

«УТВЕРЖДАЮ»



Врио директора института ФКСиБЖ

/А.С. Артемов /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.06 История физической культуры и спорта

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-технологии и спортивная тренировка

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: Теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	3		
Семестр/триместр	6		

Лекции	24		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	42		
Консультации			
Форма(ы) промежуточной аттестации	Экзамен, 0,3		
Контроль	9		
Самостоятельная работа	100,7		

Всего часов: 180

Трудоемкость: 5 зачетных единиц.

Разработчик(и) рабочей программы:

старший преподаватель кафедры Шевяков А.Н.

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины: изучение причин и механизмов происхождения и развития физической культуры и спорта.

Задачи изучения дисциплины

- изучить историю основных зарубежных и отечественных систем физического воспитания и спорта;
- изучить историю международного спортивного движения;
- раскрыть студентам значение истории физической культуры и спорта для непосредственной подготовки к профессиональной деятельности;
- научить студентов самостоятельно приобретать необходимые знания по истории физической культуры и спорта;
- обучить студентов умению использовать знания по истории физической культуры и спорта в практической деятельности.

Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках блока 1 «Дисциплины». Части, формируемой участниками образовательных отношений. Модуля 5 «Спортивная тренировка, фитнес»

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПКС-2	Знать: - основы психологии, педагогики, спортивной физиологии, спортивной гигиены - физиологические и психофизиологические основы двигательной деятельности и спортивной тренировки; - теорию физической культуры; - методические основы обучения и развития физических способностей	Знает: - закономерности и этапы исторического процесса, основные исторические факты, даты, события и имена исторических деятелей
	Уметь: оценивать эффективность новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации - руководить внедрением новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях;	Умеет: - Работать с архивными и другими документами в рамках программы - критически воспринимать, анализировать и оценивать историческую информацию, факторы и механизмы исторических изменений
	Владеть: - методами и технологиями межличностной коммуникации,	Владеет - навыками анализа причинно-следственных связей в развитии

	<ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки новых подходов к преподаванию и технологий обучения в спорте; - навыками разработки и обновления программ, рабочих программ и учебно-методических комплексов, планов занятий (циклов занятий). 	ФКиС ; - места человека в историческом процессе и политической организации общества;
--	---	---

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. История ФКиС	180	28	42	-	100,7
	Тема 1 Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.	24	6	6	-	12
	Тема .2 Физическая культура и спорт в средние века	22	4	6	-	12
	Тема 3. Создание и развитие зарубежных систем физической культуры и спорта в период с 18 века до настоящего времени.	22	4	6	-	12
	Тема 4. Физическая культура в России с древних времен до второй половины 19 в.	22	4	6	-	12
	Тема 5. Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования) и современного спорта во второй половине 19 – начале 20 в. (до	22	4	6	-	12

	1917 г.).					
	Тема 6. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта.	18	2	4	-	12
	Тема 7. Физическая культура и спорт в Российской Федерации.	20	2	4	-	14
	Тема 8. Международное спортивное движение.	20,7	2	4	-	14,7
	Экзамен	0,3				
	Контроль	9				
	Итого за 6 семестр	180	28	42		100,7
	ИТОГО:	180	28	42		100,7

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме теста:

1. Из каких основных наук дисциплина ИФКиС получает информацию?

- а) педагогики и военного дела;
- б) истории и педагогики;
- в) истории и социологии;
- г) истории и теории и методики физической культуры.

2. Когда произошло зарождение физической культуры?

- а) 100 тыс. лет назад;
- б) 30-40 тыс. лет назад;
- в) 5-10 тыс. лет назад;
- г) более 150 тыс. лет назад.

3. В каких основных формах присутствовали элементы физической культуры в жизни первобытного человека?

- а) в спортивных соревнованиях;
- б) в трудовых операциях, обрядах посвящения, обрядовых танцах;
- в) в качестве уроков по физической культуре в учебных заведениях;
- г) в армейской военно-физической подготовке.

4. Что явилось предпосылкой возникновения физической культуры?

- а) низкий уровень здоровья первобытных людей;
- б) многочисленные войны;
- в) религия;
- г) возможность с помощью физических упражнений повысить производительность труда.

5. В каком месте были обнаружены наиболее древние следы физической культуры?

- а) в Междуречье;
- б) в Северной Америке;
- в) в Англии;
- г) в Африке.

6. Какие комплексные спортивные состязания проводились на тысячу лет раньше, чем Древнегреческие Олимпийские игры?

- а) состязания в Африке в честь святого Себастьяна;
- б) соревнования в Северной Америке в честь бога Каро;
- в) соревнования в Индии в честь идола Бра;
- г) состязания в Месопотамии в честь бога Мардука.

7. Какие разделы содержала античная гимнастика?

- а) пентатлон и борьбу;
- б) игры, борьбу и плавание;
- в) игры, палестрику и орхестрику;
- г) борьбу, палестрику, акробатику.

8. Какие упражнения входили в спартанскую гимнастику?

- а) пентатлон и борьба;
- б) бокс и поднятие тяжестей;
- в) плавание и акробатика;
- г) кулачный бой и борьба.

9. В каком году состоялись первые Олимпийские игры древности?

- а) в 776 году до нашей эры;
- б) в 1201 году;
- в) в 906 году до нашей эры;
- г) 394 году.

10. В каком году прекратили свое существование Олимпийские игры древности?

- а) в 906 году до нашей эры;
- б) в 394 году;
- в) в 776 году до нашей эры;
- г) в 776 году.

11. Какая страна является родиной Олимпийских игр?

- а) Рим;
- б) Китай;
- в) Греция;
- г) Египет.

12. Где проводились древнегреческие Олимпийские Игры?

- а) в Олимпии;

- б) в Спарте;
- в) в Афинах;
- г) в Риме.

13. С какой периодичностью проходили Олимпийские игры древности?

- а) один раз в четыре года;
- б) один раз в два года;
- в) один раз в три года;
- г) два раза в десять лет.

14. На какой период приходится расцвет физической культуры Древней Греции?

- а) VIII-IV вв. до н. э.
- б) X-V вв. до н. э.
- в) I-V вв. н. э.
- г) III-IV вв. н. э.

15. Какие упражнения входили в пентатлон?

- а) бег на 1 стадий, плавание, метание копья, езда на колеснице, борьба;
- б) прыжки в высоту, марафонский бег, метание копья, метание диска, бокс;
- в) плавание, акробатика, бег с барьерами, шахматы, танцы;
- г) бег на 1 стадий, прыжки в длину с альтерами, метание копья, метание диска, борьба.

16. Имя первого чемпиона Античных Олимпийских игр?

- а) Корибос;
- б) Ахиллес;
- в) Самсон;
- г) Геракл.

17. Программа первых Олимпийских игр древности состояла из?

- а) кулачного боя и плавания;
- б) бега на один стадий;
- в) кулачного боя;
- г) плавания.

18. В каких странах в рабовладельческий период получили наибольшее распространение физическая культура и спорт?

- а) в Англии и Франции;
- б) в Греции, Японии и Англии;
- в) в странах Америки;
- г) в странах Древнего Востока и в античных государствах Греции и Рима.

19. Какая мировая религия наиболее благосклонно относилась в средние века к физической культуре?

- а) буддизм;
- б) христианство;
- в) ислам;
- г) иудаизм.

20. Кто из педагогов-гуманистов средневековья наряду с вопросами умственного и нравственного воспитания много внимания уделял физическому воспитанию детей?

- а) Андреас Везалий;
- б) Ульям Гарвей;
- в) Фабиан Фон Аунсальд;
- г) Ян Амос Каменский.

21.Какая система физического воспитания сформировалась (главным образом в странах Европы) в период раннего и развитого феодализма.

- а) система военно-физической подготовки рыцарей;
- б) гимнастическая система физических упражнений;
- в) буржуазная спортивно-игровая система;
- г) военно-физическая подготовка самураев.

22. Как преимущественно относилась христианская церковь в средние века к физической культуре?

- а) негативно;
- б) доброжелательно;
- в) нейтрально;
- г) по-разному, в зависимости от обстоятельств.

23. Каким набором умений должен был обладать средневековый рыцарь?

- а) плавать, петь, охотиться, владеть приемами самозащиты, играть в развлекательные игры, рисовать;
- б) ездить верхом, преодолевать водные преграды, охотиться, стрелять из лука, владеть приемами самозащиты, играть в развлекательные игры, танцевать;
- в) бороться, петь, ездить верхом;
- г) плавать, бороться, ездить верхом, петь.

24. В какой стране зародилось Ушу?

- а) Япония;
- б) Китай;
- в) Индия;
- г) Корея.

25. В какой стране зародилось Сумо?

- а) Япония;
- б) Китай;
- в) Индия;
- г) Корея.

26. В какой стране зародилась Хатха-Йога?

- а) Япония;
- б) Китай;
- в) Индия;
- г) Ирак.

27. Какие направления возникают в использовании средств, форм и методов физической культуры в первый период новой истории?

- а) Военное и туризм;
- б) Гимнастическое и спортивно-игровое;
- в) Рабочее и буржуазное;
- г) Рекреативное и восстановительное.

28. Кто был основателем немецкой гимнастической системы?

- а) Франс Трансгофер;
- б) Ф. Ян и Э. Айзелен;
- в) П. Линг;
- г) М. Тырш.

29. Кто был основателем шведской гимнастической системы?

- а) Франс Трансгофер;
- б) Ф. Ян и Э. Айзелен;
- в) П. Линг;
- г) М. Тырш.

30. Кто был основателем сокольской гимнастической системы?

- а) Франс Трансгофер;
- б) Ф. Ян и Э. Айзелен;
- в) П. Линг;
- г) М. Тырш.

31. С чьим именем связано создание бойскаутского движения?

- а) Английский генерал Роберт Баден-Пауэл;
- б) Французский педагог Пьер де Кубертен;
- в) Немецкий мыслитель К. Маркс;
- г) Российский спортсмен И. Поддубный.

32. Кто явился инициатором возрождения Олимпийских игр современности?

- а) Жак Роге;
- б) Иллиадис;
- в) Пьер де Кубертен;
- г) Хуан Антонио Самаранч.

33. Когда состоялись первые Олимпийские игры современности?

- а) в 1980 году;
- б) в 1896 году;
- в) в 776 году до нашей эры;
- г) в 1894.

34. В каком году и где создан Международный олимпийский комитет?

- а) в 1894 году в Париже;
- б) в 1896 году в Лондоне;
- в) в 1905 году в Греции;
- г) в 1895 году в Париже.

35. Что такое «Олимпийская хартия»?

- а) название оды спорту, написанной Пьером де Кубертенем;
- б) свод законов, по которым живет олимпийское движение;
- в) правила соревнований, входящих в программу Олимпийских игр;
- г) справочник знаменательных дат олимпийского движения.

36. Назовите ведущую организацию международного олимпийского движения.

- а) НОК;
- б) НХЛ;

- в) ФБР;
- г) МОК.

37. Кто в настоящее время является президентом МОК?

- а) Жак Рогге;
- б) Хуан Антонио Самаранч;
- в) Пьер де Кубертен;
- г) Томас Бах.

38. В каком году и где состоялись I Зимние Олимпийские игры?

- а) в 1924 году в Шамони;
- б) в 1928 году в Берне;
- в) в 1908 году в Лондоне;
- г) в 1896 году в Париже.

39. Кто является основоположником Российской системы физического воспитания, основу которой составило «гармоническое, всестороннее развитие деятельности человеческого организма»?

- а) Л.П. Матвеев;
- б) Г.Г. Бенезе;
- в) П.Ф. Лесгафт;
- г) В.В. Бернштейн.

40. В каком году был создан Российский олимпийский комитет?

- а) в 1896 году;
- б) в 1911 году;
- в) в 1960 году;
- г) в 1894 году.

41. Кто был первым представителем России в МОК?

- а) А.Д. Бутовский;
- б) Шамиль Тарпищев;
- в) В.Г. Смирнов;
- г) П.Ф. Лесгафт.

42. Когда и кто стал первым российским олимпийским чемпионом?

- а) Александр Петров на IV Олимпийских играх в Лондоне, в 1908 году;
- б) в 1908 году, на IV Олимпийских играх в Лондоне фигурист Николай Панин-Коломенский;
- в) в 1974 году, на XX Олимпийских играх в Париже гимнастка Ольга Корбут;
- г) в 1896 году на I Олимпийских играх в Афинах борец Иван Поддубный.

43. После какого события СССР стал полноправным членом международного олимпийского движения?

- а) после вновь созданного в СССР в 1951 году Олимпийского комитета, признанного МОК;
- б) после проведения XXII олимпийских Игр в Москве;
- в) в 1911 году, после создания Российского олимпийского комитета;
- г) в 1936 году после проведения научного конгресса посвященного олимпийскому движению.

44. В каком году отмечалось столетие Олимпийских игр?

- а) в 1996 году на Играх XXVI Олимпиады в Атланте;

- б) в 1988 году на Играх XXIV Олимпиады в Сеуле;
- в) в 2000 году на Играх XXVII Олимпиады в Афинах;
- г) в 1984 году на Играх XXIII Олимпиады в Лос-Анджелесе.

45. Когда нашей стране было предоставлено право проведения Олимпийских игр?

- а) в 1992 году в Санкт-Петербурге проводились Игры XXУ Олимпиады;
- б) в 1980 году в Москве состоялись Игры XXII Олимпиады;
- в) в 1984 году в Москве состоялись Игры XXIII Олимпиады;
- г) в 1976 году в Сочи были организованы XXI Олимпийские Игры.

46. Какое знаменательное событие состоялось в Москве в 1998 году?

- а) XXII Олимпиада.
- б) 1-я Спартакиада народов СССР.
- в) первые Всемирные юношеские игры под патронажем МОК;
- г) Игры Доброй Воли.

Примерная тематика рефератов

1. Возникновение Олимпийских игр Древней Греции (мифы, предположения, реальность).
2. Ритуалы, традиции древних Олимпийских игр.
3. Выдающиеся олимпионики древних Олимпийских игр.
4. Мыслители древней Греции (Платон, Аристотель, Демокрит, Сократ, Гиппократ) о физическом воспитании.
5. Древнеримские мыслители (Сенека, Ювенал, Гален) о физическом воспитании.
6. Прогрессивная роль гуманистических идей В. Фельтре, Т. Мора, Т. Кампанеллы, И. Меркуриалиса, Я. Каменского.
7. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Д. Локка, Ж. – Ж. Руссо, И. Песталоцци.
8. Зарубежные системы физического воспитания Ж. Демени и Ж. Эбер.
9. Игрища древних славян.
10. Древнеславянские летописи XI-XIII вв. – источники познания физического воспитания древней Руси, русские былины, сказки и др.
11. Фрески Софийского собора в Киеве как один из источников изучения физической культуры Древней Руси.
12. Акты Русской православной церкви о народной физической культуре.
13. Взгляды русских полководцев Петра I, П.А. Румянцева, А.В. Суворова, Ф.Ф. Ушакова, М.Н. Кутузова о военно-физической подготовки.
14. Взгляды русских просветителей М.А. Ломоносова, А.Н. Радищева, В.Г. Белинского, А.И. Герцена о физическом воспитании.
15. Прогрессивная роль передовой интеллигенции в развитии спорта в России (В.Ф. Краевский, В.И. Срезневский, А.Д. Бутовский, Г.А. Дюпперон, Г.И. Гибопьер, П.П. Москвин и др.).
16. Лесгафт и его заслуги в области физической культуры.
17. Образование Российского олимпийского комитета.

18. Российские Олимпиады 1913 и 1914 годов.
19. Подготовка и участие спортсменов России в Олимпийских играх до первой мировой войны.
20. А.Д. Бутовский как деятель международного и российского олимпийского движения.
21. Заслуги генерала В.Н. Воейкова в развитии физической культуры и спорта России.
22. Игры XXII Олимпиады в Москве (подготовка, организация, итоги).
23. Олимпийская Хартия (диалектика развития 1894-2001 гг.).
24. Пьер де Кубертен. Жизнь и деятельность, заслуги в возрождении Олимпийских игр.
25. Основные проблемы современного олимпийского движения.
26. Международные и российские спортивные движения в области массовой и оздоровительной физической культуры («спорт для всех», «СпАрт», «Олимп» и др.).
27. Научно-методические основы советской системы физического воспитания.
28. Физическая культура и спорт на службе обороне Родины в годы Великой Отечественной войны.
29. Роль спартакиад народов СССР в развитии советского спорта.
30. Международное рабочее спортивное движение.
31. Международное студенческое спортивное движение.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета с использованием следующих оценочных материалов: *перечень вопросов к экзамену*

Вопросы к экзамену
(6 семестр, очная форма обучения)

1. «История физической культуры и спорта» как учебная дисциплина (предмет, методы, значение).
2. Физическая культура в первобытном строе (период и предпосылки зарождения физических упражнений их основные формы).
3. Физическая культура в странах Древнего Востока (Месопотамия, Египет, Индия и Персия).
4. Физическая культура античной Греции (Спарта, Афины).
5. Древнегреческие спортивные состязания.
6. Теоретико-методические основы физической культуры в античной Греции.
7. Физическая культура и спорт в период упадка Греции.
8. Физическая культура в Древнем Риме (особенности физического воспитания; формы физических упражнений и спортивных зрелищ римлян 2-1 вв. до н.э.; теоретико-методические основы).
9. Физическая культура в странах Европы в средние века (особенности; отношение религии; содержание физической подготовки феодалов; рыцарские турниры; теоретико-методические основы).

10. Особенности физической культуры в средневековой Индии, Японии, Америке, Африки и Китае.
11. Основные направления физической культуры, формирующиеся с XVIII века. Немецкая, Шведская и Сокольская гимнастические системы.
12. Причины распространения спорта в мире во второй половине XIX в.
13. Милитаризация физического воспитания между Первой и Второй мировыми войнами.
14. Развитие профессионально-прикладной физической подготовки в начале XX века.
15. Характеристика развития физической культуры и спорта в мире во второй половине XX века.
16. Бойскаутское движение.
17. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России.
18. Физическое воспитание у казаков.
19. Государственные формы физического воспитания в царской России.
20. Передовые взгляды ученых, мыслителей, полководцев о физическом воспитании в XVII - второй половине XIX в. в России.
21. Создание в Царской России системы физического воспитания (образования).
22. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта.
23. Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе СССР и Российской Федерации.
24. Физическая культура в Российской Федерации.
25. Международное спортивное движение.
26. Возрождение Олимпийских игр. Первые Олимпийские (1896-1912гг) игры.
27. П.Ф.Лесгафт – основатель российской системы физического воспитания
28. СССР на Летних Олимпийских играх.

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Олимпийские игры в политике, повседневной жизни и культуре (от античности до современности) : [16+] / отв. ред. В. О. Никишин. – Санкт-Петербург : Алетей, 2021. – 467 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=619697> (дата обращения: 08.05.2023). – ISBN 978-5-00165-274-8. – DOI 10.23681/619697. – Текст : электронный.

4.2. Дополнительная литература

1. Дипломатия и олимпизм: информационно-методические материалы для российских представителей в международных и российских спортивных

объединениях : сборник научных трудов / авт.-сост. Н. Ю. Мельникова, В. В. Мельников, К. Н. Епифанов, М. В. Коренева [и др.]. – Москва : Человек, 2021. – 136 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=687392> (дата обращения: 08.05.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906132-67-3. – Текст : электронный.

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	https://infourok.ru/	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2	http://sportinst.elsu.ru/	САЙТ ИНТИТУТА ФКСИ БЖ	Свободный доступ

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
3.	www.consultant.ru	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Имеется доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.