

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«КАМЕНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБПОУ РО «КамПК»
_____ Н.А.Гайдаенко
«16 » мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.12 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

в рамках профессиональной образовательной программы среднего
профессионального образования (ППССЗ)

по специальности **49.02.01 Физическая культура**

Форма обучения: очная

г. Каменск - Шахтинский

2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г. №968, примерной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, учебного плана, Положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин.

Организация-разработчик: ГБПОУ РО «Каменский педагогический колледж»

Разработчики: Данникова Н.М. - преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РО «КамПК»

Протасова Г.Г. - преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РО «КамПК»

Программа рассмотрена на заседании ПЦК Физическая культура

Протокол № 8 от 18 марта 2024г.

Председатель ПЦК «Физическая культура»  Г.Г. Протасова

Рабочая программа одобрена Методическим Советом колледжа Протокол № 5 от 20 марта 2024г.

Председатель Методического совета колледжа  Звездунова Г.В.

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.12 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.12 Теория и история физической культуры и спорта является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 04., ОК 08.,	- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; - правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.	- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры; - историю становления и развития зарубежных систем и отечественной системы физической культуры; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы обучения двигательным умениям и навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Объем образовательной программы учебной дисциплины	144
в том числе в форме практической подготовки	74
в том числе:	
теоретическое обучение	58
практические занятия	74
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет	12

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций и личностных результатов, по формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта		34/20	
Тема 1.1 Понятие о теории и истории физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	9/5	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта	2	
	2. Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	5	
	Практическое занятие 1. Привести примеры реализации основных задач физического воспитания применительно к системе общего образования, дополнительного образования, физкультурно-спортивной работе	2	
	Практическое занятие 2. Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: общее образование, дополнительное образование, физкультурно-спортивная работа	3	
Тема 1.2. Зарождение и развитие зарубежных систем физической культуры	Содержание учебного материала	9/5	ПК 1.2; ПК 1.3; ПК 1.5 ПК 2.4; ПК 3.2, ОК 02;
	1. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе	2	
	2. Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока	1	
	3. Физическая культура в Европе в буржуазном и капиталистическом обществе	1	
	В том числе практических и лабораторных занятий	5	
	Практическое занятие 3. Сравнительный анализ развития зарубежных систем физической культуры	5	

Тема 1.3 Зарождение и развитие отечественной системы физической культуры	Содержание учебного материала	16/10	ПК 1.2; ПК 1.3; ПК 1.5 ПК 2.4; ПК 3.2, ОК 02;
	1. Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в период феодализма	1	
	2. Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с 8 конца XVIII века и до 1917 года	1	
	3. Становление и развитие советской системы физической культуры	2	
	4. Современная физическая культура и спорт в Российской Федерации	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	10	
	Практическое занятие 4. Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры	10	
Раздел 2. Теоретико-методические основы физического воспитания		76/26	
Тема 2.1. Средства физического воспитания	Содержание учебного материала	6/2	ПК 1.1.–ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Классификация средств физического воспитания	2	
	2. Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики. Техника физических упражнений, критерии оценки эффективности техники.	2	
	Практическое занятие 1. 1. Раскрыть сущность понятий: «физические упражнения», «физическое», «упражнение», «двигательное действие», «двигательная деятельность», «техника физического упражнения» 2. Дать характеристику физическим упражнениям: содержание, форма физического упражнения. Нагрузка физического упражнения. Объем и интенсивность мышечной работы. 4. Определить классификацию физических упражнений. 5. Определить критерии оценки эффективности техники.	2	
Тема 2.2. Методы физического воспитания	Содержание учебного материала	8/2	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3):
	1.Общая характеристика методов, используемых в процессе физического воспитания. Сущность понятия метод, классификация методов. Специфические методы физического воспитания: методы строго регламентированного упражнения: методы обучения двигательным действиям (целостный, расчлененный, сопряженного воздействия), методы воспитания физических качеств; игровой метод, соревновательный метод.	3	

	2.Общепедагогические методы, используемые в физическом воспитании. Словесные методы: дидактический рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, лекция, инструктирование, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания. Методы обеспечения наглядности – непосредственной наглядности, опосредованной наглядности, направленного прочувствования двигательного действия, срочной информации	3	ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	Практическое занятие 2. 1. Раскрыть сущность понятия метод в физическом воспитании. 2. Перечислить методы, используемые в процессе физического воспитания. 3. Охарактеризовать метод строго регламентированного упражнения. 4.Определить особенности методов целостно-конструктивного упражнения, расчлененно-конструктивного, сопряженного воздействия. 5.Охарактеризовать методы воспитания физических качеств: стандартного упражнения, переменного упражнения, круговой метод. 6. Охарактеризовать игровой и соревновательный методы 7. Перечислить общепедагогические методы: словесные методы, методы обеспечения наглядности и дать им характеристику	2	
Тема 2.3. Принципы физического воспитания	Содержание учебного материала	3/1	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1.Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания. Общее определение принципа. Общеметодические принципы: принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации. Специфические принципы: непрерывности процесса физического воспитания, системного чередования нагрузок и отдыха, постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, адаптированного сбалансирования динамики нагрузок, циклического построения занятий, возрастной адекватности направления физического воспитания	2	
	Контрольная работа: Реализация системы принципов физического воспитания	1	
Тема 2.4. Нагрузка и отдых в физическом воспитании	Содержание учебного материала	3	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки 2. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий.	3	

Тема 2.4. Основы теории обучения двигательным действиям	Содержание учебного материала	7/4	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Структура процесса обучения и особенности его этапов. Понятие и термины: обучение в физическом воспитании, двигательное умение, двигательный навык. Основы формирования двигательного навыка. Структура процесса обучения и особенности его этапов: этап начального разучивания, углубленного разучивания, закрепления и дальнейшего совершенствования. Цель задачи и средства этапов разучивания двигательного действия.	3	
	Практическое занятие 3 1. Раскрыть сущность понятий «обучения» в физическом воспитании, «двигательного умения», «двигательного навыка». 2. Определить цели, задачи, средства и методы этапа начального разучивания. 3. Определить цели, задачи, средства и методы этапа углубленного разучивания. 4. Определить цели, задачи, средства и методы этапа закрепления и дальнейшего совершенствования	2	
	Практическое занятие 4 Разработать алгоритм обучения двигательному действию по этапам формирования двигательного навыка.	2	
Тема 2.5. Теоретико- практические основы развития физических качеств	Содержание учебного материала	25/10	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Понятия: «физические качества», «физические способности», термины: «развитие» и «воспитание». Закономерности развития физических способностей	3	
	2. Сила и основы методики ее воспитания	2	
	Практическое занятие 5. Раскрыть сущность понятия «физические качества», «развития», «воспитания», «способности». 1. Раскрыть сущность понятия «сила», «силовые способности» и их разновидности, абсолютная сила и относительная сила. 2. Определить задачи развития силовых способностей. 3. Охарактеризовать основные и дополнительные средства воспитания силы, методы воспитания силы. 4. Методики воспитания силовых способностей 5. Разработать комплекс упражнений для развития силы различных групп мышц.	2	
	3. Скоростные способности и методика их воспитания.	3	
	4. Координационные способности и методика их воспитания.	3	
	5. Выносливость и методика её воспитания.	2	
	6. Гибкость и методика её воспитания	2	

	Практическое занятие 6. Методическая разработка воспитания скоростных способностей	2	
	Практическое занятие 7. Методическая разработка воспитания двигательных-координационных способностей.	2	
	Практическое занятие 8. Методическая разработка воспитания выносливости	2	
	Практическое занятие 9. Методическая разработка воспитания гибкости	2	
Тема 2.6. Формы построения занятий в физическом воспитании	Содержание учебного материала	12/6	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6. ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1.Классификация форм занятий в физическом воспитании. Характеристика форм занятий физическими упражнениями: урочные формы занятий, неурочные формы занятий. Урок - основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.	3	
	2. Организация и методические основы проведения урока физической культуры, дозирование физических нагрузок на уроке, общая и моторная плотность урока, формирование навыков самостоятельности при занятиях физическими упражнениями.	3	
	Практическое занятие 10. Охарактеризовать урок как основную форму организации занятий физическими упражнениями, его структура.	3	
	Практическое занятие 11. Наблюдение и анализ урока физической культуры в школе.	2	
	Практическое занятие 12 Контрольная работа: Структура урока и характеристика его частей.	1	
Тема 2.7. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания	Содержание учебного материала	12/6	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6. ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1.Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания Нравственное, умственное, эстетическое, трудовое воспитание в процессе физического воспитания. Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств.	3	
	2. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту. 3.Технология воспитательной деятельности: методы воспитания, средства воспитания, приемы воспитания. Требования к личности преподавателя (тренера) как воспитателя.	3	
	Практическое занятие 13 Методическая разработка «Личность преподавателя, требования к его профессиональным способностям»	2	
	Практическое занятие 14 Методическая разработка «Патриотическое и нравственное воспитание в процессе физического воспитания»	2	
	Практическое занятие 15 Методическая разработка «Воспитание морально-	2	

	волевых качеств и эстетических качеств в процессе физического воспитания»		
Раздел 3. Теория и методика спорта		22/6	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
Тема 3.1. Спорт как специфическая деятельность	Содержание учебного материала	2	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Предпосылки возникновения спорта, специфические признаки спорта,	1	
	2. Социальные функции спорта. Классификация спорта.	1	
Тема 3.2. Характеристика тренировочно- соревновательной деятельности	Содержание учебного материала	10/6	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Структура спортивного движения в Российской Федерации. Цель и задачи спортивной тренировки	2	
	2. Основные стороны спортивной тренировки. Соревновательная деятельность в спорте.	2	
	Практическая работа 9. Подбор средств спортивной тренировки	2	
	Практическая работа 10. Подбор методов спортивной тренировки	2	
	Практическая работа 11. Общие и специальные принципы спортивной тренировки	2	
Тема 3.3. Построение спортивной тренировки	Содержание учебного материала	4	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Основы построения спортивной тренировки. Характеристика малых тренировочных циклов.	2	
	2. Типы и структура мезоциклов. Структура годичных и многолетних циклов.. Структура многолетней подготовки спортсмена	2	

Тема 3.4 Подготовка спортсмена в процессе тренировки	Содержание учебного материала	6	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ВД 3 (1): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (2): ПК 3.1. – ПК 3.5/ ВД 3 (3): ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08
	1. Техническая подготовка спортсмена. Средства и методы технической подготовки	2	
	2. Виды, задачи и средства физической подготовки	2	
	3. Виды, задачи и средства тактической подготовки	2	
	Итого	132	
Промежуточная аттестация: Экзамен		12	
Всего		144	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 примерной образовательной программы по данной специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.
2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры +Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с.
5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с.
6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с.
7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с.
8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. 426

3.2.2. Основные электронные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06071-3. — Текст: электронный.
2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с. — ISBN 978-5-406-07304-9.— Текст : электронный.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию

- физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный
5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст: электронный
6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10350-2. — Текст: электронный
7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10352-6. — Текст: электронный
8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст: электронный
9. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5-507-45936-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292016> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы теории обучения двигательным действиям; - основы обучения двигательным умениям и навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки	- определяет основные понятия теории физической культуры и спорта; - устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта; - описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки; - даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений»; - перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности; - описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности; - перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений; - даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»; - перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка; - перечисляет этапы обучения двигательному действию; - определяет особенности этапов обучения двигательному действию; - даёт определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»; - перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и	Устный опрос, проверочные работы, тестирование

	способностей; - объясняет особенности методики воспитания физических качеств и способностей; - определяет понятия «нагрузка» «отдых»; - перечисляет функции спорта; -перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки; -описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении задач спортивной тренировки; - даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка»; -определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки; - даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»; -перечисляет признаки соревновательной деятельности; -перечисляет функций соревновательной деятельности; - описывает классификацию спортивных соревнований.	
--	---	--

Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:

- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; -правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта; - оценивать постановку цели и задач, определять	- применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности; - применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала; - определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки; - находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональной задачи	Оценка результатов выполнения практической работы
---	---	---

педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.		
--	--	--