

Департамент образования и науки города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»  
(ГАОУ ВО МГПУ)

Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.12 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

---

*(индекс и наименование дисциплины)*

Специальность **49.02.01 Физическая культура**

На базе **основного общего образования**

Форма обучения **очная**

Курс **2** семестр **3-4**

Москва, 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.12 Теория и история физической культуры и спорта разработана с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ 17 мая 2012 г. № 413) (с изменениями и дополнениями), Федеральной образовательной программы среднего общего образования, на основе Федерального государственного образовательного стандарта специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения РФ от 11.11.2022 № 968, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 19.12.2022, регистрационный № 71643 и учебного плана.

**Организация-разработчик:** институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ.

**Разработчик:** Кекова Л.А., преподаватель, институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ.

## СОДЕРЖАНИЕ

СТР.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОП.12 Теория и история физической культуры и спорта является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08 профессиональных компетенций ПК 1.1-1.6, ПК 2.1-2.4, ПК 3.1-3.5, ПК 4.1-4.6, а также результатов целевых ориентиров ЦО 5.1-5.7, ЦО 6.1-6.6.

### 1.1.1. Перечень общих компетенций

| <i>Код</i>   | <i>Наименование общих компетенций</i>   |
|--------------|---|
| <b>ОК 01</b> | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам   |
| <b>ОК 02</b> | Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности                          |
| <b>ОК 04</b> | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде  |
| <b>ОК 08</b> | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности |

### 1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

| <i>Код</i>    | <i>Наименование общих компетенций</i>   |
|---------------|---|
| <b>ПК 1.1</b> | Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.   |
| <b>ПК 1.2</b> | Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.                                      |
| <b>ПК 1.3</b> | Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.   |
| <b>ПК 1.4</b> | Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта   |
| <b>ПК 1.5</b> | Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.   |
| <b>ПК 1.6</b> | Проводить работу по предотвращению применения допинга.  |
| <b>ПК 2.1</b> | Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.  |
| <b>ПК 2.2</b> | Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта |
| <b>ПК 2.3</b> | Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.   |

|               |   |
|---------------|---|
| <b>ПК 2.4</b> | Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта  |
| <b>ПК 3.1</b> | Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.   |
| <b>ПК 3.2</b> | Проводить учебные занятия по физической культуре.   |
| <b>ПК 3.3</b> | Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты Педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура». |
| <b>ПК 3.4</b> | Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста.   |
| <b>ПК 3.5</b> | Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.  |
| <b>ПК 4.1</b> | Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.  |
| <b>ПК 4.2</b> | Проводить занятия с населением различных возрастных групп.  |
| <b>ПК 4.3</b> | Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. |
| <b>ПК 4.4</b> | Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.  |
| <b>ПК 4.5</b> | Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.  |
| <b>ПК 4.6</b> | Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.  |

1.1.3. Перечень целевых ориентиров, элементы которых формируются в рамках дисциплины:

| <b>Код</b>    | <b>Наименование целевого ориентира</b>  |
|---------------|---|
| <b>ЦО 5</b>   | <b>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</b>  |
| <b>ЦО 5.1</b> | Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей.  |
| <b>ЦО 5.2</b> | Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде.   |
| <b>ЦО 5.3</b> | Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию.  |
| <b>ЦО 5.4</b> | Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья.   |
| <b>ЦО 5.5</b> | Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей.  |
| <b>ЦО 5.7</b> | Демонстрирующий и развивающий свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях. |
| <b>ЦО 6</b>   | <b>Профессионально-трудовое воспитание</b>  |
| <b>ЦО 6.1</b> | Понимающий профессиональные идеалы и ценности, уважающий труд, результаты труда, трудовые достижения российского народа, трудовые и   |

|               |   |
|---------------|---|
|               | профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны.   |
| <b>ЦО 6.2</b> | Участвующий в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в семье, образовательной организации, на базах производственной практики, в своей местности.   |
| <b>ЦО 6.3</b> | Выражающий осознанную готовность к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности.  |
| <b>ЦО 6.4</b> | Понимающий специфику профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества.   |
| <b>ЦО 6.5</b> | Ориентированный на осознанное освоение выбранной сферы профессиональной деятельности с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, государства и общества.  |
| <b>ЦО 6.6</b> | Обладающий сформированными представлениями о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе. |

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины ОП.12 Теория и история физической культуры и спорта является освоение обучающимися знаний и приобретение умений в области теории и истории физической культуры и спорта, необходимых для понимания основных закономерностей развития физической культуры и спорта в разное время и эпохи.

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

| <b>Код ОК, ПК</b> | <b>Умения</b>   | <b>Знания</b>   |
|-------------------|---|---|
| ОК 01             | определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения   | актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте  |
| ОК 02             | определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач | номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств |
| ОК 04             | организовывать работу коллектива и  | психологические основы деятельности   |

|        |  |   |
|--------|--|---|
|        | команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности   | коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности   |
| ОК.08  | использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей  | роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни   |
| ПК 1.1 | определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы  | нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ   |
| ПК 1.2 | использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи                                    | значение физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи |
| ПК 1.3 | использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников | формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю   |
| ПК 1.4 | определять содержания и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта   | основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта и методику подготовки волонтеров  |
| ПК 1.5 | планировать работу судейской коллегии  | правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов)  |
| ПК 1.6 | находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности  | понятие «допинг», историю допинга, запрещенные субстанции и методы, способы противодействия допингу в спорте  |
| ПК 2.1 | анализировать нормативные документы, в области физической культуры и спорта  | нормативные и методические документы, в области физической культуры и спорта  |
| ПК 2.2 | находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач   | достижения отечественной науки в области физической культуры и спорта, передовой практический опыт в области физической культуры и спорта   |
| ПК 2.3 | представлять результаты собственной профессиональной деятельности  | требования к оформлению результатов методической и исследовательской деятельности   |
| ПК 2.4 | определять тему, цель и задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность   | основы организации исследовательской и проектной деятельности в области физической  |

|        |   |   |
|--------|---|---|
|        |   | культуры и спорта   |
| ПК 3.1 | находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры   | значение, место и основные исторические этапы становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании   |
| ПК 3.2 | применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы  | возможности урока физической культуры в воспитании обучающихся  |
| ПК 3.3 | использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом | назначение основных средств и методов контроля качества образовательного процесса по физической культуре  |
| ПК 3.4 | вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации  | требования к ведению документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации   |
| ПК 3.5 | мотивировать и приобщать обучающихся к первоначальной соревновательной деятельности, формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом  | требования охраны труда при выполнении физических упражнений во внеурочной деятельности   |
| ПК 4.1 | устанавливать соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения  | теоретические и методические основы планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта                                     |
| ПК 4.2 | соблюдать технику безопасности, выявлять источники возможного травматизма   | техника безопасности и требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий   |
| ПК 4.3 | выявлять первые признаки утомления занимающихся   | объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся |
| ПК 4.4 | использовать технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек  | технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек   |
| ПК 4.5 | вести первичную учетно-отчетную документацию в электронном и бумажном виде  | виды учётно-отчётной документации, требования к ее ведению и оформлению   |
| ПК 4.6 | выбирать оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения   | принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия  |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

| <b>Вид учебной работы</b>  | <b>Количество ак. час.</b> |
|--|----------------------------|
| <b>Объем дисциплины</b>  | 102                        |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка                               | 72                         |
| - теоретические занятия  | 36                         |
| - практические занятия   | 36                         |
| Самостоятельная работа   | 18                         |
| Промежуточная аттестация: в форме экзамена в 4 семестре + консультация | 12                         |

Рабочая программа для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается индивидуально с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 12 Теория и история физической культуры и спорта

| Наименование разделов и тем  | Вид учебного занятия | Содержание учебного материала  | Объем в ак. час. | Формат проведения занятия | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы  |
|--|----------------------|--|------------------|---------------------------|--|
| 1  | 2                    | 3  | 4                | 5                         | 6  |
| <b>Курс 2 Семестр 3</b>  |                      |  |                  |                           |  |
| <b>Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта</b>              |                      |  | <b>4</b>         | очный                     | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
| Тема 1.1<br>Понятие о теории и истории физической культуры и спорта                    | <b>УЗ</b>            | Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта. Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации | 2                | очный                     |  |
|  | <b>ПЗ</b>            | Анализ системы физического воспитания в Российской Федерации.  | 2                | очный                     |  |
| <b>Раздел 2. Физическая культура и спорт в древнем мире</b>                            |                      |  | <b>12</b>        | очный                     | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
| Тема 2.1<br>Физическая культура и спорт в первобытнообщинном и рабовладельческом строе | <b>УЗ</b>            | Теории возникновения физической культуры. Развитие физической культуры на отдельных этапах истории первобытнообщинного строя. Физическая культура в рабовладельческом обществе.  | 2                | очный                     |  |

|  |           |   |           |       |  |
|--|-----------|---|-----------|-------|--|
|  | <b>ПЗ</b> | Проведение сравнительного анализа развития физической культуры в первобытнообщинном строе и рабовладельческом обществе.   | 2         | очный |  |
| Тема 2.2.<br>Физическая культура и спорт в странах Древнего Востока      | <b>УЗ</b> | Физическая культура в странах Древнего Востока: Вавилоне, Египте, Индии, Китае, Персии.   | 2         | очный | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6   |
|  | <b>ПЗ</b> | Проведение сравнительного анализа развития физической культуры в странах Древнего Востока: Вавилоне, Египте, Индии, Китае и Персии.   | 2         | очный | ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6.   |
| Тема 2.3.<br>Физическая культура и спорт в Древней Греции и Древнем Риме | <b>УЗ</b> | Развитие физической культуры в Древней Греции. Особенности спартанской и афинской систем физического воспитания. Олимпийские игры Древней Греции. Первые античные Олимпийские игры. Зарождение педагогической мысли в области физического воспитания. Вопросы физического воспитания в трудах Платона и Аристотеля. Развитие физической культуры в Древнем Риме. Кризис рабовладельческого общества и упадок рабовладельческой системы физического воспитания | 2         | очный | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Проведение сравнительного анализа развития физической культуры в Древней Греции (афинская и спартанская системы) и в Древнем Риме.  | 2         | очный |  |
| <b>Раздел 3. Физическая культура и спорт в средние века</b>              |           |   | <b>20</b> | очный | ОК 01, ОК 02,  |

|  |           |   |   |       |   |
|--|-----------|---|---|-------|---|
| Тема 3.1<br>Физическая культура и спорт в средневековой Европе                     | <b>УЗ</b> | Особенности развития физической культуры и спорта в средневековой Европе. Рыцарская система физического воспитания. Физическое воспитание крестьян и горожан. Фехтовальные и стрелковые «братства». | 2 | очный | ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6.                  |
|  | <b>ПЗ</b> | Анализ и выделение основных рыцарских доблестей и добродетелей, крупнейших рыцарских орденов. Сравнение физического воспитания крестьян, горожан и обществ.   | 2 | очный |   |
| Тема 3.2<br>Физическая культура и спорт в средневековой Азии                       | <b>УЗ</b> | Особенности развития физической культуры и спорта в Индии, Китае, Японии, у других восточноазиатских народов.   | 2 | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Анализ и сравнение основных течений физического воспитания в восточноазиатских странах.   | 2 | очный |   |
| Тема 3.3<br>Физическая культура и спорт в средневековье у народов Америки и Африки | <b>УЗ</b> | Особенности развития физической культуры и спорта в Центральной и Южной Америки, Африке.  | 2 | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Проведение сравнительного анализа физической культуры и спорта в средневековой Европе, Азии, Америки и Африки   | 2 | очный |   |
| Тема 3.4<br>Физическая культура и спорт в Древней Руси                             | <b>УЗ</b> | Особенности развития и зарождения физической культуры и спорта у народов Древней Руси.  | 2 | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Составление картотеки народных игр и видов спорта.  | 2 | очный |   |
| Тема 3.5.<br>Развитие педагогических   | <b>УЗ</b> | Развитие педагогических идей физического воспитания Я. А. Коменского, Д. Локка, Ж. Ж. Руссо, И. Песталоцци.   | 2 | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6   |

|   |           |   |           |       |   |
|---|-----------|---|-----------|-------|---|
| идей физического воспитания в эпоху Возрождения   | <b>ПЗ</b> | Представление одной из идей физического воспитания А. Коменского, Д. Локка, Ж. Ж. Руссо, И. Песталоцци в виде письменного эссе.   | 2         | очный | ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6.  |
| <b>Курс 2 Семестр 4</b>   |           |   |           |       |   |
| <b>Раздел 4. Физическая культура и спорт в новое время</b>                                    |           |   | <b>12</b> |       |   |
| Тема 4.1<br>Физическая культура и спорт в первый период Нового времени (с XVII в. до 1871 г.) | <b>УЗ</b> | Особенности развития физической культуры в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII – XVIII вв. Развитие теоретических основ физического воспитания. Место физического воспитания в новых школьных системах (филантропинах). Деятельность Г. Фита, И. Гутс-Мутса. Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX в. в Германии, Швеции, Франции (Немецкая, шведская и французская гимнастики). | 2         | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|   | <b>ПЗ</b> | Составление схем гимнастических направлений в физическом воспитании в различных европейских странах.  | 2         | очный |   |
| Тема 4.2<br>Физическая культура и спорт во второй период Нового времени (1871 – 1917 гг.)     | <b>УЗ</b> | Возникновение рабочего спортивно-гимнастического движения. Развитие спорта и создание международных спортивных объединений. Возникновение новых систем физического воспитания (Сокольская гимнастика, гимнастика Ж. Демени, «Естественный метод» Ж. Эбера, Гимнастика Н. Бука, Скаутское движение).   | 2         | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|   | <b>ПЗ</b> | Составление таблицы «Зарубежные системы физического воспитания нового времени».   | 2         | очный |   |
| Тема 4.3<br>Зарождение государственных форм физической культуры в                             | <b>УЗ</b> | Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта. Введение физического воспитания в учебных заведениях. Военно-физическая подготовка в русской армии. Физическое воспитание и спорт в быту народа. Физическое воспитание в быту дворянства. Развитие педагогической и  | 2         | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6                               |

|  |           |   |           |       |   |
|--|-----------|---|-----------|-------|---|
| России в период с конца XVIII века и до 1917 года  |           | естественнонаучной мысли в области физического воспитания. Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания (К.Д. Ушинский, Д.И. Писарев, Н.И. Пирогов, И.М. Сеченов, И.П. Павлов, Е.А. Покровский). Деятельность П.Ф. Лесгафта и его система физического образования. Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Российские олимпиады.   |           |       | ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6.  |
|  | <b>ПЗ</b> | Составление словаря основных понятий по П.Ф. Лесгафту.  | 2         | очный |   |
| <b>Раздел 5. Физическая культура и спорт в новейшее время</b>  |           |   | <b>16</b> | очный |   |
| Тема 5.1<br>Физическая культура и спорт в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами           | <b>УЗ</b> | Физическая культура в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами. Возникновение профессионального спорта.   | 2         | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Составление хронологической последовательности возникновения видов спорта в мире в новейшее время.  | 2         | очный |   |
| Тема 5.2<br>Создание и развитие советской системы физической культуры в период до и в годы Великой Отечественной войны | <b>УЗ</b> | Всеобщее военное обучение (Всевобуч). Физическое воспитание в начальной, средней и высшей школах. Спортивно - массовая работа с населением. Первая Всероссийская спартакиада. БГТО и ГТО. Единая всесоюзная классификация. Спортивные школы, научные кадры и профессиональное образование. Физкультурная работа в тылу страны. Работа физкультурных организаций по восстановлению здоровья и боеспособности раненых солдат и офицеров Советской Армии. Физическая культура во время Великой Отечественной войны. Боевые подвиги спортсменов и физкультурников на фронтах Великой Отечественной войны. | 2         | очный | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |

|  |           |   |          |       |  |
|--|-----------|---|----------|-------|--|
|  | <b>ПЗ</b> | Анализ структуры и содержания советской системы физической культуры и спорта до и в годы Великой Отечественной войны  | 2        | очный |  |
| Тема 5.3<br>Физическая культура и спорт в СССР и зарубежных странах после второй мировой войны | <b>УЗ</b> | Развитие физической культуры и спорта в странах социализма. Развитие физической культуры и спорта в государствах Азии, Африки и Латинской Америки. Развитие физической культуры в капиталистических странах. Движение «Спорт для всех». Профессиональный спорт. Международные спортивные связи в послевоенный период. Дальнейшее развитие физической культуры в СССР. | 2        | очный | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Анализ структуры и содержания советской и зарубежной физической культуры и спорта после второй мировой войны  | 2        | очный |  |
| Тема 5.4<br>Физическая культура и спорт в Российской Федерации в настоящее время               | <b>УЗ</b> | Современная система органов управления физической культурой и спортом в России. Государственные органы управления физической культурой и спортом общей и специальной компетенции. Олимпийский комитет России в системе органов управления спортом. Федеральный закон N 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007.                     | 2        | очный | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
|  | <b>ПЗ</b> | Анализ и изучение закона «О физической культуре и спорта»   | 2        | очный |  |
| <b>Раздел 6. История современного олимпийского движения</b>                                    |           |   | <b>8</b> | очный | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6<br>ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
| Тема 6.1<br>Современные Олимпийские игры   | <b>УЗ</b> | Предпосылки зарождения современного олимпийского движения. Деятельность Пьера де Кубертена. Первые игры современности. Международный олимпийский комитет. Олимпийские символы: флаг, гимн, клятва, лозунг, медали, огонь, талисманы, эмблемы, лавровая ветвь, салют. Олимпийская хартия.  | 2        | очный |  |
|  | <b>ПЗ</b> | Составление таблицы «Современные Олимпийские игры»  | 2        | очный |  |
| Тема 6.2<br>Паралимпийские игры  | <b>УЗ</b> | История развития и зарождения паралимпийского движения. Сток-Мандевильские игры. Деятельность Людвиг Гуттмана.  | 2        | очный | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08<br>ПК 1.1-1.6   |

|   |           |   |             |       |  |
|---|-----------|---|-------------|-------|--|
|   | <b>ПЗ</b> | Составление таблицы «Паралимпийские игры» | 2           | очный | ПК 2.1-2.4,<br>ПК 3.1-3.5,<br>ПК 4.1-4.6<br>ЦО 5.1-5.7,<br>ЦО 6.1-6.6. |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                                       |           |   | <b>18</b>   |       |  |
| Подготовка дидактических материалов к практическим занятиям                     |           |   |             |       |  |
| Проклассифицировать средства физического воспитания                             |           |   |             |       |  |
| Проклассифицировать методы физического воспитания                               |           |   |             |       |  |
| Привести примеры применения средств и методов физического воспитания            |           |   |             |       |  |
| Охарактеризовать принципы физического воспитания                                |           |   |             |       |  |
| Провести сравнительный анализ этапов обучения двигательным действиям            |           |   |             |       |  |
| Охарактеризовать средства и методы воспитания физических качеств и способностей |           |   |             |       |  |
| Анализ особенностей спортивной деятельности                                     |           |   |             |       |  |
| <b>Промежуточная аттестация в форме экзамена + консультация</b>                 |           |   | <b>10+2</b> |       |  |
| <b>Объем дисциплины</b>   |           |   | <b>102</b>  |       |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению программы дисциплины

**Кабинет** «Теории и истории физического воспитания и спорта», оснащенный

- оборудованием:

- посадочные места студентов;
- рабочее место преподавателя;
- рабочая доска;
- наглядные пособия (учебники, карточки, раздаточный материал).

- техническими средствами обучения: (перечисляются технические средства, необходимые для реализации программы)

- мультимедийный проектор;
- проекционный экран;
- ноутбук преподавателя
- колонки.

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе.

##### 3.2.1. Основные печатные издания

3.2.1.1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.

3.2.1.2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с.

3.2.1.3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с.

3.2.1.4. 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.

3.2.1.5. 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.

3.2.1.6. 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.

##### 3.2.2. Основные электронные издания

3.2.2.1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. — (Профессиональное образование). <https://urait.ru/bcode/507957> (дата обращения: 10.03.2025).

3.2.2.2. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебное пособие для среднего профессионального

образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514806> (дата обращения: 12.03.2025).

### **3.2.3. Дополнительные источники**

3.2.3.1. 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. — 520 с.

### **3.2.4. Перечень ресурсов и информационных справочных систем информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

3.2.4.1. Библиотека физической культуры и спорта [https://vniifk.ru/library\\_of\\_physical\\_culturesports/](https://vniifk.ru/library_of_physical_culturesports/) (дата обращения: 18.03.2025).

3.2.4.2. Учебно-методический кабинет <https://ped-kopilka.ru/> (дата обращения: 18.03.2025).

3.2.4.3. Факультет физической культуры и спорта Университет Лобачевского <https://fks.unn.ru/biblioteka-3/> (дата обращения: 18.03.2025).

3.2.4.4. Федеральный центр информационно-методического обеспечения физического воспитания <https://xn--b1atfbladk.xn--p1ai/> (дата обращения: 18.03.2025).

3.2.4.5. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/> (дата обращения: 18.03.2025).

3.2.4.6. Цифровая трансформация в сфере физической культуры и спорта <https://minsport.gov.ru/activity/digital-transformation/> (дата обращения 18.03.2025).

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

##### 4.1. Планируемые результаты освоения дисциплины

| Результаты обучения  | Критерии оценки   | Методы оценки   |
|--|---|---|
| <i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>   |   |   |
| Знать основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта                                  | определяет основные понятия теории физической культуры и спорта;<br>устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта   | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в первобытнообщинном и рабовладельческом строе                         | определяет основные понятия теории физической культуры и спорта;<br>устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в первобытнообщинном и рабовладельческом строе | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в странах Древнего Востока, Древней Греции и Древнего Рима             | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в странах Древнего Востока, Древней Греции и Древнего Рима   | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в средневековой Европе, странах Азии, Америки, Африки и в Древней Руси | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в средневековой Европе, странах Азии, Америки, Африки и в Древней Руси   | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основные педагогические идеи физического воспитания в эпоху Возрождения                                    | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;  | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при  |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | описывает историю становления и развития физической культуры в эпоху Возрождения  | проведении текущего контроля, промежуточной аттестации  |
| Знать зарождение государственных форм физической культуры в России в первый и второй периоды Нового времени    | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в первый и второй периоды Нового времени                             | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в СССР в годы Великой Отечественной войны                            | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в годы Великой Отечественной войны                                   | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в зарубежных странах после второй мировой войны                      | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в зарубежных странах после второй мировой войны                      | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры и спорта в СССР после Великой Отечественной войны                             | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в СССР после Великой Отечественной войны                             | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать основы физической культуры   | устанавливает взаимосвязь   | оценка результатов  |

|  |   |   |
|--|---|---|
| культуры и спорта в Российской Федерации в настоящее время                                     | между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю становления и развития физической культуры в Российской Федерации в настоящее время   | выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации                    |
| Знать историю современного олимпийского движения   | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю современного олимпийского движения                          | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Знать зарождение современных Олимпийских игр и паралимпийских игр                              | устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;<br>описывает историю зарождения современных Олимпийских игр и паралимпийских игр | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>                                       |   |   |
| Уметь определять профессиональные цели и задачи и находить способы их решения                  | Применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности   | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Уметь использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности | Применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала  | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |
| Уметь правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта               | Применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала  | оценка результатов выполнения практических заданий, тестирование, оценка заданий при проведении текущего контроля, промежуточной аттестации |