

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»
Таганрогский институт имени А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ Петрушенко С. А.

«___» _____ 2025г.

Рабочая программа дисциплины
Теория и история физической культуры и спорта

Специальность
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Форма обучения очная

Часов по учебному плану 70

в том числе:

аудиторные занятия 66

самостоятельная работа 0

Таганрог
2025 г.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	17			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	32	32	32	32
Практические	34	34	34	34
Итого ауд.	66	66	66	66
Контактная работа	66	66	66	66
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	70	70	70	70

ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

Рабочая программа составлена по образовательной программе
направление 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
программа среднего профессионального образования

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.01.2025 протокол № 6

Программу составил(и): Ст. преп., Ткачук Полина Васильевна

Заведующий кафедрой: Кибенко Е.И.

Рассмотрено на заседании кафедры от протокол №

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Подготовка студента к педагогической деятельности для решения задач освоения человеком разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности.
1.2	
1.3	Подготовка студента к тренерской деятельности.
1.4	Подготовка студента к решению научно-исследовательских задач по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:		ОП
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	История олимпийского движения	
2.1.2	Русский язык	
2.1.3	Литература	
2.1.4	Математика	
2.1.5	Иностранный язык	
2.1.6	Информатика	
2.1.7	Физика	
2.1.8	Химия	
2.1.9	Биология	
2.1.10	История	
2.1.11	Обществознание	
2.1.12	География	
2.1.13	Физическая культура	
2.1.14	Основы безопасности и защиты Родины	
2.1.15	Основы проектной деятельности	
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Основы финансовой грамотности	
2.2.2	Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями	
2.2.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	
2.2.4	Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере	
2.2.5	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	
2.2.6	Математические методы решения профессиональных задач	
2.2.7	Гигиенические основы физической культуры и спорта	
2.2.8	Основы биомеханики	
2.2.9	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы	
2.2.10	Организация спортивно-массовых мероприятий по выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	
2.2.11	Учебная практика. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	
2.2.12	Учебная практика. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	
2.2.13	Производственная практика. Летняя практика	
2.2.14	Производственная практика. Организация физкультурной и спортивной деятельности в спортивных школах	
2.2.15	Методика обучения предмету «Физическая культура»	
2.2.16	Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре	
2.2.17	Учебная практика. Пробные уроки	
2.2.18	Производственная практика. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам в школе	
2.2.19	Подвижные игры	
2.2.20	Шахматы	
2.2.21	Туризм	
2.2.22	Единоборства	
2.2.23	Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности	

2.2.24	Лечебная физическая культура и массаж
2.2.25	Демонстрационный экзамен
2.2.26	Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта
2.2.27	Экзамен по модулю "Модуль 3. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам"
2.2.28	Производственная практика (преддипломная)
2.2.29	Экзамен по модулю "Модуль 2. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности"
2.2.30	Экзамен по модулю "Модуль 1 Организация и проведение физкультурно-спортивной работы"
2.2.31	Организация деятельности волонтеров в области физкультуры и спорта
2.2.32	Основы антидопингового обеспечения
2.2.33	Психология физической культуры и спорта
2.2.34	Физкультурно-спортивные сооружения
2.2.35	Профилактика травматизма в спортивной деятельности
2.2.36	Защита дипломной работы
2.2.37	Защита дипломной работы

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Знать

- понятие об общих основах обучения двигательным действиям;
- разнообразие средств и методов физического воспитания при обучении занимающихся двигательным действиям;
- возрастные особенности и методику развития физических качеств и способностей занимающихся физической культурой;
- технологии планирования и контроля в физическом воспитании;
- организацию занятий по физическому воспитанию с учетом половозрастных и индивидуально-психических особенностей занимающихся;
- методы научных исследований в области физической культуры

3.2 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 школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- оценивать постановку целей 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

3.3 Владеть

- проведение частей учебного занятия по физической культуре;
- взаимодействие с коллективом при подготовке к проведению занятий по физической культуре;
- ведения документации, обеспечивающей учебный процесс по физической культуре в общеобразовательном учреждении;
- использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья
- владеть методикой позволяющей находить наиболее эффективные физические упражнения для осуществления профессионально-прикладной физической подготовки, направленной на сохранение и укрепление здоровья, на поддержание работоспособности, здорового образа жизни;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Формирование систем физической культуры, национальных и народных видов спорта					
1.1	Физическая культура в древнем мире /Лек/	1	2			

1.2	Анализ и обсуждение систем физического воспитания в рабовладельческом обществе. /Пр/	1	2			
1.3	Физическая культура в средние века /Лек/	1	2			
1.4	Анализ и обсуждение рыцарской системы физического воспитания феодалов. /Пр/	1	2			
1.5	Создание и развитие зарубежных систем физического воспитания и спорта в период с XII в. до настоящего времени /Лек/	1	2			
1.6	Анализ и характеристика гимнастических систем физического воспитания. /Пр/	1	2			
	Раздел 2. История физической культуры и спорта в России					
2.1	Физическая культура с древнейших времен до XVIII в. /Лек/	1	2			
2.2	Составление картотеки народных игр и видов спорта /Пр/	1	4			
2.3	Физическая культура и спорт в Российской империи /Лек/	1	2			
2.4	Анализ деятельности Петра I в становлении государственной формы военно – физического воспитания. /Пр/	1	2			
2.5	Физическая культура в СССР /Лек/	1	2			
2.6	Составление вопросов для взаимопроверки. Составление хронологии событий по датам. /Пр/	1	4			
	Раздел 3. История международного олимпийского движения					
3.1	Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX века /Лек/	1	2			
3.2	Составление Олимпийского глоссария. /Пр/	1	2			
3.3	Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX века и до наших дней /Лек/	1	2			

3.4	Современное олимпийское движение и его проблемы /Пр/	1	2			
	Раздел 4. Средства и принципы физического воспитания.					
4.1	Средства физического воспитания /Лек/	1	2			
4.2	Принципы физического воспитания /Лек/	1	2			
4.3	Специфические принципы физического воспитания /Пр/	1	2			
4.4	Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания /Лек/	1	2			
	Раздел 5. Теоретические основы развития физических качеств					
5.1	Определение понятия физических (двигательных) качеств. /Лек/	1	2			
5.2	Составление комплексов упражнений на развитие физических качеств /Пр/	1	4			
	Раздел 6. Физическое воспитание детей					
6.1	Формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования /Лек/	1	2			
6.2	Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста /Лек/	1	2			
6.3	Особенности физического воспитания детей школьного возраста /Лек/	1	2			
	Раздел 7. Теория спорта					
7.1	Общая характеристика спорта /Лек/	1	2			
7.2	Основы спортивной тренировки /Пр/	1	4			
7.3	Основы оздоровительной тренировки /Пр/	1	4			
	Раздел 8. Экзамен					

8.1	Экзамен по пройденным темам /Экзамен/	1	4			
-----	---------------------------------------	---	---	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Вопросы к экзамену

1. Возникновение физической культуры
2. П.Ф. Лесгафт – основоположник научно-обоснованной системы физического образования
3. Физическая культура в Древней Греции и Риме
4. Развитие спорта и участие российских спортсменов в международных соревнованиях
5. Физическая культура в странах Древнего Востока
6. Становление советской системы физического воспитания
7. Становление физической культуры в период раннего средневековья
8. Создание программно-нормативной основы физкультурного движения в СССР (ГТО, ЕВСК, программы по ФК).
9. Рыцарская система физического воспитания феодалов
10. Физическая культура и спорт на защите отечества
11. Развитие физической культуры в эпоху возрождения и в период разложения феодализма
12. Развитие массовой физической культуры и выход спортсменов СССР на международную спортивную арену
13. Становление педагогических основ буржуазной системы физического воспитания
14. Внедрение в стране новых организационных, спортивных, научных, массовых форм по физической культуре
15. Зарождение и развитие гимнастических систем воспитания и спортивно игрового метода
16. Советские спортсмены на Олимпийских играх
17. Возникновение и развитие восточных единоборств и систем воспитания
18. Создание в России новых государственных и общественных организаций управления физической культурой и спортом. Принятие законодательства в этой сфере
19. Особенности развития гимнастического и спортивного направления в физическом воспитании конца XIX века
20. Развитие физической культуры и спорта в первые годы перестройки и возрождение национальных видов упражнений
21. Особенности интеграции гимнастического и спортивно-игрового направления в физическом воспитании
22. Спортсмены современной России на Олимпийских и мировых соревнованиях
23. Новые системы и направления в физическом воспитании и его милитаризации
24. Создание международных спортивных организаций и проведения первых международных соревнований
25. Физическая культура и спорт в социалистических и капиталистических странах.
26. Организация Международного Олимпийского комитета (МОК) и проведение Олимпийских игр
27. Становление и развитие самобытной физической культуры на Руси и ее региональные особенности
28. Развитие рабочего спортивного движения
29. Роль реформ Петра I для становления государственных реформ военно-физического воспитания в учебных заведениях
30. Развитие международного Олимпийского движения после II мировой войны и роль президента МОК
31. Развитие теории и практики физического воспитания российскими передовыми людьми (Ломоносов М.В., Радищев А.Н., Павлов И.П., Ушинский К.Д., Покровский Е.А.)
32. Проведение летних и зимних Олимпийских игр и основные проблемы международного спортивного движения

5.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля

Представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3. Перечень программного обеспечения

6.4 Перечень информационных справочных систем

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.