Негосударственное частное образовательное учреждение
высшего образования
«Армавирский лингвистический социальный институт»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.16 История физической культуры и спорта

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: очная, заочная

Подписан: Сакиева Фатима Нурдиновна
DN: C=RU, OU=Ректор, O=НЧОУ ВО АЛСИ, CN=Сакиева Фатима Нурдиновна, E=info@alsivuz.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: Краснодарский край, г. Армавир, ул. Кирова, 22-24
Дата: 2023.06.14 17:02:07+03'00'

Армавир, 2023

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121 по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры теории, истории и образовательной практики (протокол № 7 от 17 июня 2022 г.)

Заведующий кафедрой _____ Н.В.Семенова

Организация – разработчик: Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт»

Автор: Мацко А.И.

Для поступивших в 2022, 2021, 2020, 2019 году

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины 5

2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО**Ошибка! Закладка не определена.**

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине 6

4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости 10

5. Содержание дисциплины 11

5.1. Тематическое планирование по дисциплины 11

5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения 11

5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по очно-заочной форме обучения *Не предусмотрено учебным планом.* 13

5.1.3. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения13

5.2. Виды занятий и их содержание 15

5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий 15

5.2.2. Тематика и краткое содержание практических занятий .....**Ошибка! Закладка не определена.**

5.2.3 Тематика и краткое содержание лабораторных занятий 24

5.2.4 Примерная тематика курсовых работ* 24

5.2.5 Самостоятельная работа и контроль успеваемости 25

5.2.6. Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий 26

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине 28

6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля 28

6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации 45

6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций ... 45

6.3.1 Текущая аттестация 45

6.3.2. Промежуточная аттестация 63
6.3.2.2. Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет) 63
6.3.2.3. Промежуточная аттестация (экзамен) 69
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины 69
8 Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины 70
8.1 Общесистемные требования 70
8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины 70
9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ 72

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Цель дисциплины - изучение причин и механизмов генезиса физической культуры и спорта, закономерностей и специфических принципов их развития и диалектической связи с другими разновидностями культуры

Задачи:

- формирование научного мировоззрения;

- исторического самосознания и критического мышления;

- изучить историю отечественных систем физического воспитания и спорта;

- изучить историю международного спортивного движения;

- воспитывать у студентов чувства патриотизма, гуманизма, принятия и правильного

понимания многообразия культур;

- расширять общий профессиональный кругозор будущих работников физической культуры и спорта, формировать у них мотивы в общественной значимости выбранной специальности.

2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы определяется учебным планом.

Дисциплина «История физической культуры и спорта» в учебном плане относится к обязательной части Блока 1.

Для освоения дисциплины, обучающиеся используют знания, умения и навыки, сформированные в общеобразовательной школе.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	***УК-7.1*** *Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.* ***УК-7.2*** *Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних*	***Знать:*** *ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебно-*

		и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	*тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья;* ***Уметь:*** *планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в*

			процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни. ***Владеть:*** *принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами*

			организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.

4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

Семестр	**Трудоемкость**		**Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам**				**СРС**		**Форма промежуточной аттестации**
	ЗЕ	часов	Лекции, *часов*	Практические занятия, *часов*	Лабораторные занятия, *часов*	Иные виды, *часов*	В период теоретического обучения, *часов*	В период сессии (контроль), *часов*	
Очная форма обучения									
1	*3*	*108*	*18*	*36*			*54*		*Зачет*
Заочная форма обучения									
3	*3*	*108*	*4*	*8*			*92*	*4*	*Зачет*

Примечания:

** 2 ч - итоговое занятие (коллективная контактная работа) по подведению итогов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета или зачета с оценкой;*

*** 3 ч - контактная работа при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена, из них:*

2 ч - консультация перед экзаменом для потока учебных групп (коллективная контактная работа);

0,7 ч - организационные процедуры при проведении экзамена для учебной группы - инструктирование по порядку проведения экзамена, сообщения критериев и шкал оценивания, подведения итогов (коллективная контактная работа);

0,3 ч - устный ответ студента/ собеседование с преподавателем по итогам письменного экзамена или компьютерного тестирования (указывается нужное для соответствующей формы проведения экзамена).

5. Содержание дисциплины

5.1 Тематическое планирование дисциплины

5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения

№ п/п	**Разделы курса, темы**	**Общая трудоем-кость*, *часов***	**Из них аудиторной контактной работы** (для прове-	**Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане *часов***			**СРС**, *часов***	**Текущий контроль**
				лекци	практ	лабор		

			дения учеб-ных занятий лекционного и семи-нарского типа) ***часов***	и	иче-ские	а-торные		
1	Введение в историю физической культуры и спорта	18	8	2	6	–	10	
	Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.	21	10	4	6	–	11	Тест
2	Физическая культура в средние века.	23	12	4	8	–	11	
3	Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательн	23	12	4	8	–	11	

	ой школе.							
4	Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе	23	12	4	8	–	11	
	Итого:	**108**	**54**	**18**	**36**	**-**	**54**	

5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по очно-заочной форме обучения

Не предусмотрено учебным планом.

5.1.3. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения

№ п/п	**Разделы курса, темы**	**Общая трудоем-кость*, *часов***	**Из них аудиторной контактной работы** (для прове-дения учеб-ных занятий лекцио	**Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане *часов***			**СРС**, *часов***	**Текущий контроль**
				лекции	практиче-ские	лабора-торные		

			нного и семи-нарского типа) ***часов***					
1	Введение в историю физической культуры и спорта	20	2	1	1	–	18	
2	Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе	20	2	1	1	–	18	
3	Физическая культура в средние века.	21	3	1	2	–	18	
4	Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени	21	3	1	2	–	18	Контрольная работа
5	Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательн	18	2		2	–	16	Тест

	ой школе							
	Контроль:	4	–	–	–	–		
	Итого:	**108**	**12**	**4**	**8**	**-**	**92**	

** указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;*

*** указывается без учета времени, отведенного на подготовку к проведению мероприятий промежуточной аттестации в период экзаменационных сессий по очной форме обучения и учебно-экзаменационных сессий по заочной форме*

5.2. Виды занятий и их содержание

5.2.1 Тематика и краткое содержание лекционных занятий

1 семестр

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.

Тема: Введение в историю физической культуры и спорта

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Предмет и задачи курса. История физической культуры и спорта. Составные части предмета истории физической культуры и спорта историография и источниковедение.
2) Использование историей физической культуры и спорта данных гражданской и военной истории, этнографии и археологии, истории педагогики и медицины, истории культуры. Методы и источники изучения истории ФКиС. Понятия и классификация исторических источников.
3) Место физической культуры и спорта, Олимпийских Игр в развитии мировой цивилизации. История физической культуры и спорта как фактор формирования научного мировоззрения и

всесторонней подготовки специалистов по физической культуре и спорту.

4) Обзор отечественной и зарубежной историографии, истории физической культуры и спорта.
5) Методология и источники физической культуры и спорта, становление и развитие ее как учебной и научной дисциплины

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 2.

Тема: Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности, исторические этапы её развития, истоки зарождения.
2) Расцвет физической культуры в Древней Греции.
3) Теории происхождения физической культуры: трудовая, культовая, биологическая
4) Возникновение и первоначальное развитие физических упражнений и игр в первобытном обществе.
5) Субъективные и объективные факторы возникновения физического воспитания. Физическое воспитание в родовом обществе различных народов мира.
6) Особенности развития физической культуры в государствах древнего Востока.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 3.

Тема: Физическая культура в средние века

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Особенности развития физической культуры и спорта в феодальном обществе Европы.

2) Физические упражнения, игры в быту, трудовой и военной подготовки народных масс.
3) Появление рыцарской системы физического воспитания в странах Европы, ее направленность, организация, проведение.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 4.

Тема: Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Прогрессивная роль буржуазии в развитии физической культуры в Западной Европе середины XYIII века.
2) Возникновение и развитие гимнастических и спортивно-игровых систем в Германии, Швеции, Франции, Чехии, Англии. Их значение длядальнейшегоразвития организационно-методических основ гимнастики, спорта и игр.
3) Повышение интереса государств к развитию гимнастики, спорта и игр. Развитие рабочего спорта.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 5.

Тема: Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе.
2) Комплекс ГТО программная и нормативная основа физического воспитания в школе.
3) Процесс дифференциации содержания школьных программ в РФ

5.2.2 Тематика практических занятий

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.

Тема: Введение в историю физической культуры и спорта

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

6) Предмет и задачи курса. История физической культуры и спорта. Составные части предмета истории физической культуры и спорта историография и источниковедение.
7) Использование историей физической культуры и спорта данных гражданской и военной истории, этнографии и археологии, истории педагогики и медицины, истории культуры. Методы и источники изучения истории ФКиС. Понятия и классификация исторических источников.
8) Место физической культуры и спорта, Олимпийских Игр в развитии мировой цивилизации. История физической культуры и спорта как фактор формирования научного мировоззрения и всесторонней подготовки специалистов по физической культуре и спорту.
9) Обзор отечественной и зарубежной историографии, истории физической культуры и спорта.
10) Методология и источники физической культуры и спорта, становление и развитие ее как учебной и научной дисциплины

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2.

Тема: Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

7) Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности, исторические этапы её развития, истоки зарождения.
8) Расцвет физической культуры в Древней Греции.
9) Теории происхождения физической культуры: трудовая, культовая, биологическая

10) Возникновение и первоначальное развитие физических упражнений и игр в первобытном обществе.
11) Субъективные и объективные факторы возникновения физического воспитания. Физическое воспитание в родовом обществе различных народов мира.
12) Особенности развития физической культуры в государствах древнего Востока.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3.

Тема: Физическая культура в средние века

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

4) Особенности развития физической культуры и спорта в феодальном обществе Европы.
5) Физические упражнения, игры в быту, трудовой и военной подготовки народных масс.
6) Появление рыцарской системы физического воспитания в странах Европы, ее направленность, организация, проведение.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4.

Тема: Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

4) Прогрессивная роль буржуазии в развитии физической культуры в Западной Европе середины XYIII века.
5) Возникновение и развитие гимнастических и спортивно-игровых систем в Германии, Швеции, Франции, Чехии, Англии. Их значение длядальнейшегоразвития организационно-методических основ гимнастики, спорта и игр.
6) Повышение интереса государств к развитию гимнастики, спорта и игр. Развитие рабочего спорта.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5.

Тема: Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

4) Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе.
5) Комплекс ГТО программная и нормативная основа физического воспитания в школе.
6) Процесс дифференциации содержания школьных программ в РФ

5.2.3.Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Не предусмотрены учебным планом

5.2.4. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрены учебным планом

5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(очная форма обучения)*:

семестр 1

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	8
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	8
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	12
Подготовка к текущему контролю	14

Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	8
Подготовка к промежуточной аттестации	4
ИТОГО СРО:	**54**

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(заочная форма обучения)*:

3 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	11
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	6
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	18
Подготовка к текущему контролю	25
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	7
Подготовка к промежуточной аттестации	25
ИТОГО СРО:	**92**

5.2.6. Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с

традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разбора кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Ниже приводятся методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1. Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания. Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5...10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения и др.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2. Публичная презентация проекта

Презентация - самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре "один на один", так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающееся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме (ситуации), друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля

Текущий контроль знаний студентов осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

тест

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

1(3) семестр

Примерный тест для оценки сформированности компетенции:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Вариант № 1

Указание: в каждом задании выберите один ответ.

1.Какой нормативный документ содержит разрядные требования и нормы?

1) единая всероссийская спортивная классификация

2) единая всесоюзная спортивная классификация

3) физкультура и здоровье

2. Как назывался стадион в Греции, где проводились 1 Олимпийские Игры современности?

1) Беломраморный

2) Белокаменный

3) Эрехтейон

3.Вследствии какой деятельности человека возникли физические упражнения?

1) игровой

2) магических ритуалов

24

3) трудовой

4. В честь какого героя Древней Греции была введена марафонская дистанция в программу

Олимпийских игр?

1) Митридат

2) Филипид

3) Эномай

5. Что сыграло главную роль в создании феодальных форм физической культуры?

1) мировые религии

2) политика государства

3) мнение общественности

6.Каким образом можно было получить статус «Рыцаря»?

1) в подарок

2) по наследству

3) при внесении определенной суммы в казну государства

7. Для повышения уровня развития физической культуры и спорта в стране необходимо: 1) активная деятельность директора спортивной школы

2) повышение уровня энтузиазма людей

3)единая государственная политика

8.Назовите автора «Оды спорту»?

1) Диметриус Виккелас

2) Пьер де Кубертен

3) Мишель Бреаль

9. Назовите массовую народную форму физического воспитания на Руси?

1) кулачные бои

2) фехтование на шпагах

3) гимнастические упражнения

10. Назовите создателя отечественной системы физического образования в России?

1) П.Ф. Лесгафт

2) И.Я Гердт

3) В.В. Гориневский

6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации *1(3) семестр*

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются вопросы к зачету.

Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации (зачета):

1. Предмет, задачи истории физической культуры. Источники, используемые при изучении истории физической культуры.

2. Физическая культура в первобытном обществе. Теории возникновения физической культуры.

3. Особенности развития физической культуры в рабовладельческом обществе. Физическая культура в странах Древнего Востока: Вавилоне, Египте, Индии, Китае, Персии.

4. Особенности спартанской и афинской систем физического воспитания рабовладельцев в классический период. Содержание греческой гимнастики и агонистики.

5. Олимпийские игры античного мира. Упадок физического воспитания в Древней Греции и запрещение Олимпийских игр. Значение исторического опыта древнегреческих Олимпийских игр.

6. Особенности развития физической культуры в Древнем Риме. Физическая подготовка гладиаторов.

7. Особенности развития физической культуры в средние века. Физическое воспитание светских феодалов (рыцарей), рыцарские турниры.

8. Физические упражнения и игры в быту, трудовой и военной подготовке народа в средние века. Причины упадка феодальной системы физического воспитания.

9. Рост буржуазии и зарождение физической культуры и спортивных состязаний буржуазного общества.

10. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения (Витторино де Фельтре, Иеронима Меркуриалиса, Франсуа Рабле).

11. Взгляды Т. Мора и Т. Кампанеллы, Я.-А. Коменского на физическое воспитание.

12.Особенности развитие физической культуры в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII -XVIII веков.

13. Развитие теоретических основ физического воспитания в педагогических сочинениях, Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо и И. Песталоцци.

14. Место физического воспитания в новых школьных системах (филантропинах). Деятельность Г. Фита, И. Гутс-Мутса.

15. Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века в Германии, Швеции, Франции.

16. Немецкая система гимнастики.

17. Шведская гимнастическая система.

18. Французская гимнастическая система.

19. Развитие спортивно-игровой системы в Англии и США. Деятельность Т. Арнольда.

20. Сокольское движение, сокольская гимнастика. Деятельность М. Тырша.

21. Гимнастика Ж. Демени.

22. Естественный метод Ж. Эбера.

23. Основная гимнастика Н. Бука.

24. Особенности развития физической культуры и спорта во второй период Нового времени Системы физического воспитания (Ф. Дельсарт, А. Дункан, Э. Далькроз, Э. Бъеркстен).

25. Особенности развития физической культуры и спорта в Новейшее время.

26. Физическая культура в зарубежных странах в период между Первой и Второй мировыми войнами.

27. Развитие физической культуры в зарубежных странах после Второй мировой войны.

28. Зарождение физической культуры у народов, проживавших на территории России.

29. Военно-физическое воспитание господствующих классов России с древнейших времен до XVIII века.

30. Вопросы физического воспитания в медицинской и педагогической литературе эпохи феодализма в России.

31. Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта в России.

32. Введение физического воспитания в учебные заведения России с XVIII века до первой половины XIX века.

33. Физическое воспитание в быту народов нашей страны с XVIII века до первой половины XIX века.

34. Развитие педагогической и естественнонаучной мысли в области физического воспитания в трудах М.В. Ломоносова, А.П. Протасова, В.Н. Татищева, И.И Бецкого, АН. Радищева, В.Г. Белинского.

35. Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания в трудах Н.Г. Чернышевского, Н.А. Добролюбова, К.Д. Ушинского, Д.И. Писарева.

36. Значение трудов Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова Е.А., Покровского для научного обоснования основ физического воспитания.

37. Научно-педагогическая деятельность П.Ф. Лесгафта и его система физического образования.

38. Физическое воспитание в учебных заведениях России со второй половины XIX в. до XX в.

39. Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Российские Олимпиады. «Канцелярия главного наблюдающего за физическим развитием народонаселения Российской империи».

40. Становление и развитие физической культуры и спорта в СССР.

41. Физическое воспитание в начальной, средней и высшей школах с 1917 по 1941 г. Введение комплекса ГТО.

42. Спортивно-массовая работа с населением с 1917 года до начала Второй мировой войны.

43. Перестройка советского физкультурного движения на военный лад в годы Великой Отечественной войны. Физическое воспитание учащейся молодежи в военные годы.

44. Организация и проведение физкультурной работы в СССР в послевоенные годы.

45. Спартакиады народов СССР и их значение для восстановления и развития физического движения в послевоенные годы.

46. Международные спортивные связи СССР в послевоенный период.

47. Физическая культура и спорт в СССР с 1960 по 1980 г.

48. Комплекс ГТО (1972) и его роль в развитии физкультурного движения.

49. Физкультурное движение в период перестройки.

50. Анализ выступлений советских спортсменов на летних Олимпийских играх 1961 -2010 гг.

51. Анализ выступлений советских спортсменов на зимних Олимпийских играх и других крупных международных соревнованиях 1961-2010 гг.

52. Современное состояние и проблемы дальнейшего развития физической культуры и спорта (1990 - 2010 гг.).

53. Законодательная основа развития физической культуры и спорта в России на современном этапе.

54. Олимпийское движение нового времени.

55. Развитие спортивной науки.

56. Олимпийцы Кубани.

6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

6.3.1 Текущая аттестация

Шкала оценки теста на примере освоения компетенций

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Оценка	**Характеристика сформированности компетенций**
5 «отлично»	**Знает:** ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья; **Умеет:** планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль

	состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни. **Владеет:** принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.
4 «хорошо»	**Знает:** ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы

	формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья; **Умеет:** не в полной мере планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни. **Владеет:** принципами, методами и средствами организации занятий

	физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.
3 «удовлетворительно»	**Знает:** ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья; **Умеет:** не в полной мере

	планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни. **Владеет:** не в полной мере принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической

	культурой.
2 «неудовлетворительно»	**Не знает:** ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья; **Не умеет:** планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической

	культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни. **Не владеет:** принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.

6.3.2 Промежуточная аттестация

6.3.2.2 Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)

Не предусмотрено учебным планом

6.3.2.3 Промежуточная аттестация (зачет)

Оценка	**Характеристика сформированности компетенций**
Зачтено	**Знает:** ценности, функции физической культуры и спорта;

	роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья; **Умеет:** планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и

	психических качеств личности и организации здорового образа жизни. **Владеет:** принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.
Не зачтено	**Не знает:** ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования и совершенствования физических качеств, а также уровня физической подготовленности; принципы и основы методики

	проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; методы сохранения и укрепления здоровья; **Не умеет:** планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организации здорового образа жизни. **Не владеет:** принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической

	культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная
Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. - Москва : Альтаир-МГАВТ, 2019. - 129 с. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1057281
Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1896982
Дополнительная
Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 243 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1070927. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1945375
Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 201 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/textbook_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-16-019217-8. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2098104

8 Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины

8.1 Общесистемные требования

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием	Срок действия
	Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек.	

Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ

8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

Современные профессиональные базы данных

1) Федеральный портал «Российское образование»/ http://www.edu.ru

2) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) http://xn--90ax2c.xn--p1ai/

3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru

4) Базы данных издательства Springer https://link.springer.com/

5) Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier https:// www.sciencedirect.com/

6) Базы данных Scopus издательства Elsevier https://www.scopus.com/search/ form.uri?display=basic

Информационные справочные системы

1) Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.

2) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - http://eor.edu.ru/

3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru.

4) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - http://window.edu.ru.

5) Российская государственная библиотека. http://www.rsl.ru

6) Государственная публичная историческая библиотека. http://www.shpl.ru

7) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф)

9. Методические указания для самостоятельной работы обучающихся по освоению дисциплины

В процессе изучения учебной дисциплины следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины. Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые

необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).

2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.

3. Посещать теоретические (лекционные) и практические занятия.

4. При подготовке к практическим занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.

Составление схем, сравнительных и тезисных таблиц

Данный вид самостоятельной работы определяется как частично-поисковый, т.е. часть материала по созданию схем определяется преподавателем, а другая часть материала подбирается самим обучающимся. Обучающийся, применяя рекомендации, рассматривает выявленный научно-практический и учебный материал с позиции анализа для формирования определенной схемы или таблицы. Кроме этого, данный метод является репродуктивным способствующим формированию монологического высказывания студента определяющего основные моменты, принципы и способы, послужившие основанием для формирования схемы или таблицы, а в дальнейшем для её представления или защиты.

Самостоятельно и индивидуально каждый из студентов выявляет на основе анализа теоретического материала необходимые и достаточные для заполнения сравнительной таблицы сведения. Педагогическая ценность подобной работы студентов заключается в обеспечении развития мышления, самостоятельности и активности студента, при максимальной индивидуализации задания, с учетом психофизиологических особенностей студентов. Работа каждого из студентов оценивается преподавателем с позиции логического и образного мышления.

Для самостоятельной работы используется также другой вид СРС – создание таблиц на основе сравнительного анализа, когда студент для

осуществления самостоятельной работы имеет только объекты сравнения, а выявление сходства и различия определяется им самим. Используя литературу, рекомендованную преподавателем, студент выявляет характерные признаки, черты или виды, дающие возможность рассмотреть объекты как схожие с одной стороны, и различные, с другой.

Используется в качестве выполнения самостоятельной работы и заполнение тезисных таблиц. Тезисные таблицы предпочтительны по той причине, что они не только дают впоследствии возможность восстановить содержание и главные моменты изучаемого учебного материала, выделить в нем главное, но также обеспечивают возможность определения их взаимосвязи друг с другом, или сравнения. При этом главные моменты усваиваются намного быстрее, нежели в конспектах. Кроме того, при желании эти главные моменты могут быть поставлены в виде ключевых вопросов для развёрнутого ответа на них своими словами. Наконец, тезисная таблица – самая простая в составлении, что немаловажно в условиях дефицита времени для полных записей студентами.

Заполнение пропусков в схемах, или самостоятельное составление схем также являются одним из видов самостоятельных работ студентов. Эти виды самостоятельных работ можно также определять как частично-исследовательские, способствующие развитию самостоятельного мышления студента и возможности применения творческой инициативы при анализе теоретического материала лекции, семинара. Приветствуется использование студентами возможностей цветовой графики в таблице, схеме. Это способствует лучшему запоминанию, воспроизведению, анализу, творческому толкованию самостоятельно изученного материала.

Завершение выполнения таких видов самостоятельной работы студента – отчет, оформленная схема, заполненная таблица, рассматривается преподавателем как контроль полученных им знаний. Для получения оценки преподавателем определяются соответствующие критерии:

- выполнение работы на уровне распознавания – знакомство: низкое

качество;

- выполнение работы на уровне запоминания (чтение, пересказ, воспроизведение изученного материала через схему, таблицу, но в полной мере не может воспользоваться результатами своей работы): удовлетворительное качество;

- выполнение работы на уровне понимания, т.е. студент, используя краткую запись в схеме или таблице способен осуществить процесс нахождения существенных признаков, связи исследуемых объектов, выделение из всей массы несущественного и случайного, установления сходства и различий - в конечном итоге сопоставление полученной информации с имеющимися знаниями: хорошее качество;

- использование полученных знаний при выполнении иных заданий по теме, решение типовых практических задач или тестов, творческое применение полученных знаний: отличное качество.