Государственное профессиональное образовательное учреждение

«Киселевский педагогический колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины **Теория и история физической культуры**

специальность 49.02.01 Физическая культура

Киселевск

2024

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрен на заседании кафедры Педагогических наук и частных методик преподавания. Протокол № от « » 2024 г. Председатель кафедры \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/А.А Водяха. | Разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01  Физическая культура Зам. директора по УМР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ С.А.Данилина. |
|  |  |
|  |  |

Составитель: Метальникова А.К., преподаватель

 ГПОУ «Киселёвский педагогический колледж».

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | стр. |
| 1. **ПАСПОРТ рабочей ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 |  **4** |
| 1. **СТРУКТУРА и содержание УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
 |  **6** |
| 1. **условия реализации рабочей программы учебной дисциплины**
 |  **13** |
| 1. **Контроль и оценка результатов Освоения учебной дисциплины**
 |  **16** |

**1. паспорт рабочей ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Теория и история физической культуры»**

**1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и история физической культуры» является частью программы подготовки специалиста среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

 Учебная дисциплина ОП.11 «Теория и история физической культуры и спорта» является обязательной частью общепрофессионального цикла 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.

**1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

**Цель:** формирование теоретических основ физической культуры.

**Задачи:**

* формировать систему знаний и умений в организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях;
* формировать общие и профессиональные компетенции будущих специалистов;

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 обучающихся, 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;
* находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;

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

* понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;
* историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;
* историю международного спортивного движения;
* современные концепции физического воспитания;
* средства формирования физической культуры человека;
* механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;
* мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;
* принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в организациях основного и дополнительного образования;
* дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;
* основы теории обучения двигательным действиям;
* теоретические основы развития физических качеств;
* особенности физического воспитания дошкольников, учащихся, подростков, и обучающихся в образовательных организациях;
* особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
* сущность и функции спорта;
* основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;
* основы оздоровительной тренировки;
* проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях.

 **1.4.Использование часов вариативной части ОПОП**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дополнительные знания, умения** | **№ Наименования темы** | **Кол-во часов** | **Обоснование включения в программу** |
| 1 |  | **Тема 1.1** **Понятие о теории и истории физической культуры и спорта** | 8 | Расширение знаний в областитеории и истории физической культуры и спорта |
| 2 |  | **Тема 1.2.** **Зарождение и развитие зарубежных систем физической культуры** | 4 | Углубление знаний в области Зарождение и развитие зарубежных систем физической культуры |
| 3 |  | **Тема 1.3****Зарождение и развитие отечественной системы физической культуры** | 8 | Углубление знаний в области Зарождение и развитие отечественной системы физической культуры  |
| 4 |  | **Тема 2.1.****Средства физического воспитания** | 6 | Отработка умений и навыков в области физического воспитания |
| 5 |  | **Тема 2.2. Методы физического воспитания** | 4 | Отработка умений и навыков в области физического воспитания |
| 6 |  | **Тема 2.3.****Принципы физического воспитания** | 2 | Закрепление знаний, умений и навыков в области физического воспитания |
| 7 |  | **Тема 2.4.****Нагрузка и отдых в физическом воспитании** | 6 | Углубление знаний в области нагрузки и отдыха в физическом воспитании |
| 8 |  | **Тема 2.5****Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам** | 8 | Расширение знаний, умений и навыков в области Основных теорий обучения двигательным умениям и навыкам  |
| 9 |  | **Тема 2.6** **Воспитание физических качеств** | 8 | Закрепление знаний в области воспитания физических качеств  |
| 10 |  | **Тема 3.1.** **Спорт как специфическая деятельность** | 6 | Отработка знаний в области спорта как специфической деятельности. |
|  |  | **Тема 3.2.****Характеристика тренировочно-соревновательной деятельности** | 12 | Углубление знаний в области тренировочно-соревновательной деятельности. |
| 11 |  | **Консультация** | 2 |  |
| 12 |  | **итого** | 74 |  |

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| **Объем образовательной программы учебной дисциплины** | 164 |
| **в т.ч. в форме практической подготовки** | 56 |
| в том числе: |  |
| теоретическое обучение | 54 |
| практические занятия | 56 |
| Самостоятельная работа  | 34 |
| Консультация  | 2 |
| Промежуточная аттестация экзамен | 18 |
| Вид учебной работы | Объем часов |
| **Объем образовательной программы 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[[1]](#footnote-1), формированию которых способствует элемент программы** |
| ***1*** | ***2*** | ***3*** | ***4*** |
| **Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта** |  |  |
| **Тема 1.1** **Понятие о теории и истории физической культуры и спорта** | **Содержание учебного материала** | **4/4/4** | ПК 1.1. – ПК 1.6;ПК 2.1. – ПК 2.4;**ВД 3 (2):** ПК 3.1. – ПК 3.5/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** | **4** |
| **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 | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Дать письменный ответы на вопрос: 1) Каковы особенности развития физической культуры в средние века? | 2 |
| Дать письменный ответы на вопрос: 2) Какое значение имело развитие физической культуры и спорта в средние века для последующих столетий? | 2 |
| **Тема 1.2.** **Зарождение и развитие зарубежных систем физической культуры** | **Содержание учебного материала**  | **2/4/4** | ПК 1.2; ПК 1.3;ПК 2.4;ПК 3.2ОК 2. |
| 1. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе | 2 |
| 2. Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока |
| 3. Физическая культура в Европе в буржуазном и капиталистическом обществе |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **4** |
| **Практическое занятие 3.** Сравнительный анализ развития зарубежных систем физической культуры | 2 |
| **Практическое занятие 4.** Организация спорта на мировом, региональном и национальном уровнях. Типы спорта, их роль в обществе (письменная работа). | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Дать характеристику физкультурно-спортивных движений в истории современных цивилизаций. | 2 |  |
| **Самостоятельная работа.**Составить сообщение о деятельности Пьера де Кубертена. | 2 |
| **Тема 1.3****Зарождение и развитие отечественной системы физической культуры** | **Содержание учебного материала** | **8/2/6** | ПК 1.2; ПК 1.3;ПК 1.5ПК 2.4;ПК 3.2;ОК 02; |
| 1. Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в период феодализма  | 2 |
| 2. Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с конца XVIII века и до 1917 года | 2 |
| 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** | **2** |
| **Практическое занятие 5.** Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Составить сообщение об учении П.Ф Лесгафта о физическом образовании и его педагогической деятельности**.** | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Дать письменные ответы на вопрос: 1. Какое значение для совершенствования советской системы физического воспитания имело введение Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО и Единой всесоюзной спортивной квалификацию били внесены накануне войны? | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Дать письменные ответы на вопрос: 2.Дать общую оценку состояния и развития физической культуры и спорта в России ( личная концепция студента) | 2 |
| **Раздел 2. Теоретико-методические основы физического воспитания** |  |  |
| **Тема 2.1.****Средства физического воспитания** | **Содержание учебного материала** | **4/4/4** | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5;ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/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. | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **4** |
| **Практическое занятие 6.** Характеристика формы физического упражнения | 2 |
| **Практическое занятие 7.** Характеристика техники различных видов физических упражнений. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Дать сравнительный анализ форм физических упражнений. Оформит таблицу методов физического воспитания. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Подготовка сообщеня, презентаций по теме «Основы формирования, здорового образа жизни, средствами физической культуры». | 2 |
| **Тема 2.2. Методы физического воспитания** | **Содержание учебного материала** | **6/4** | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5;ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
| 1. Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания. | 2 |
| 2. Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания | 2 |
| 3. Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **4** |
| **Практическое занятие 8**. Применение методов физического воспитания | 2 |
| **Практическое занятие 9.** Характеристика основных методов в физическом воспитании. | 2 |  |
| **Тема 2.3.****Принципы физического воспитания** | **Содержание учебного материала** | **2/2** | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5;ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
| 1. Система принципов физического воспитания и их характеристика | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **2** |
| **Практическое занятие 10.** Реализация системы принципов физического воспитания  | 2 |
| **Тема 2.4.****Нагрузка и отдых в физическом воспитании**  | **Содержание учебного материала** | **4/4** | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5;ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
| 1. Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки | 2 |
| 2. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий. | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **4** |
|  **Практическое занятие 11.** Характеристика различных видов нагрузки и отдыха. | 2 |
| **Практическое занятие 12**. Составление конспекта урока ОФК с группой школьников. | 2 |
| **Тема 2.5****Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам** | **Содержание учебного материала** | **4/2/4** | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5;ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
| 1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании | 2 |
| 2. Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов  | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **2** |
| **Практическое занятие 13**. Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Составить таблицу различия двигательного умения и двигательного навыка по определённым признакам. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Составление программы: «Обучение двигательному действию в соответствии с конкретными этапами обучения». | 2 |
| **Тема 2.6** **Воспитание физических качеств** | **Содержание учебного материала** | **12/12/8** | ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5;ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ОК 01., ОК 2., ОК 04, ОК 08. |
| 1. Понятие о физических качествах и способностях. | 2 |
| 2. Силовые способности и методика их воспитания. | 2 |
| 3. Скоростные способности и методика их воспитания. | 2 |
| 4. Координационные способности и методика их воспитания. | 2 |
| 5. Выносливость и методика её воспитания. | 2 |
| 6. Гибкость и методика её воспитания. | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **12** |
| **Практическое занятие 14.** Методическая разработка воспитания силовых способностей | 2 |
| **Практическое занятие 15.** Методическая разработка воспитания выносливости | 2 |
| **Практическое занятие 16.** Методическая разработка воспитания скоростных способностей | 2 |
| **Практическое занятие 17.** Методическая разработка воспитания двигательно-координационных способностей | 2 |
| **Практическое занятие 18**. Методическая разработка воспитания гибкости | 2 |
| **Практическое занятие 19**. Выбор средств, методов и режимов работы для развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. Подготовка презентации «Развитие физических качеств» | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Составить глоссарий – основные понятия, ключевые слова понятийного аппарата теории физческой культуры и спорта. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Написать виды выносливости, их характеристика. Аэробная и анаэробная выносливость. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Критерии измерения и виды гибкости. Факторы, определяющие уровень развития гибкости. Возростно-половые особенности гибкости. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Формы проявлении силы. Факторы, определяющие развитие силовых способностей. | 2 |
| **Раздел 3. Понятие о спорте** |  |  |
| **Тема 3.1.** **Спорт как специфическая деятельность** | **Содержание учебного материала** | **4/4/2** | ПК 1.2., ПК 1.3; ПК 1.5, ПК 1.6ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.2, ПК 3.5/ОК 01., ОК 2., ОК 08. |
| 1. Предпосылки возникновения спорта, специфические признаки спорта, | 2 |
| 2. Социальные функции спорта | 2 |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **4** |
|  **Практическое занятие 20.** Проектирование занятий, подбор комплексов физических упражнений. | 2 |
| **Практическое занятие 21.** Дозирование и регулирование физических нагрузок при занятиях оздоровительной физической культурой. | 2 |
|  | **Самостоятельная работа.**Подготовка презентаций по данной теме. | 2 |  |
| **Тема 3.2.****Характеристика тренировочно-соревнователь-ной деятельности** | **Содержание учебного материала** | **4/14/2** | ПК 1.2., ПК 1.3; ПК 1.5, ПК 1.6ПК 2.4;**ВД 3 (2):**ПК 3.1. – ПК 3.2, ПК 3.5/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 |
| 3. Разновидности тренировочных занятий и построение тренировки в циклах |
| **В том числе практических и лабораторных занятий** | **14** |
| **Практическая работа 22.** Подбор средств спортивной тренировки | 2 |
| **Практическая работа 23**. Подбор методов спортивной тренировки | 2 |
| **Практическая работа 24**. Подбор принципов спортивной тренировки | 2 |
| **Практическая работа 25**. Роль спортивного отбора в повышении эффективности подготовки спортсменов. Участие в проведении контрольных испытаний и тестирования | 2 |
| **Практическая работа 26.** Составление тренировочного занятия на разных этапах многолетней подготовки | 2 |
| **Практическая работа 27.** Анализ программ по физическому воспитанию для школьных спортивных секций. | 2 |
| **Практическая работа 28.** Выполнение заданий по составлению календаря соревнований, положения соревнований по типовым заданиям. | 2 |
| **Самостоятельная работа.**Подготовка сообщений по теме « Условия и способы формирования и развития мотивации занятий спортом.» | 2 |
| **Консультация** |  | **2** |
| **Промежуточная аттестация Экзамен**  | **18** |
| **Всего:** | **164** |

**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**

**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 + еПриложение: 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.
	* 1. **Основные электронные издания**
9. 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.
10. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + еПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с. — ISBN 978-5-406-07304-9.— Текст : электронный.
11. 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
12. 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
13. 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
14. 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
15. 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
16. 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
17. 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*** |
| *Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:* |  |
| - 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 особенностисредств, методов формирования физической культуры личности, определяет ихдидактические 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 обучение двигательному действию;-определяет особенности этапов обучения двигательному действию;- дает определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»;-перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и 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 | Устный опрос,проверочные работы, тестирование, экзамен |
| *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 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. | - 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 |

1. [↑](#footnote-ref-1)