

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Филиал бюджетного профессионального образовательного учреждения
Омской области

«Омский колледж отраслевых технологий
строительства и транспорта»

Нововаршавское городское поселение



СОГЛАСОВАНО

Председатель ПЦК
Технического профиля
ФБПОУ ОО «ОКОТСиТ», НГП

Т.В. Иванова

29 августа 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по учебно-методической работе
БПОУ ОО «ОКОТСиТ»

Л.Н.Борилов 31.08 2018г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
"ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА"
49.02.01 Физическая культура.
(углубленная подготовка)

НГП

2018 год

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 27 октября 2014 г. N 1355 Зарегистрировано в Минюсте России 27 ноября 2014 г. N 34956) (в редакции от 25.03.2015)

Организация-разработчик: ФБПОУ ОО «Омский колледж отраслевых технологий строительства и транспорта», НГП

Разработчик:

ФБПОУ ОО «ОКОТСиТ», НГП
(место работы)

преподаватель
(занимаемая должность)

Тарасов А.В.
(ФИО)

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»	4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»	7
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»	19
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»	21

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 «Физическая культура», входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.

1.2. Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения дисциплины:

Цель: формирование знаний и умений необходимых для овладения профессиональными и общими компетенциями.

В результате освоения учебного предмета 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;

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;
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, двигательнo-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.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные профессиональной деятельности.

ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 180 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 120 часов; самостоятельной работы обучающегося 60 часов.

2. Структура и содержание учебного предмета «Теория и история физкультуры и спорта»

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Объём образовательной программы	180
учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	120
в том числе:	
теоретическое обучение	80
лабораторные занятия	-
практические занятия	40
Самостоятельная работа	60
Промежуточная аттестация в форме: экзамена	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел I История возникновения и развития зарубежных и отечественных систем физического воспитания. История международного олимпийского движения				
Тема 1.1 Предмет История физической культуры. Истоки физической культуры.	Содержание:		36	2
	1.1.1.	Физическая культура в древнем мире и в средние века. Физическое воспитание в родовом обществе. Физическая культура в Древней Греции. Физическая культура Древнего Рима. Рыцарское физическое воспитание	2	
	1.1.2.	Возникновение и развитие Олимпийских игр в Древней Греции. Программа Олимпийских игр.	2	
	1.1.3.	Создание основ школьного физического воспитания и физкультурно-спортивного движения. Немецкая система физического воспитания. Сокольское движение и сокольская гимнастика. Шведская система физического воспитания. Французская система физического воспитания. Развитие международного спортивного движения.	2	
	1.1.4.	Физическая культура в России с древнейших времён и до второй половины XIX века. Физическая подготовка в армии и в учебных заведениях. Развитие спорта и первые международные связи русских спортсменов.	2	
	1.1.5.	Возрождение Олимпийских игр современности. Роль Пьера де Кубертена в возрождении Олимпийских игр.	2	
	1.1.6.	Физическая культура и спорт в СССР. Развитие спорта и первые международные связи советских спортсменов.	2	
	1.1.7.	История возникновения и развития Олимпийских зимних игр. Итоги выступления сборной СССР.	2	
	1.1.8.	Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Структура и функции государственных и общественных органов управления ФКиС в Российской Федерации. Развитие массовой и	2	

		оздоровительной физической культуры.		
	1.1.9.	Олимпийские игры современности. Современная Россия на олимпийских играх.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		6	
	1.	Выполнить анализ зарубежных методик системы физического воспитания (немецкую, чешскую (сокольскую), шведскую и французскую).	2	
	2.	Выполнить анализ развития ФКиС в России до второй половины XIX века.	2	
	3.	Выполнить анализ этапов возрождения и развития Олимпийских игр современности.	2	
	Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Физическое воспитание в родовом обществе 2.Физическая культура в Древней Греции 3.Возникновение и развитие Олимпийских игр в Древней Греции. Программа Олимпийских игр. 4.Физическое воспитание в рыцарских заведениях западной Европы 5.Немецкая система физического воспитания. Чешская (сокольская) система физического воспитания. Шведская система физического воспитания. Французская система физического воспитания. 6.Физическая культура в России и в Советском союзе.		12	3
	Контрольная работа		0	
Раздел 2. Общая характеристика теории и методики физического воспитания и спорта				
Тема 2.1. Основные понятия теории и методики физического воспитания и спорта	Содержание:		24	2
	2.1.1.	Физическая культура. Физическое воспитание. Физическая подготовка. Физические упражнения. Спорт.	2	
	2.1.2.	Цель физического воспитания, специфические и общепедагогические задачи физического воспитания. Цель и задачи спортивной тренировки. Основные принципы физического воспитания и спортивной тренировки.	2	
	2.1.3.	Средства физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Техника физических упражнений. Кинематические и динамические характеристики двигательных действий.	2	

	2.1.4.	Методы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Методы строго регламентированного упражнения. Игровой метод. Соревновательный метод. Словесные методы. Наглядные методы.	2	
	2.1.5.	Основы теории обучения двигательным действиям. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Этап начального разучивания двигательного действия. Этап углублённого разучивания двигательного действия. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия:		6	
	4.	Описать упражнения, применяемые в тренировочных занятиях в ИВС.	2	
	5.	Описать особенности методов физического воспитания и портивной тренировки.	2	
	6.	Разработать обучение и совершенствование упражнения, выбранного из ИВС, в три этапа.	2	
	Контрольная работа:		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Основные понятия ТиМФВиС: физическая культура, физическое воспитание. 2.Цель физического воспитания, специфические задачи, общепедагогические задачи; цель и задачи спортивной подготовки; цель физического воспитания, специфические задачи, общепедагогические задачи; цель и задачи спортивной подготовки; основные принципы физического воспитания и спортивной подготовки . 3.Средства физического воспитания, средства спортивной тренировки, средства оздоровительной тренировки. 4.Методы физического воспитания и спортивной тренировки.		8	3
Раздел 3 Теоретические основы воспитания физических качеств			24	
Тема 3.1. Воспитание силовых способностей	Содержание:		24	2
	3.1.1.	Структура силовых способностей. Средства воспитания силовых способностей. Методика воспитания: собственно-силовых способностей, скоростно-силовых способностей, силовой выносливости. Оценка уровня развития силовых способностей.	2	
	3.1.2.	Понятие «скоростные способности». Элементарные и комплексные формы проявления скоростных способностей. Средства и методы воспитания скоростных способностей. Методика воспитания	2	

	скоростных способностей. Оценка уровня развития скоростных способностей.		
3.1.3.	Понятие «выносливость». Общая и специальная выносливость. Средства и методы проявления скоростных способностей. Методика воспитания скоростных способностей.	2	
3.1.4.	Характеристика гибкости. Активная и пассивная гибкость. Средства и методы воспитания гибкости. Оценка уровня развития гибкости. Структура координационных способностей. Средства развития и методические приёмы воспитания координационных способностей. Оценка уровня развития координационных способностей.	2	
3.1.5.	Структура координационных способностей. Средства развития и методические приёмы воспитания координационных способностей. Оценка уровня развития координационных способностей.	2	
Лабораторные работы		0	
Практические занятия		6	
7.	Определить основные типы силовых способностей, которые в основном проявляются в соревновательной деятельности в ИВС и охарактеризуйте средства и методику их развития.	2	
8.	Привести примеры проявления элементарных и комплексных форм скоростных способностей в тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС.	2	
9.	Определить и запишите контрольные упражнения (тесты), которые могут быть использованы для оценки уровня развития силовых и скоростных способностей.	2	
Внеаудиторная самостоятельная работа		8	3
1. Типы (виды) силовых способностей. Средства воспитания силовых способностей.			
2. Воспитание собственно-силовых способностей. Воспитание скоростно-силовых способностей. Методика воспитания силовой выносливости.			
3. Оценка уровня силовых способностей.			
4. Элементарные и комплексные формы проявления скоростных способностей. Средства и методы воспитания скоростных способностей.			
Контрольная работа		0	
Раздел 4 Направленное развитие личности в процессе физического воспитания и занятий спортом		21	

Тема 4.1 . Урочные и неурочные формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки .	Содержание:		21	2
	4.1.1.	Формы физического воспитания. Урочные формы занятий в физическом воспитании и спорте. Неурочные формы. План-конспект урока физического воспитания и спортивной тренировки.	2	
	4.1.2.	Мотивы занятий физической культурой и спортом, механизмы и средства воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Мотивация спортивной деятельности. Мотивация достижений. Основные правила мотивации занятий спортом и физическими упражнениями. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и занятий спортом. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту.	2	
	4.1.3.	Основы здорового образа жизни и способы его формирования и развития. Здоровье как социально-психологическая категория. Понятие "здоровый образ жизни". Элементы ЗОЖ. Вредные привычки.	2	
	4.1.4.	Особенности физического воспитания детей с ослабленным здоровьем, с особыми образовательными потребностями, с девиантным поведением. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Физическое воспитание детей с особыми образовательными потребностями.	2	
	4.1.5.	Виды девиантного поведения. Физическое воспитание детей с девиантным поведением. Реабилитационные социально-педагогические технологии.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		4	
	10.	Перечислить основные элементы здорового образа жизни и описать способы формирования ЗОЖ.	2	
	11.	Описать особенности ФВ детей с ослабленным здоровьем, с особыми образовательными потребностями, с девиантным поведением.	2	
Контрольная работа			0	

	Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Построение учебно-тренировочных занятий. 2.Неурочные формы занятий в физкультурной практике 3.Мотивация спортивной деятельности и спортивных достижений. Основные правила мотивации занятий спортом и физическими упражнениями. 4.Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и занятий спортом.		7	3
Раздел 5.Планирование и контроль в физическом воспитании и спорте			12	
Тема5.1 Планирование в физическом воспитании и спорте	Содержание:		12	2
	5.1.1	Временные масштабы планирования. Методическая последовательность планирования. Учебный план. Учебная программа. Перспективное планирование. Годовой план-график учебного процесса. Этапное планирование. Текущее планирование. Оперативное планирование.	2	
	5.1.2	Педагогический контроль и самоконтроль. Предварительный контроль. Оперативный контроль. Текущий контроль. Этапный контроль. Итоговый контроль. Методы контроля. Контроль и учёт в физическом воспитании и спорте.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		4	
	12.	Заполнить таблицу «Документы планирования и их характеристики».	2	
	13.	Заполнить таблицу«План-график годичного цикла подготовки в избранном виде спорта для квалифицированных спортсменов»	2	
	Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Планирование в физическом воспитании и спорте в зависимости от временных масштабов. 2.Методическая последовательность планирования.		4	3
	Контрольная работа		0	
Раздел 6. Общая характеристика спорта.			18	
Тема 6.1. Основные понятия спорта. Классификация видов спорта	Содержание:		18	2
	6.1.1.	Базовое исходное понятие "спорт". Спорт высших достижений, профессиональный спорт, массовый спорт, военно-прикладные и служебно-прикладные виды спорта, национальные виды спорта. Базовое исходное понятие "спортивные соревнования" и	2	

		производные понятия: международные соревнования, всероссийские соревнования, территориальные соревнования. Базовые функциональные понятия: "спортивная подготовка" и "спортивная тренировка" и их производные понятия. Базовые итоговые понятия: спортивные результаты, спортивные достижения, спортивная квалификация.		
	6.1.2.	Функции спорта. Направления развития спорта. Эталонная функция спорта. Эвристически-прогностическая функция. Эмоционально-зрелищная функция. Эстетическая функция. Коммуникативная функция. Экономическая функция. Основные направления в развитии современного спорта. Физкультурно-спортивные организации в России.	2	
	6.1.3.	Характеристика системы подготовки спортсмена. Система подготовки спортсменов: 1) общие основы подготовки спортсменов; 2) основные стороны подготовленности спортсмена; 3) построение спортивной тренировки; 4) отбор и контроль в системе подготовки спортсмена; 5) система соревнований и соревновательная деятельность спортсменов в ИВС; 6) внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки спортсмена.	2	
	6.1.4.	Травматизм в спорте. Внешние причины травматизма. Внутренние причины травматизма. Организационные и материально-технические причины травматизма. Медико-биологические причины травматизма. Спортивно-педагогические причины травматизма. Основные направления профилактики травм у спортсменов.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические работы		4	
	14.	Описать основные внешние и внутренние причины травматизма в ИВС.	2	
	15.	Описать основные направления профилактики травматизма в ИВС.	2	

		Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Базовые исходные понятия «спорт», «спортивные соревнования» и их производные понятия. 2.Базовые функциональные понятия «спортивная подготовка», «спортивная тренировка» и их производные понятия. 3.Базовые итоговые понятия: «спортивные результаты», «спортивные достижения», «спортивная квалификация».	6	3
		Контрольная работа	0	
Раздел 7. Методические основы спортивной подготовки			30	
Тема 7.1.Цели, задачи, средства и методы спортивной тренировки	Содержание:		30	2
	7.1.1.	Цель спортивной подготовки. Основные задачи, решаемые в процессе спортивной тренировки. Средства спортивной подготовки: 1) соревновательные упражнения; 2) специально-подготовительные упражнения; 3) общеподготовительные упражнения.	2	
	7.1.2.	Общепедагогические методы спортивной тренировки. Словесные методы; наглядные методы. Практические методы: методы строго-регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод.	2	
	7.1.3.	Утомление и восстановление в системе подготовки спортсмена. Утомление при мышечной деятельности. Явное (некомпенсированное) утомление. Скрытое (компенсированное) утомление. Восстановление после физических нагрузок. Текущее восстановление. Срочное восстановление. Отставленное восстановление. Стресс-восстановление.	2	
	7.1.4.	Нагрузки, применяемые в спорте. Тренировочные и соревновательные нагрузки. "Внешняя" и "внутренняя" стороны тренировочных нагрузок. Взаимосвязь нагрузок с внешней и внутренней стороны.	2	
	7.1.5.	Характер и направленность тренировочных нагрузок. Компоненты тренировочных нагрузок: характер упражнений, интенсивность выполняемых упражнений, продолжительность отдельных упражнений, продолжительность и характер	2	

		интервалов отдыха, число повторений упражнений, длительность работы. Воздействие нагрузок на организм спортсменов различной квалификации и подготовленности.		
	7.1.6.	Основные принципы спортивной тренировки. Направленность к высшим достижениям. Углублённая специализация. Непрерывность тренировочного процесса. Единство постепенности увеличения нагрузки и тенденция к максимальным нагрузкам. Волнообразность и вариативность нагрузок. Цикличность тренировочного процесса. Единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Единство и взаимосвязь тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внутренировочными факторами.	2	
	7.1.7.	Основы построения процесса спортивной подготовки. Спортивная подготовка как многолетний процесс. Построение тренировки в больших циклах – макроциклах. Построение тренировки в годовых циклах. Построение тренировочных мезоциклов. Построение тренировочных микроциклов. Основы спортивной ориентации и отбора. Взаимосвязь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки. Наследуемость основных морфофункциональных признаков, двигательных качеств и показателей функциональной подготовленности у человека. Методы обследования при отборе.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические работы		6	
	16.	Описать основные процессы утомления во время выступления в соревнованиях в конкретной соревновательной дисциплине в ИВС.	2	
	17.	Заполнить таблицу 1 «Структура годового планирования для квалифицированных спортсменов в ИВС».	2	
	18.	Заполнить таблицу 2 «Спортивный отбор и спортивная ориентация в процессе многолетней подготовки в ИВС».	2	

	Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Цели и задачи спортивной тренировки. 2.Средства спортивной тренировки. 3.Утомление при мышечной деятельности. Некомпенсированное и компенсированное утомление. 4.Восстановление после физических нагрузок. 5. Построение тренировочных микроциклов.		10	3
	Контрольная работа		0	
Раздел 8. Основа теории соревновательной деятельности			15	
Тема 8.1.Система спортивных соревнований	Содержание:		15	2
	8.1.1.	Понятие о системе спортивных соревнований. Правила соревнований. Положение о соревнованиях. Определение результата в соревнованиях. Условия соревнований, влияющие на соревновательную деятельность.	2	
	8.1.2.	Виды спортивных соревнований. Регламентация и способы проведения соревнований. Соревнования в системе подготовки спортсмена.	2	
	8.1.3.	Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований. Спортивный инвентарь и оборудование мест подготовки и соревнований. Тренажеры в системе спортивной подготовки.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические работы		4	
	19.	Охарактеризовать основное содержание нормативных документов: "Правила соревнований" и "Положение о соревнованиях".	2	
	20.	Охарактеризовать контрольные, подготовительные, отборочные, подводящие и главные соревнования в ИВС и описать их специфику в системе соревнований в ИВС.	2	
	Контрольная работа		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа 1.Условия соревнования, влияющие на соревновательную деятельность. 2.Виды и способы проведения соревнований. 3.Спортивный инвентарь и оборудование мест спортивной подготовки и		5	3

	соревнований в ИВС. Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований.		
	4-й семестр	180	
	Всего	180	

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 ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебного предмета осуществляется в учебном кабинете «Теории и истории физической культуры» и спортивного зала;

Оборудование учебного кабинета: рабочее место на 30 обучающихся, комплект учебно-методической литературы

Технические средства обучения: телевизор, DVD, компьютер, принтер, сканер, выход в Internet, проектор.

Оборудование спортивного зала: маты, мячи: ф\б, б\б, в\б, гантели, фишки, секундомер.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. 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», 2018. – 320 с.

2. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений проф. образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 10-е изд., испр. - М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 480с.

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/00000729_0.html
2. http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=8434
3. <http://citadel.bstu.by/metod/tren/index.html>
4. http://window.edu.ru/window/catalog?p_rid=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.htm>
9. <http://www.kursach.com/fizkultura-i-sport-zdorhttp://herzenffk.my1.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.tcdifor.com/nike/history.htm>
18. <http://www.tcdifor.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.adfdas.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/1.htm>
27. <http://www.spi.infonet.by/sport/about.htm>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется в процессе проведения теоретических и практических занятий, тестирования, текущего контроля, экзамена.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках предмета: 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; 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;	четкое владение знаниями: об аппарате теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; истории становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки; истории международного спортивного движения; современных концепциях физического воспитания; спортивной и оздоровительной тренировки; задачах и принципах физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; средствах методах и формах физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; основах теории обучения действиям; теоретические основы развития физических качеств; основах формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом; механизмах и средствах развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом; мотивах занятий физической культурой и спортом, условиях и способах их формирования и развития; понятии "здоровый образ жизни" и основах его формирования средствами физической культуры; особенностях физического	Оценка результатов в рамках текущего контроля результатов выполнения индивидуальных контрольных заданий. Оценка результатов выполнения самостоятельной работы Экзамен

особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo-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.	воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; структуре и основах построения процесса спортивной подготовки; основах теории соревновательной деятельности; основы спортивной ориентации и спортивного отбора.	
Перечень умений, осваиваемых в рамках предмета: 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.	Правильность: -использования полученных знаний и навыков для дальнейшего совершенствования	Оценка результатов выполнения практической работы. Оценка в рамках текущего контроля результатов выполнения индивидуальных контрольных заданий. Оценка результатов выполнения самостоятельной работы

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.	Умение определять цели и задачи, планировать учебные занятия.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.	Умение проводить учебно-тренировочные занятия.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен.
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Умение руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Умение осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Умение анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Умение проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	Умение подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Умение оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Умение определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Умение мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Умение организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Умение осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен.
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Умение организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 2.6. Оформлять документацию(учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Умение оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.	- правильность разработки учебно-методического комплекта; - правильность разработки учебно-методических материалов на основе образовательного стандарта.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.	- правильность разработки учебно-методического комплекта; - правильность разработки учебно-методических материалов на основе образовательного стандарта.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной	Умение работать с профессиональной литературой; Умение оценивать педагогический опыт	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен

литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	деятельности других педагогов.	
ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Умение оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.	Умение проводить исследовательскую деятельность в области физического воспитания.	Текущий контроль Практическая работа. Экзамен
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Анализ результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.	Самостоятельная работа по поиску информации по профессии (Интернет)
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Рациональное планирование деятельности, исходя из целей и способов ее достижения. собственной деятельности; - организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	-умение оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	-эффективный поиск необходимой информации; использование различных источников включая электронные;	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	-знание источников информации: бумажные носители аудионосители видеоматериалы Интернет-источники	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	взаимодействие обучающихся с преподавателями и мастерами в ходе обучения.	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.

ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	- знание целей и мотиваций для занимающихся физической культурой и спортом	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	- знание задач профессионального и личностного развития	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	- знание основ профессиональной деятельности в условиях обновления целей и смены технологий.	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	- соблюдение правил техники безопасности	наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	-соблюдение правовых норм профессиональной деятельности при разработке учебно-методических материалов	Наблюдение и оценка планов, конспектов мероприятий.