

Государственное областное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Усманский многопрофильный колледж»

Утверждаю:  
директор ГОБПОУ  
«Усманский многопрофильный колледж»

\_\_\_\_\_ А.В.Небогин

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018г.

Рабочая программа учебной дисциплины  
**ОП.10 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Уровень подготовки- углубленный

2018г.

Рабочая программа учебной дисциплины Теория и история физической культуры разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Организация- разработчик: Государственное областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Усманский многопрофильный колледж»

Разработчик Сукочева В.Н. преподаватель высшей квалификационной категории

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметно- цикловой комиссии физического воспитания

Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

Председатель предметно- цикловой комиссии \_\_\_\_\_ Фролова Л.В.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№</b>	<b>наименование разделов</b>	<b>стр.</b>
1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 10 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

## 1.1 Область применения примерной программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина относится к профессиональному учебному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

Дисциплина является практико-ориентированной. В ходе освоения данной учебной дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими ряд способностей, а также профессиональными компетенциями, соответствующими основным видам профессиональной деятельности. Компетентности, сформированные в результате освоения программы, необходимы при изучении профессиональных модулей. Темы, входящие в программу, могут осваиваться в составе МДК для совершенствования практических навыков и дальнейшего формирования общих и профессиональных компетентностей.

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

В результате освоения учебной 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 обучающихся, 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;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

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, формы организации физического воспитания в организациях 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, учащихся, подростков, и обучающихся в образовательных организациях;

особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, 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.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 96 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 64 часа;  
 самостоятельной работы обучающегося 32 часа.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	96
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
в том числе:	
Лекции	64
практические занятия	-
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	32
в том числе:	
выполнение практико- ориентированных заданий: составить схему Летних Олимпийских игр по годам составить схему Зимних Олимпийских игр по годам	
<b>внеаудиторная самостоятельная работа:</b>	
подготовить презентацию по темам «Физическая культура в средние века», «Физическая культура в России с древнейших времён до второй половины 19 века», «Физическая культура и спорт в Российской Федерации» подготовить рефераты и сообщения «Идеология боевых искусств» Самостоятельное изучение и конспектирование лекций по учебной литературе: Физическая культура и спорт в первобытном и рабовладельческом обществе; Физическая культура в средние века; Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока; Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 века до настоящего времени; Физическая культура в России с древнейших времён до второй половины 19 века; Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Систематическая проработка конспектного материала Подготовка к практическим занятиям	
Промежуточная аттестация в форме	Экзамен



## 2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 10 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	
<b>Тема 1. Физическая культура и спорт в первобытном и рабовладельческом обществе</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	2	
	1	Исторические условия и особенности становления и развития ф.к. в рабовладельческом обществе, отличие её от первобытного строя.			
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	-		
		Контрольная работа:	-		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1)Изучить дополнительную литературу по вопросам, «Особенности ф.к. в странах Древнего Востока» и « Высказывание Древнеримских мыслителей о ф.к»		4		
<b>Тема 2. Физическая культура в средние века.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6	3	
	1	Особенности физического воспитания в различных регионах мира.	2		
	2	Физическая культура на этапе развитого средневековья.	1		
	3	Рыцарская система воспитания феодалов.	2		
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	-		
		Контрольные задания : Тестирование по теме «Рыцарская система воспитания феодалов»		1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовить сообщения на тему «Гуманистические идеи В. Фельтре. Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Кампанеллы, И. Меркуриалиса, А. Везалия, У. Гарвея и др. в развитии физического воспитания».		4	
<b>Тема 3.Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4		
	1	Восточные системы физической культуры как часть общей культуры и образа жизни с философской и морально-этической базой	2		
	2	Значение йоги для решения оздоровительных задач физического воспитания на современном этапе	2		
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	-		
		Контрольные задания			
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Изучить литературу и подготовить рефераты «Идеология боевых искусств»		2	
<b>Тема 4.Зарубежные системы физической</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4		
	1	Гимнастическое и спортивно-игровое направления - основная характерная черта	2		

культуры и спорта в период с 18 века до настоящего времени		развития физического воспитания в конце XVIII - начале XX в		
	2	Влияние национально-буржуазных гимнастических и спортивноигровых систем на современную физическую культуру.	2	
		Лабораторные работы -	-	
		Практические занятия -	-	
		Контрольные работы:		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1)Сравнить региональные особенности развития физического воспитания в странах зарубежья. 2) Профессионально-прикладная физическая подготовка - возникновение, содержание, особенности, значение	2	
Тема 5. Физическая культура в России с древнейших времён до второй половины 19 века		<b>Содержание учебного материала</b>	6	3
	1	Общая направленность воспитания детей в VI-IX вв	2	
	2	Игрища - основная форма занятий физическими упражнениями славян.	2	
	3	Древнеславянские летописи X I-XIII вв. - источники познания физического воспитания древней Руси.	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические занятия	-	
		Контрольные работы		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1)Изучить специальную литературу по вопросу развития теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами, полководцами XVIII в.	2	
Тема 6. Создание и развитие в России системы физкультурного образования		<b>Содержание учебного материала</b>	8	3
	1	Развитие естественнонаучных основ физического воспитания в трудах русских физиологов И.М. Сеченова	2	
	2	Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К.Д. Ушинского	2	
	3	П.Ф. Лесгафт - его вклад в разработку отечественной системы физического образования (воспитания)	2	
	4	Основные компоненты системы. П.Ф. Лесгафт	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические занятия	-	
		Контрольные работы:		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1) Сравнительная характеристика содержания физкультурного образования в разработках отечественных научно-педагогических деятелей Е.М. Дементьева. 2) Сравнительная характеристика содержания физкультурного образования в разработках И.Е. Введенского, И.П. Павлова. 3) Сравнительная характеристика содержания физкультурного образования в разработках отечественных научно-педагогических деятелей Е.А. Покровского	4	
	Тема 7.Становление и	<b>Содержание учебного материала</b>	10	2



<b>развитие советской системы физического воспитания и спорта</b>	1	Становление организационно-управленческих основ советской системы физического воспитания в 20 - 30-е	2	
	2	Особенности взглядов официальной педагогики в 30 - 50 гг. - как отражение идеологии тоталитарного режима	2	
	3	Особенности взглядов официальной педагогики в 30 - 50 гг. - как отражение идеологии тоталитарного режима	2	
	4	Создание после Великой Отечественной войны факультетов физического воспитания при педагогических вузах	2	
	5	Развитие научно-методических основ советской системы физического воспитания, подготовка научно-педагогических кадров.	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические занятия	-	
		Контрольные работы:		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Развитие научно-методических основ советской системы физического воспитания, подготовка научно-педагогических кадров	3	2
<b>Тема 8. Обновление и развитие физической культуры в общеобразовательной школе</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		8	
	1	Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1918 - 1930 гг.).	2	
	2	Школьная физическая культура в период 1950 - 1980 гг.	2	
	3	Школьная физическая культура в Российской Федерации.	2	
	4	Комплекс ГТО - программная и нормативная основа физического воспитания в школе.	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические занятия	-	
		Контрольные работы:		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1) Знакомство с авторскими программами по «Физической культуре»	4	
<b>Тема 9. Физическая культура и спорт в Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		8	
	1	Становление педагогических и естественно –научных основ отечественной физической культуры	2	
	2	Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений.	2	
	3	Разработка физкультурно-оздоровительных образовательных проектов по массовой физической культуре населения России ("СпАрт	2	
	4	Физическое воспитание в образовательных учреждениях	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические занятия	-	
		Контрольные работы:		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовить презентацию на тему: «Новые	5	

	проекты в области физической культуры и спорта»			
<b>Тема 10. Международное Олимпийское движение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>	<b>3</b>
	1	Прогрессивная роль П. Кубертена в МОД	2	
	2	Краткая хронология летних олимпийских игр и участие в них советских и российских спортсменов (1908 - 2008). Допинг контроль в спорте.	2	
	3	Краткая хронология зимних олимпийских игр и участие в них советских и российских спортсменов (1956 - 2006).	2	
	4	Олимпийские игры 2014 года. в Сочи	2	
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		-	
	Контрольные работы:			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1) Подготовить доклад и презентацию на тему: «Олимпийские игры в Сочи 2014.» 2) Подготовить опережающее сообщение о допинге, его влиянии на организм спортсмена		<b>2</b>	
	<b>ВСЕГО</b>		<b>96</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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Теории и истории физической культуры».

*Оборудование учебного кабинета:*

УМК учебной дисциплины (учебники, методические рекомендации по организации и проведению практических занятий, самостоятельной работы студентов, учебно-наглядные пособия по дисциплине Теория и история физического воспитания)

*Технические средства обучения:*

экран, проектор, ноутбук, колонки.

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебник для студентов высших учеб. заведений физ. культуры,- М.:Изд.Центр «Академия», 2014.
2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта:Учебник М:КНОРУС 2015г.

Дополнительные источники:

1. Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: Методология, теория, практика: учеб. пособие: Допущено УМО / Под ред. И.И.Маликова, 3-е изд., стер., М.: Изд. центр «Академия», 2016.
2. Платонов В.П. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев: Олимпийская литература, 2018.
3. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры. - М.: «Физическая культура», 2007.
4. ЖелезнякА.Д., Минбулатов В.М. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2017.
5. Физическая культура: учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений / И.В. Решетников, Ю.Л.Кислицин, Р.Л. Палтиевич, Г.И.Погадаев. - 5-е изд., испр. И доп. - М.: Изд. Центр «Академия», 2014.

Интернет –ресурсы:

1. <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk>
2. <http://www.shkola-press.Ru>

Образовательная платформа ЭБС «Юрайт».

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

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, выполнения контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

**Промежуточная аттестация** освоения обучающимися учебной дисциплины осуществляется в форме **экзамена**.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Уметь:</b> 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 обучающихся, повышения интереса к физической культуре и спорту;	<i>Устный опрос</i> <i>Выполнение письменных домашних заданий</i>

<p>правильно использовать терминологию в области физической культуры;</p> <p>оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;</p> <p>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> <p><b>Знать:</b></p> <p>понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;</p> <p>историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;</p> <p>историю международного спортивного движения;</p> <p>современные концепции физического воспитания;</p> <p>средства формирования физической культуры человека;</p> <p>механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;</p> <p>мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;</p> <p>принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в организациях основного и дополнительного образования;</p> <p>дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;</p> <p>основы теории обучения двигательным действиям;</p> <p>теоретические основы развития физических качеств;</p> <p>особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков, и обучающихся в образовательных организациях;</p> <p>особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;</p> <p>сущность и функции спорта;</p> <p>основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;</p> <p>основы оздоровительной тренировки;</p> <p>проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях.</p>	<p><i>Тестирование</i></p> <p><i>Реферат</i></p> <p><i>Презентация</i></p> <p><i>Тестирование</i></p> <p><i>Реферат</i></p> <p><i>Устный доклад</i></p> <p><i>Презентация, доклад, устный опрос</i></p>
--	--