

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЮЖНО-САХАЛИНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЮСПК СахГУ



Е.В. Казанцева

2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта

49.02.01 Физическая культура

(углубленный уровень среднего профессионального образования)

Квалификация

Педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения

Очная

Южно-Сахалинск

2016

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта разработана на основе требований ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 № 976 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура» (зарегистрировано в Минюсте России 25.08.2014 № 33826), предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины

Разработчик:

Пронкина С.А., к.п.н., преподаватель

Рассмотрена и рекомендована на заседании ПЦК – естественно-научных дисциплин
Протокол № 1 от 20 сентября 2016 г.

Зав. ПЦК



И.В. Лобашова

Утверждена научно-методическим советом ЮСПК СахГУ
Протокол № 59 от 27 сентября 2016 г.

Председатель НМС



А.А. Крылова

Оглавление

I. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.....	4
1.1. Область применения программы	4
1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.....	4
1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы	5
2.2. Тематический план и содержание дисциплины	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	21
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	21
3.2. Информационное обеспечение обучения.....	21
Основные источники:.....	21
Дополнительные источники:	21
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	22

I. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

1.1. Область применения программы

Программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура»

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

П.00 Профессиональный учебный цикл,
ОП.00 Общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения 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 детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, 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 и спортивной и оздоровительной тренировки;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

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

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;
- современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;

- основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом;
- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом;
- мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития;
- понятие "здоровый образ жизни" и основы его формирования средствами физической культуры;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- структуру и основы построения процесса спортивной подготовки;
- основы теории соревновательной деятельности;
- основы спортивной ориентации и спортивного отбора.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	171
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	114
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	57
контрольные работы	-
курсовая работа	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	57
Итоговая аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАН			
Тема 1.1 Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе	Содержание учебного материала		
	1	Физическая культура в Древней Греции	1
	2	Физическая культура в Спарте	
	3	Физическая культура в Афинах	
	4	Античная гимнастика	
	5	Педагогические идеи и естественно-научные вопросы физического воспитания в Древней Греции	
	6	Физическая культура в Древнем Риме	
	Лабораторные работы		-
	Практические занятия		2
	Контрольные работы		-
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка сообщений о физической культуре в первобытном и рабовладельческом обществе		1
	Содержание учебного материала		
	1	Физическая культура в ранний период феодализма	1
	2	Физическая культура к началу этапа развитого феодализма в Западной Европе	
3	Физическая культура в период Возрождения		
Лабораторные работы		-	
Практические занятия		1	
Контрольные работы		-	
Самостоятельная работа обучающихся			
Подготовка сообщений (презентаций) о физической культуре в Средние века		1	
Содержание учебного материала			
Тема 1.3 Создание и развитие			3

систем физической культуры в странах Востока	1	Система йоги			2
	2	Система ушу			2
	3	Боевое искусство тхэквондо		1	2
	4	Приемы самозащиты и обезоруживания			2
Тема 1.4 Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени	Лабораторные работы			-	
	Практические занятия			2	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся: Работа с конспектом			1	
	Содержание учебного материала				
	1	Немецкое гимнастическое движение			2
	2	Шведское гимнастическое направление			2
	3	Сокольская система гимнастики		1	2
	4	Метод естественной гимнастики			2
	5	Бойскаутское движение			2
	6	Профессионально-прикладная физическая подготовка			2
	Лабораторные работы			-	
Тема 2.1. Физическая культура в России с древнейших времен до второй половины XIX в.	Практические занятия			2	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся:				
	Самостоятельное изучение дополнительных систем и движений			2	2
	Раздел 2. История физической культуры и спорта в России			12	
	Содержание учебного материала				
	1	Народные формы физического воспитания в дореволюционной России			2
	2	Развитие в России теории и практики государственных форм физического воспитания в XVII - второй половине XIX в		1	2
	Лабораторные работы			-	
	Практические занятия			2	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебниками			1	2
Тема 2.2. Создание и развитие в России системы физического	Содержание учебного материала				
	1	Становление педагогических и естественно-научных основ отечественной физической культуры		1	2

воспитания (образования) и современных видов спорта во второй половине XIX - начале XX в.	2	Создание в России системы физического воспитания (образования)		2
	3	Физическое воспитание в образовательных учреждениях и общественно-спортивных организациях		2
	4	Зарождение и развитие в России современных видов спорта		2
	5	Образование Российского олимпийского комитета		2
	6	Российские Олимпиады 1913 и 1914 годов		2
	Лабораторные работы		-	
Тема 2.3. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта	Практические занятия		2	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельное изучение результатов Российских Олимпиад 1913 и 1914 годов		2	2
	Содержание учебного материала			
	1	Организационно-управленческие основы физического воспитания, различные направления ее развития в 1920 - 1930-е годы		2
	2	Научно-методические основы советской системы физического воспитания		2
	3	Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР»- программная и нормативная основа советской системы физического воспитания		2
	4	Военно-физкультурная направленность в подготовке населения СССР в годы Великой Отечественной войны	1	2
	5	Развитие спортивной направленности в системе физического воспитания		2
	6	Организационные формы советской системы физического воспитания		2
Тема 2.4. Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе	7	Материально-техническое и финансовое обеспечение советской системы физического воспитания		2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		1	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщений по теме		1	2
	Содержание учебного материала			
	1	Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1917-1930-е годы)	1	2
	2	Школьные программы по физической культуре в предвоенные, военные и послевоенные (1940-е) годы		2

	3	Школьные программы по физической культуре в 19501980-е годы			2
	4	Программы школьной физической культуры Российской Федерации 1990-е годы			2
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	1		3
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебниками	1		2
Тема 2.5. Физическая культура и спорт в Российской Федерации	Содержание учебного материала				
	1	Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в Российской Федерации	1		2
	2	Развитие массовой и оздоровительной физической культуры населения Российской Федерации			2
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	1		3
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся: работа с конспектом	1		2
	Раздел 3 Международное спортивное движение		8		
	Содержание учебного материала				
	1	Международное спортивное движение по отдельным видам спорта	1		2
Тема 3.1 Международное спортивное движение по отдельным видам спорта		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	-		
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся	-		
	Содержание учебного материала				
	1	Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время			2
	2	Летние Олимпийские игры	1		2
	3	Зимние Олимпийские игры			2
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	1		3
Тема 3.2. Международное олимпийское движение		Контрольные работы	-		
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовить сообщения по Международному олимпийскому движению		1		2

Тема 3.3. Международное рабочее спортивное движение	Содержание учебного материала			
	1	Международное рабочее спортивное движение	1	2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		-	
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: Выполнить анализ современной информации (интернет ресурсы, научно-методических публикаций) о наличии противоречий в международном спортивном движении		2	2
Тема 3.4. Международное спортивное движение студентов	Содержание учебного материала			
	1	Международное студенческое спортивное движение		2
	2		1	2
	Международное спортивное движение в области массовой и оздоровительной физической культуры			
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		2	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
Тема 3.5. Проблемы международного спортивного движения	Содержание учебного материала			
	1	Проблемы международного спортивного движения	1	2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		-	
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
РАЗДЕЛ 4. ПОНЯТИЙНЫЙ АППАРАТ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА И ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ				
Тема 4.1. Исходные понятия	Содержание учебного материала		7	
	1	Физическое воспитание и система физического воспитания	2	2
	2	Физическое воспитание и физическое развитие, физическое совершенство		2
	3	Физическое воспитание и физическая культура		2
	4	Физическое воспитание и спорт		2
	Лабораторная работа		-	
	Практическая работа №1: «Сравнительный анализ исходных понятий теории физической культуры»		2	3

Тема 4.2. Предмет теории физического воспитания	Контрольные работы		-	-
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к практической работе		1	2
	Содержание учебного материала			
	1	Значение общей теории в системе научных знаний о физическом воспитании	2	2
	2	Теория физического воспитания как научная и учебная дисциплина		2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		1	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
	РАЗДЕЛ 5. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РОССИЙСКОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ		6	
Тема 5.1. О возникновении и развитии системы физического воспитания	Содержание учебного материала			
	1	Историческая обусловленность систем физического воспитания	2	2
	2	Предпосылки становления системы физического воспитания		2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		1	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой		1	2
	Содержание учебного материала			
	1	Идеологические основы	2	2
	2	Научные основы		2
Тема 5.2. Основы и определяющие черты системы физического воспитания	3	Программное содержание и нормативные основы		2
	4	Организационные основы и условия функционирования		2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		1	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой		1	2
	РАЗДЕЛ 6. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И НАИБОЛЕЕ ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ		3	
	Содержание учебного материала			
	1	Цель и задачи	1	2
	Тема 6.1. Цель и задачи			

		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	-		
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся: работа с конспектом	1	2	
		Содержание учебного материала			
Тема 6.2. Принципы как обобщенное выражение положений системы физического воспитания	1	Принцип всестороннего гармонического развития личности	1	2	
	2	Принцип связи физического воспитания с трудовой практикой		2	
	3	Принцип оздоровительной направленности физического воспитания		2	
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	1	3	
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся: работа с конспектом	1	2	
		РАЗДЕЛ 7. СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	6		
	Тема 7.1. Физические упражнения	1	Физические упражнения - основное специфическое средство физического воспитания; их содержание и форма	1	2
2		Техника физических упражнений	2		
3		Классификация физических упражнений	2		
		Лабораторная работа	-		
		Практическая работа №2: «Биомеханическая модель техники двигательного действия»	2	3	
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся:	3	2	
		Самостоятельно изучить биомеханические характеристики техники физических упражнений			
Тема 7.2. Второстепенные средства физического воспитания			Содержание учебного материала		
		1	Значение оздоровительных сил природной среды	1	2
	2	Значение гигиенических факторов	2		
		Лабораторные работы	-		
		Практические занятия	2	3	
		Контрольные работы	-		
		Самостоятельная работа обучающихся:	3	2	

Детализировать влияние гигиенических факторов на организм спортсмена			
РАЗДЕЛ 8. МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ		8	
Тема 8.1. Структурные основы методов физического воспитания	Содержание учебного материала		
	1	Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физического воспитания	2
	2	Возможность различных подходов к освоению и регламентации двигательных действий	2
	Лабораторные работы		-
	Практические занятия		1
	Контрольные работы		-
	Самостоятельная работа обучающихся		-
	Содержание учебного материала		
	1	Аналитический и целостный подходы в методах упражнения	2
	2	Методы стандартноповторного упражнения в режиме непрерывной и интервальной нагрузки	2
Тема 8.2. Методы строго регламентированного упражнения	3	Методы переменного упражнения в режиме непрерывной и интервальной нагрузки	2
	4	Комбинированные методы упражнения	2
	Лабораторная работа		-
	Практическая работа №3: «Сравнительная характеристика методов строгой регламентации»		2
	Контрольные работы		-
	Самостоятельная работа обучающихся:		3
	Самостоятельно рассмотреть различные комбинации методов строгой регламентации		2
	Содержание учебного материала		
	1	Игровой метод	1
	2	Соревновательный метод	2
Тема 8.3. Игровой и соревновательный метод	Лабораторные работы		-
	Практические занятия		1
	Контрольные работы		-
	Самостоятельная работа обучающихся:		2
	Ознакомиться с подвижными играми, которые входят в школьную программу		2
	РАЗДЕЛ 9. ОСНОВНЫЕ СТОРОНЫ И ПРИНЦИПЫ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ		4
	Содержание учебного материала		
Тема 9.1. Методические принципы	1	Принцип сознательности и активности	2
			2

	2	Принцип наглядности			2
	3	Принцип доступности и индивидуализации			2
	4	Принцип систематичности			2
	5	Принцип постепенного повышения требований (динамичности)			2
	Лабораторные работы			-	
	Практические занятия			2	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся			1	
	РАЗДЕЛ 10. ОБУЧЕНИЕ ДВИЖЕНИЯМ (ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ)			6	
Тема 10.1. Двигательные действия как предмет обучения; двигательные умения и навыки	Содержание учебного материала				
	1	Особенности задач и подходов, зависящих от предмета обучения			2
	2	Отличительные черты двигательных умений и навыков			2
	3	Представления о механизмах двигательных умений и навыков	2		2
	4	Перенос навыков			2
	Лабораторные работы			-	
	Практические занятия			1	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельно рассмотреть двигательные действия в школьной программе, которые отрицательно влияют друг на друга		2		2
	Содержание учебного материала				
Тема 10.2. Процесс обучения	1	Предпосылки и этапы в процессе обучения			2
	2	Этап начального разучивания			2
	3	Этап углубленного разучивания	2		2
	4	Этап закрепления и дальнейшего совершенствования			2
	Лабораторные работы			-	
	Практические занятия			1	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся			-	
	РАЗДЕЛ 11. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ			15	
Тема 11.1. Воспитание силы	Содержание учебного материала				
	1	Сила как физическое качество; виды силовых способностей	1		2

	2	Механизмы развития силовых способностей			2
	3	Средства развития силовых способностей			2
	4	Основы методики воспитания силовых способностей			2
	5	Способы контроля силовых способностей			2
	Лабораторная работа				
	Практическая работа № 4: «Развитие силы в избранном виде спорта».			2	3
	Контрольные работы			-	
	Самостоятельная работа обучающихся:				
	Найти в различных источниках контрольно-измерительные устройства развития силы			4	2
	Содержание учебного материала				
Тема 11.2. Воспитание быстроты	1	Быстрота как физическое качество; виды скоростных способностей			2
	2	Механизмы развития скоростных способностей			2
	3	Средства развития скоростных способностей	1		2
	4	Основы методики воспитания скоростных способностей			2
	5	Способы контроля скоростных способностей			2
	Лабораторная работа				
	Практическая работа № 5 «Развитие скорости в избранном виде спорта».		2		3
	Контрольные работы		-		
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к практической работе		2		2
	Содержание учебного материала				
Тема 11.3. Воспитание ловкостных способностей	1	Характеристика ловкости			2
	2	Механизмы развития ловкости			2
	3	Средства развития ловкости	1		2
	4	Основы методики воспитания ловкости			2
	5	Способы контроля ловкости			2
	Лабораторная работа				
	Практическая работа № 6: «Развитие ловкостных способностей в избранном виде спорта».		-		3
	Контрольные работы		-		
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к практической работе		2		2
	Содержание учебного материала				
Тема 11.4. Воспитание выносливости	1	Характеристика выносливости	1		2

	2	Механизмы развития выносливости			2
	3	Средства развития выносливости			2
	4	Основы методики воспитания выносливости			2
	5	Способы контроля выносливости			2
	Лабораторная работа		-		
	Практическая работа № 7: «Развитие выносливости в избранном виде спорта».		2		3
	Контрольные работы		-		
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к практической работе		2		2
	Содержание учебного материала				
	1	Характеристика гибкости	1		2
	2	Механизмы развития гибкости			2
	3	Средства развития гибкости			2
	4	Основы методики воспитания гибкости			2
	5	Способы контроля гибкости			2
	Лабораторная работа		-		
	Практическая работа № 8: «Развитие гибкости в избранном виде спорта».		2		3
	Контрольные работы		-		
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка к практической работе		1		2
	РАЗДЕЛ 12. ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКОТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ		4		
Тема 12.1. Спортивно-техническая подготовка	Содержание учебного материала				
	1	Задачи и содержание	1		2
	2	Основы методики технической подготовки			2
	Лабораторные работы		-		
	Практические занятия		1		3
Тема 12.2. Тактическая подготовка	Контрольные работы		-		
	Самостоятельная работа обучающихся:				
	Самостоятельно найти особенности технической подготовки в различных видах спорта		1		2
	Содержание учебного материала				
	1	Содержание и место тактической подготовки в системе подготовке спортсмена	1		2
	2	Пути тактической подготовки в процессе тренировок			2

	Лабораторные работы	-	-	
	Практические занятия	1	3	
	Контрольные работы	-	-	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	-	
РАЗДЕЛ 13. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ				
Тема 13.1. Основные воспитательные аспекты	Содержание учебного материала			
	1	Аспекты нравственного воспитания	1	
	2	Аспекты умственного воспитания		
	3	Аспекты эстетического воспитания		
	4	Аспекты трудового воспитания		
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся:			
	Изучить различные методики нравственного, эстетического, умственного, трудового воспитания			
	Содержание учебного материала			
	Тема 13.2. Решающие факторы направленного формирования личности и самовоспитание	1	Личность преподавателя (тренера) как фактор воспитания	1
2		Воспитывающая роль физкультурного коллектива		
3		Самовоспитание		
Лабораторные работы				
Практические занятия				
Контрольные работы				
Самостоятельная работа обучающихся				
РАЗДЕЛ 14. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ				
РАЗДЕЛ 14. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ				
РАЗДЕЛ 14. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ				
Тема 14.1. Основы структуры знаний		Содержание учебного материала		
		1	Взаимосвязь формы и содержания занятий	1
	2	Общие черты структуры занятий		
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
		1	3	
		-	-	

Тема 14.2. Особенности урочных и неурочных форм занятий	Самостоятельная работа обучающихся		1	2
	Содержание учебного материала			
	1	Урочные формы занятий	3	2
	2	Особенности неурочных форм занятий		2
	3	Определяющие черты урока физической культуры.		
	4	Структура урока физической культуры.		
	5	Требования к организации и содержанию домашних заданий урока физической культуры.		
	6	Проблемы и противоречия урока физической культуры.		
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		2	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		1	2
	РАЗДЕЛ 15. «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ» И ОСНОВЫ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ		4	
Тема 15.1. Медикобиологические основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала			
	1	Организм. Среда. Адаптация.	1	2
	2	Возрастная физиология.		2
	3	Культура питания		2
	4	Культура здоровья и вредные пристрастия		2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		2	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельно изучить: адекватная биоритмам организация жизнедеятельности		2	2
	Содержание учебного материала			
	1	Экологические основы культуры здоровья	1	2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		-	
Тема 15.2. Экологические основы культуры здоровья	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	

РАЗДЕЛ 16. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ, ДВИГАТЕЛЬНО ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ, ДЕТЕЙ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ, ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

РАЗДЕЛ 16. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ, ДВИГАТЕЛЬНО ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ, ДЕТЕЙ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ, ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ			2	
Тема 16.1. Особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательн о одаренных детей.	Содержание учебного материала			
	1	Критерии ослабленных детей	2	
	2	Средства и методика физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем	2	
	3	Критерии двигательн о одаренных детей	2	
	4	Средства и методика физического воспитания двигательн о одаренных детей	2	
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся			
	РАЗДЕЛ 17. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ			6
Тема 17.1. Содержание и определяющие черты спортивной тренировки	Содержание учебного материала			
	1	Вводные представления о спортивной тренировке		
	2	Основные стороны подготовки спортсменов	2	
	3	Общая структура закономерностей спортивной тренировки	2	
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Тема 17.2. Структура тренировочного процесса.			
	Тема 17.2. Структура тренировочного процесса.	Содержание учебного материала		
1		Структура отдельного тренировочного занятия	2	
2		Микроциклы тренировки	2	
3		Мезоциклы тренировки	2	
4		Макроциклы тренировки	2	
Лабораторные работы				
Практические занятия				
Контрольные работы				
Самостоятельная работа обучающихся				
Тема 17.3. Прогнозирование и отбор в спорте				
Тема 17.3. Прогнозирование и отбор в спорте	Содержание учебного материала			
	1	Прогнозирование в спорте	2	

2	Модельные характеристики			2
3	Этапы спортивного отбора			2
4	Содержание спортивного отбора			2
5	Ориентация спортивного отбора			2
6	Комплектование сборных команд			2
	Лабораторные работы		-	
	Практические занятия		1	3
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
		Экзамен	2	
		Аудиторных часов	114	
		Самостоятельная работа обучающихся	57	
		Всего:	171	

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 ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины требует наличия учебного кабинета теории и истории физической культуры.

Оборудование учебного кабинета:

Компьютер преподавателя; принтер; классная доска; столы, стулья по количеству обучающихся; технические средства обучения (мультимедийный проектор, экран, колонки); экспозиционный стенд; печатные материалы (таблицы, схемы-опоры); экранно-звуковые пособия (видеофильмы, презентации, аудиозаписи); учебно-методические материалы

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Германов Г.Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту [Электронный ресурс]: ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов/ Германов Г.Н., Злобина М.Е., Хомяк П.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 365 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27256>
2. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений проф. образования/ Б.Р. Голощапов. - 10-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2015. - 320 с.
3. Холодов Ж.К.. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов вузов. М.: Академия, 2013. 479 с.

Дополнительные источники:

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Р.Н. Терехина, Е.С. Крючек, Л.В. Люйк и др.]; под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной. - 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 288 с. - (Сер.Бакалавриат).
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Г.В. Грецов, С.Е. Войнова, А.А. Германова и др.]; под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского. - 2-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 288 с. - (Сер.Бакалавриат).
3. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. - 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 176 с. - (Сер.Бакалавриат).
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Подвижные игры: учебник для студ. учреждений высш. образования/ [Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина и др.]; под ред. Ю.М. Макарова. - 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 272 с. - (Сер.Бакалавриат).

Интернет - ресурсы:

1. <http://revolution.allbest.ru/sport/000007290.html>
2. <http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?pid=8434>
3. <http://citadel.bstu.by/metod/tren/index.html>
4. <http://window.edu.ru/window/catalog?pid=25539>
5. http://www.skitalets.ru/books/trenirovka_baykovsky/
6. <http://kref.ru/list/sport/120391/>
7. http://www.gubkin.ru/faculty/humanities/chairs_and_departments/physical_education/lecture/lecture6.php
8. <http://lib.com.ru/Military%20Science/18403.ЫШЪ>
9. <http://www.kursach.com/fizkultura-i-sport-zdorhttp://herzen-ffk.myl.ru/load/30-1-0-42>
10. <http://www.infosport.ru/press/tpfk>
11. <http://www.infosport.ru/press/fkvot>
12. <http://www.shkola - press.ru>
13. <http://www.informika.ru>
14. <http://www.geocities.com/Athens/Academy/9997>
15. <http://www.gpntb.ru>
16. <http://www.rsl.ru>
17. <http://www.tedifor.com/nike/history.htm>
18. <http://www.tedifor.com/nike/about.htm>
19. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Adidas/2.htm>
20. <http://buhgal.narod.ru/PEOPLE/adidas.htm>
21. <http://www.adidas.ru/about.asp>
22. <http://www.adidas.corh>
23. <http://www.sportmir.ru/brand name/reebok/reebok history.html>
24. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Reebok/2.htm>
25. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Reebok/3.htm>
26. <http://esport.com.ua/Stranica/Prinadleg/Proizvoditeli/Puma/Lhtm>
27. <http://www.spi.infonet.by/sport/about.htm>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения текущего опроса, тестирования, а также экспертной оценки выполнения студентами самостоятельной работы в виде подготовки рефератов, презентаций и работы с учебной литературой, а также выполнения студентами индивидуальных заданий, проектов, исследований.

По итогам освоения дисциплины контроль проводится в форме экзамена.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Ориентироваться в истории физической культуры и спорта зарубежных, тенденциях развития физической культуры и спорта;	Текущий контроль в форме: - устного опроса.
Знать историю становления и развития зарубежных систем физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Ориентироваться в истории физической культуры и спорта России, тенденциях развития физической культуры и спорта;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать историю становления и развития отечественных систем физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Ориентироваться в международном спортивном движении по отдельным видам спорта, рабочем спортивном движении, спортивном движении студентов, в области массовой и оздоровительной физической культуры, студенческом спортивном движении;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать историю международного олимпийского движения по отдельным видам спорта, рабочее спортивное движение, спортивное движение студентов, в области массовой и оздоровительной физической культуры, студенческое спортивное движение;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Правильно использовать терминологию в области физической культуры;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - лабораторной работы
Знать понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;	- Текущий контроль в форме: - устного опроса - лабораторной работы

Определять предпосылки, основы и определяющие черты становления Российской системы физического воспитания	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать о возникновении и развитии систем физического воспитания, предпосылки, основы и определяющие черты становления Российской системы физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Использовать знания при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, оценивать постановку цели и задач;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать цели, задачи физического воспитания, общие и специальные принципы физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса.
Подбирать и определять рациональную последовательность средств физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать главные и второстепенные средства физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов Знать структурные основы всех методов физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Реализовывать принципы в базовых видах физкультурной деятельности, в различные возрастные периоды;	Текущий контроль в форме: - устного опроса.
Знать взаимосвязь и особенности различных сторон физического воспитания, содержание и применение принципов физического воспитания в различные возрастные периоды;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Находить отличия в двигательных умениях и навыках, строить процесс обучения в соответствии с учетом особенностей этапов обучения;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать механизмы и закономерности формирования двигательных умений и навыков, общую характеристику структуры процесса обучения, двигательный перенос умений и навыков;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования

Разрабатывать программы для развития силовых, скоростных, ловкостных способностей, способностей связанных с развитием выносливости и гибкости, контролировать уровень развития этих способностей;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - лабораторной работы
Знать виды, механизмы проявления и регуляции, основы методики, задачи и средства, способы контроля силовых, скоростных, ловкостных способностей, и способностей связанных с развитием выносливости и гибкости;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - лабораторной работы
Использовать разные методики технической подготовки, находить место тактической подготовки в системе спортивной тренировки Знать спортивно-техническую подготовку, основы методики технической подготовки занимающихся физической культурой и спортом; тактическую подготовку спортсменов	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Предоставлять учебнотренировочный материал в связи с формированием личностных качеств в процессе физического воспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать основные воспитательные аспекты, решающие факторы направленного формирования личности и самовоспитания;	Текущий контроль в форме: - устного опроса тестирования
Определять место фронтальной, групповой, индивидуальной форм организации занятий;	Текущий контроль в форме: - устного опроса. - тестирования
Знать основы структуры занятий, особенности урочных и неурочных форм занятий.	Текущий контроль в форме: - устного опроса. - тестирования
Формировать «здоровый образ жизни у обучающихся» Знать основы формирования «здорового образа жизни» средствами физической культуры	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Находить правильный подход, средства и методы к обучающимся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с образовательными потребностями, девиантным поведением	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования

Особенности методики физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo одаренных детей, детей с образовательными потребностями, девиантным поведением	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Строить процесс спортивной подготовки, проводить соревнования, используя правила соревнований, проводить спортивный отбор в разные виды спорта;	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
Знать структуру и основы построения процесса спортивной подготовки; основы теории соревновательной деятельности; основы спортивной ориентации и	Текущий контроль в форме: - устного опроса - тестирования
	Итоговый контроль в форме экзамена

Разработчик программы:

/ Пронкина С.А./