Человек, 2021. – 520с. – ISBN 978-5-907225- 59-6. — Текст: электронный(дата обращения 20.08.2023)

Интернет-ресурсы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.
2. Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики <http://sport.minstm.gov.ru>
3. ООО «Издательство Лань» Электронно-библиотечная система, Адрес для работы: <http://www.e.lanbook.com>
4. Образовательная платформа «Юрайт», Адрес для работы: <https://urait.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения по учебной дисциплине	Формируемые компетенции	Оценочные средства по дисциплине
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	ПК.1.2. ПК 2.2	Темы рефератов, докладов, сообщений. Комплект заданий для тестирования. Задания для контрольной работы.

<p>нравственного и патриотического воспитания обучающихся, повышения интереса к физической культуре и спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; - историю международного спортивного движения; - современные концепции физического воспитания; - средства формирования физической культуры человека; - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания; - мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития; - принципы, средства, методы, 		<p>Задания для практической работы. Вопросы для собеседования</p>
--	--	---

<p>формы организации физического воспитания в организациях основного и дополнительного образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков; - основы теории обучения двигательным действиям; - теоретические основы развития физических качеств; - особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях; - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, 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; 		
---	--	--