

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



**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта**

**1. Область применения программы**

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

**2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

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

**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, двигательного 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.

#### 4. Общая трудоемкость учебной дисциплины и формы аттестации

| Вид учебной работы                                      | Объем часов |
|---|-------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>            | 170         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> | 114         |
| в том числе:  |             |
| лекционные занятия                                      | 57          |
| практические занятия                                    | 57          |
| консультации  | 6           |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>      | 50          |
| Итоговая аттестация в форме экзамена                    |             |

#### 5. Содержание дисциплины

РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАН

РАЗДЕЛ 2. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИИ

РАЗДЕЛ 3. МЕЖДУНАРОДНОЕ СПОРТИВНОЕ ДВИЖЕНИЕ

РАЗДЕЛ 4. ПОНЯТИЙНЫЙ АППАРАТ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА И ВЗАИМОСВЯЗь ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ

РАЗДЕЛ 5. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РОССИЙСКОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

РАЗДЕЛ 6. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И НАИБОЛЕЕ ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

РАЗДЕЛ 7. СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

РАЗДЕЛ 8. МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
РАЗДЕЛ 9. ОСНОВНЫЕ СТОРОНЫ И ПРИНЦИПЫ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
РАЗДЕЛ 10. ОБУЧЕНИЕ ДВИЖЕНИЯМ (ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ)  
РАЗДЕЛ 11. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
РАЗДЕЛ 12. ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКОТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ  
РАЗДЕЛ 13. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ  
РАЗДЕЛ 14. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ  
РАЗДЕЛ 15. «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ» И ОСНОВЫ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ СРЕДСТВАМИ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
РАЗДЕЛ 16. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСЛАБЛЕННЫМ  
ЗДОРОВЬЕМ, ДВИГАТЕЛЬНО ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ, ДЕТЕЙ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ  
ПОТРЕБНОСТЯМИ , ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ  
РАЗДЕЛ 17. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Составитель: С.А. Пронкина