ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ «УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДЕНО
Директором ГБПОУ Республики
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной
31 августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07. ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

по специальности **49.02.01 Физическая культура**
(заочная форма обучения)

2022 г.

Документ подписан электронной подписью.

РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

Педагогическим советом
Протокол № *1*
« 30» августа 20 *22* г.
Председатель педагогического совета
_____ Н.В. Беткузина

Рабочая программа учебной дисциплины *ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта* разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования *49.02.01 Физическая культура*

Организация-разработчик:
ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище Олимпийского резерва».

Разработчик:
Шалгин А.Н.., зам. директора по УСР ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище олимпийского резерва»

Рецензенты:
Палагина Н.И., канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры, спорта и туризма ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет»

Документ подписан электронной подписью.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ 4

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 7

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ 12

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 19

Документ подписан электронной подписью.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины *ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта* является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО *49.02.01 Физическая культура*.

Рабочая программа может быть реализована с помощью ДОТ (электронной почты, образовательной платформы Google-класс).

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для повышения квалификации тренеров - преподавателей.

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

профессиональный цикл, общепрофессиональные дисциплины.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;
- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

знать:

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;
- современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;
- основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом;
- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом;
- мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития;

Документ подписан электронной подписью.

- понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- структура и основы построения процесса спортивной подготовки;
- основы теории соревновательной деятельности;
- основы спортивной ориентации и спортивного отбора.

Формируемые ***общие и профессиональные компетенции:***

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 технологии для совершенствования 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.

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 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

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.

Документ подписан электронной подписью.

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.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 108 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 13 часов;

самостоятельной работы обучающегося 95 часов.

Документ подписан электронной подписью.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка обучающихся	***Объем в часах***
Максимальная	108
Самостоятельная	*95*
Обязательная:	
Всего	*13*
в том числе:	
лекции, уроки	*9*
практические занятия	*4*
контрольная работа	1
Формы промежуточной аттестации:	
Экзамен (2 семестр)	

Документ подписан электронной подписью.

2.2. Структура и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
Раздел 1	**Теория физической культуры**	***80***	
Тема 1.1 Современная система физического воспитания.	**Содержание учебного материала**	*1*	*2*
	Современная система физического воспитания. Введение в теорию физической культуры. Основные понятия теории физической культуры (физическая культура, структура физической культуры, физическое воспитание, спорт, физическая реакция, физическая подготовка, физическая развитие, физические упражнения). Теория физической культуры как наука и как учебная дисциплина. Методология исследования физической культуры (проблема, тема, предмет исследования, рабочая гипотеза, цель, задачи, методы (теоретический анализ обобщения, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, контрольное испытание (тесты), опрос, анкетирование, интервью, беседа, обработка результатов), эксперимент).	*1*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся:	*15*	*2*
	Введение в теорию физической культуры. Основные понятия теории физической культуры (физическая культура, структура физической культуры, физическое воспитание, спорт, физическая реакция, физическая подготовка, физическая развитие, физические упражнения). Теория физической культуры как наука и как учебная дисциплина. Методология исследования физической культуры (проблема, тема, предмет исследования, рабочая гипотеза, цель, задачи, методы (теоретический анализ обобщения, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, контрольное испытание (тесты), опрос, анкетирование, интервью, беседа, обработка результатов), эксперимент). Составление словаря терминов и понятий. **Современная система физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.** Обзор концепций физического воспитания 20 века: 1) довоенное время, 2) послевоенное, 3) 90-е гг. по настоящее время. Классификация концепций физического воспитания. Предмет и основные понятия теоретических концепций физического воспитания. Характеристика современных концепций. Обзор концепций физического воспитания 20 века: 1) довоенное время, 2) послевоенное, 3) 90-е гг. по настоящее время. Классификация концепций физического воспитания. Предмет и основные понятия теоретических концепций физического воспитания. Характеристика современных концепций. Структура концепций физического воспитания. Сравнительный анализ.	*5* *10*	*2*
Тема 1.2	**Содержание учебного материала**	*2*	

Документ подписан электронной подписью.

Цель, задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.	**Цель, задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.** Понятие о системе физической культуры Цель и задачи системы физической культуры, спортивной и оздоровительной тренировки. Общие принципы системы физической культуры, спортивной и оздоровительной тренировки.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*2*	
	Оценка постановки цели и задач физической культуры, спортивной и оздоровительной тренировки.	*2*	
Тема 1.3. **Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.**	**Содержание учебного материала**	*2*	
	Средства физической культуры, спортивной и оздоровительной тренировки. Современные представления о классификации средств и методов физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Характеристика форм физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Дидактические и воспитательные возможности форм физического воспитания.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*8*	
	Средства физической культуры, спортивной и оздоровительной тренировки. Современные представления о классификации средств и методов физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Характеристика форм физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Дидактические и воспитательные возможности форм физического воспитания. Сравнительная характеристика урочных форм занятий: средства, методы, приёмы. Составление конспекта на тему «Общая характеристика занятий неурочного типа».	*8*	*1*
Тема 1.4 **Основы теории обучения двигательным действиям**	**Содержание учебного материала**	*2*	
	Основы формирования двигательных умений и навыков. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*2*	
	Основы формирования двигательных умений и навыков. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.	*2*	
Тема 1.5. **Теоретические основы развития физических качеств.**	**Содержание учебного материала:**	*2*	*1*
	Понятие физической подготовленности и физических качеств человека. Сила и силовые способности, примеры упражнений для развития этих качеств. Определение выносливости и гибкости, ловкости и быстроты.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*2*	
	Понятие физической подготовленности и физических качеств человека. Сила и силовые способности, примеры упражнений для развития этих качеств. Определение выносливости и гибкости, ловкости и быстроты. Подготовка сообщения «Условия развития физических способностей человека».	*2*	*1*
Тема 1.6.	Самостоятельная работа обучающихся:	*4*	

Документ подписан электронной подписью.

Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом.	Понятие базовой техники и ее значение в совершенствовании технико-тактического мастерства. Содержание и последовательность технико-тактической подготовки спортсменов. Составление плана-конспекта занятия по технико-тактической подготовке в избранном виде спорта (по предложенному образцу).	*4*	*2*
Тема 1.7. Механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	*10*	*2*
	Развитие личности в процессе физического воспитания. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту. Составление плана спортивно-массового мероприятия «Весёлые старты».	*10*	
Тема 1.8. Мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	*6*	*2*
	Классификация мотивов к занятиям физической культуры и спортом. (двигательно-деятельностные мотивы, соревновательно-конкурентные мотивы, эстетические мотивы, оздоровительные мотивы). Стремление к здоровому образу жизни как фактор мотивации к занятиям физической культуры и спорта. Здоровый образ жизни, его формирование средствами физической культуры. Психолого-педагогические условия для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения обучающихся к физической культуре.	*6*	
Тема 1.9. Реализация индивидуального подхода в физическом воспитании обучающихся.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	*8*	*1*
	Физическое воспитание обучающихся с ослабленным здоровьем. Специальные медицинские группы. Физическое развитие двигательно-одаренных детей. Особенности построения занятий и индивидуальный подход. Дети с особыми образовательными потребностями. Особенности построения занятий с такими детьми. Составление конспекта на тему «Особенности поведения детей с девиантным поведением».	*8*	
Тема 1.10. Структура и основы построения процесса спортивной подготовки.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	*6*	*2*
	Спортивная подготовка как многолетний процесс, её структура. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Составление плана-графика учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта в макроцикле.	*6*	
Тема 1.11. **Основы теории соревновательной деятельности.**	**Самостоятельная работа обучающихся:**	*6*	
	Систематизации спортивных соревнований. Роль соревновательной практики в системе подготовки спортсменов.	*6*	
Тема 1.12. Основы спортивной ориентации и спортивного отбора.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	*2*	
	Основные направления организации спортивного отбора, нормативные основы первоначального отбора, прогнозирования спортивных способностей. Характеристика системы отбора спортсменов в избранном виде спорта. Составление таблицы: «Факторы, обуславливающие спортивный результат, их использование в процессе отбора».	*2*	
Раздел 2.	**История физической культуры.**	***28***	

Документ подписан электронной подписью.

Тема 2.1 История становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания.	**Практическая работа обучающихся:**	*2*	*2*
	Практическое занятие № 1. Анализ тенденций развития физической культуры и спорта в различные исторические периоды. Практическое занятие № 2. Сравнительный анализ педагогических идей физического воспитания в России в 18-20 вв.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*18*	*2*
	Введение в историю физической культуры История физической культуры как учебная дисциплина Предмет и задачи истории физической культуры. Физическая культура в древнем мире. Физическая культура в средние века. Физическое воспитание светских феодалов. Физическое воспитание крестьян и горожан в средние века. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения. Физическая культура и спорт в период новой истории до окончания XIX в. Физическая культура и спорт с начала XX века до конца второй мировой войны. Развитие рабочего движения. Буржуазно спортивное движения на службе милитаризма. Гимнастическое школы. Физическая культура и спорт после второй мировой войны. Физическая культура в развитых странах капитализма и в России.	*18*	
Тема 2.2 История становления и развития международного олимпийского движения.	**Практическая работа обучающихся:**	*2*	*2*
	Приёмы использования знания истории физической культуры и спорта для решения профессиональных задач (мотивация к занятиям физической культуры и спорта; нравственное и патриотическое воспитание обучающихся, построение учебно-тренировочного и соревновательного процесса и др.)	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся:	*6*	
	Международное спортивное олимпийское движение в первой половине XX века. Развитие спорта и создание международных спортивных объединений. Олимпийские игры до первой мировой войны. Образование МОК. Международное спортивное и олимпийское движение во 2 половине XX века. Направления в международном спортивном движении.	*6*	

Документ подписан электронной подписью.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета. Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- комплект мебели для студентов;
- доска меловая.

Технические средства обучения: компьютеры. Рабочая программа может быть реализована с помощью ДОТ (электронной почты, образовательной платформы Google-класс).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017.

Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта (15-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018.

Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта учебник [Текст]: / И.С. Барчуков. – Москва: Издательство «КНОРУС», 2015. – 368с.

Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом [Текст]/ под ред. Т.Ю. Торочковой. – Москва: «Академия», 2015. – 272 с.

Дополнительные источники:

Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта учебник [Текст]: / И.С. Барчуков. – Москва: Издательство «КНОРУС», 2015. – 368с.

Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта, М. : Издательский центр «Академия», 2010.

Дмитриев, А.А. Физическая культура в специальном образовании [Текст]: учебное пособие для студ. высш.пед. учеб.заведений / А.А.Дмитриев – Москва: «Академия», 2004.- 3176с.

Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. –272с.

Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с.

Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с.

Кожухова, Н.Н. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст]: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова. – Москва: Владос, 2008. – 271 с.

Лях,В.И. Физическая культура: Учебник для 8-9классов [Текст] В.И. Лях – Санкт-Петербург: Издательство «Лань», 2010.- 207с.

Лях,В.И. Физическая культура: Учебник для 10-11 классов [Текст] В.И. Лях – Санкт-Петербург: Издательство «Лань», 2010.- 207с.

Матвеев, А. П. Методика физического воспитания с основами теории [Текст] / А. П. Матвеев, С. Б. Мельников – Москва: Просвещение, 2006, - 192с.

Матвеев, А. П. Физическая культура [Текст]: программа общеобразовательных учреждений общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев – Москва: «Просвещение», 2009. – 30с.

Матвеев, А.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет:

Документ подписан электронной подписью.

Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд [Текст] А.П.Матвеев. – Санкт-Петербург: Издательство «Лань», 2006. – 160 с.

Никитушкин, В.Г. Теория и методика юношеского спорта Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. [Текст] В.Г.Никитушкин. – Санкт-Петербург: Издательство «Лань», 2010. – 208 с.

Потапчук, А.А. Лечебная физическая культура в детском возрасте [Текст]: учебное пособие / А.А. Потапчук — Санкт-Петербург: Реч, 2007. - 464с.

Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст]: учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. – Москва: Академия, 2008. – 368 с.

Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.

Интернет ресурсы:

Департамент образования и науки Кемеровской области [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://edu.kem.ru/

Издательский дом «Первое сентября» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.1september.ru.

Министерство образования и науки Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа:http://mon.gov.ru/

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://festival.1september.ru/

Федеральный портал «Российское образование»:Web:http://www.edu.ru.

Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml

Официальный сайт Олимпийского комитета РоссииWeb: www.olympic.ru

Наговицын Р.С.www.rae.ru. http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=135173

Документ подписан электронной подписью.

3.3. Календарно-тематический план учебной дисциплины

№ занятия	Календарные сроки изуч. темы, № уч. недели	Наименование темы	Количество часов на занятие		Учебная литература и задания для студентов	Самостоят. работа студентов
			всего	в т.ч. практич занятия		
Раздел 1 Теория физической культуры			**9**	**-**		**71**
1	1	Тема 1.1 Современная система физического воспитания.	1		Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	15
2	1	Тема 1.2 Цель, задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.	2		Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	2
3	2	Тема 1.3 Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.	2		Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.:	8

Документ подписан электронной подписью.

					Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	
4	2	Тема 1.4 Основы теории обучения двигательным действиям	2		Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	2
5	2	Тема 1.5 Теоретические основы развития физических качеств.	2		Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	2
	3	Тема 1.6 Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом.			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	4
	3	Тема 1.7 Механизмы и средства			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017.	10

Документ подписан электронной подписью.

		развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом.			Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	
	4	Тема 1.8 Мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития.			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	6
	4	Тема 1.9 Реализация индивидуального подхода в физическом воспитании обучающихся.			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	8
	4	Тема 1.10 Структура и основы построения процесса спортивной подготовки.			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. –	6

Документ подписан электронной подписью.

					320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	
	4	Тема 1.11 Основы теории соревновательной деятельности.			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	6
	4	Тема 1.12 Основы спортивной ориентации и спортивного отбора.			Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	2
Раздел 2. История физической культуры.			**4**	**4**		**24**
6	5	Тема 2.1 История становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания.	2	2	Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]	18

Документ подписан электронной подписью.

					/ Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	
7	5	Тема 2.2 История становления и развития международного олимпийского движения.	2	2	Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк – М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 272с. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк - М.: Изд.центр «Академия», 2010. – 320с. Решетников, Н.В. Физическая культура. [Текст] / Н.В. Решетников – М.: Изд.центр «Академия», 2011.- 176 с. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М: Академия, 2007. – 480с.	6
8	5	**Экзамен**				

Документ подписан электронной подписью.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований, внеаудиторной самостоятельной работы.

№	Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
			знать	уметь	
Раздел 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ.					
1	**Тема 1.1 Современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	*Устный опрос (фронтальный).* Тестирование; оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
2	**Тема 1.2 Цель, задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения	*Устный опрос (индивидуальный).*

			- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	интереса к физической культуре и спорту;	
3	**Тема 1.3** **Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	*Устный опрос (фронтальный).* Тестирование; оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
4	**Тема 1.4** **Основы теории обучения двигательным действиям**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	*Устный опрос (индивидуальный).*

Документ подписан электронной подписью.

			действиям;		
5	**Тема 1.5 Теоретические основы развития физических качеств.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	*Устный опрос (фронтальный).* Тестирование; оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
6	**Тема 1.6 Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
7	**Тема 1.7 Механизмы и средства развития личности в процессе физического**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории	оценка правильности выполнения внеаудиторной

Документ подписан электронной подписью.

	воспитания и занятий спортом.		отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	самостоятельной
8	**Тема 1.8** **Мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
9	**Тема 1.9** **Реализация индивидуального подхода в физическом воспитании обучающихся.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- 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;	- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации	оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной

Документ подписан электронной подписью.

				физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;	
10	**Тема 1.10 Структура и основы построения процесса спортивной подготовки.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- 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;	- правильно использовать терминологию в области физической культуры; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной, оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;	оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
11	Тема 1.11 **Основы теории соревновательной деятельности.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- 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;	- правильно использовать терминологию в области физической культуры; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной, оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;	Тестирование; оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
12	**Тема 1.12 Основы спортивной ориентации и спортивного отбора.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- 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;	- правильно использовать терминологию в области физической культуры; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной, оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию	оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной

Документ подписан электронной подписью.

				по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития; - ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;	
13	**Тема 2.1** **История становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- 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, двигательно-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; - структура и основы построения процесса спортивной подготовки; - основы теории соревновательной деятельности; основы спортивной ориентации и спортивного отбора.	- правильно использовать терминологию в области физической культуры; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной, оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;	*Устный опрос (фронтальный).* Тестирование; оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной
14	**Тема 2.2** **История становления и развития международного олимпийского движения.**	ОК. 1 – 10 ПК 1.1. – 1.8., 2.1 – 2.6, 3.1 – 3.5	- 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, двигательно-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением; - структура и основы построения процесса спортивной подготовки; - основы теории соревновательной деятельности; основы спортивной ориентации и спортивного отбора.	- правильно использовать терминологию в области физической культуры; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной, оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;	*Устный опрос (фронтальный).* Тестирование; оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной

Документ подписан электронной подписью.

ГБПОУ РМЭ «Училище олимпийского резерва»

Экзаменационная работа

Теория и история физической культуры и спорта: 1 курс

Учащегося (ф.и.о.)_____

Курс _____группа_____

Дата_____

Раздел 1: Теория физической культуры

Запишите выбранные вами ответы на контрольные тесты в таблицу (карточку ответов):

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер ответа							

1. -Исторически обусловленный тип социальной практики физического воспитания, включающий мировоззренческие, теоретико-методические и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни, называется:

1) валеологией;
2) системой физического воспитания;
3) физической культурой;
4) спортом.

2. Под методами физического воспитания понимают:

1) основные положения, определяющие содержание, организационные формы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями;

2) те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны применения того или иного принципа обучения;

3) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, выполнять двигательные действия;

4) способы применения физических упражнений.

3. К *специфическим методам* физического воспитания относятся:

1) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;
2) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;
3) методы срочной информации
4) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.

4. Целенаправленный, систематический и организованный процесс формирования и развития у социальных субъектов качеств, необходимых им для выполнения каких-либо функций, называется:

1) учением;
2) преподаванием;
3) воспитанием;
4) обучением.

5. Система движений, объединенная смысловыми двигательными задачами, называется:

1) двигательными действиями;
2) спортивной техникой;
3) подвижной игрой;
4) физическими упражнениями.

6. Обучение двигательному действию начинается с:

1) создания общего первоначального представления (смыслового и зрительного) о двигательном действии и способе его выполнения;
2) непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям;
3) непосредственного разучивания техники двигательного действия в целом;
4) разучивания общеподготовительных упражнений.

7. Каким методом обучения преимущественно пользуются на этапе начального разучивания техники сложного двигательного
действия?

1) методом стандартно-интервального упражнения;
2) методом сопряженного воздействия;
3) расчлененно-конструктивным методом;

Документ подписан электронной подписью.

4) методом целостно-конструктивного упражнения.

8. Заполните таблицу «Основы системы физического воспитании и их характеристика».

Название	**Характеристика основ**

9. Заполните таблицу «Методы обучения двигательным действиям, и их характеристика».

Методы обучения	Характеристика методов

10.Заполните таблицу «Методы воспитания физических качеств и их характеристика».

Методы воспитания	Характеристика методов

11.Заполните таблицу «Этапы обучения двигательным действиям».

Этапы обучения (названия)	Цель этапа обучения	Основные педагогические задачи этапа
		1.
		2.
		3.
		4.
		1.
		2.
		3.
		1.
		2.
		3.
		4.

Документ подписан электронной подписью.

Раздел 2: История физической культуры **Запишите выбранные вами ответы на контрольные тесты в таблицу (карточку ответов):**							
Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер ответа							

1. Какая страна является родиной Олимпийских игр?
а) Древний Рим; б) Греция; в) Китай.
2. Каковы причины появления античных Олимпийских игр?
а) Олимпийские игры появились как религиозный языческий праздник в честь бога Зевса;
б) Олимпийские игры были созданы для демонстрации силы, ловкости и смелости атлетов;
в) Олимпийские игры были созданы для укрепления экономических, политических и культурных связей с другими народами.

2. Термин "Олимпиада" означает:
етырехлетний период между Олимпийскими играми;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) синоним Олимпийских игр;
г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

3. **Каковы причины появления античных Олимпийских игр?**
а) Олимпийские игры появились как религиозный языческий праздник в честь бога Зевса;
б) Олимпийские игры были созданы для демонстрации силы, ловкости и смелости атлетов;
в) Олимпийские игры были созданы для укрепления экономических, политических и культурных связей с другими народами.

4. **Какая дата является точкой отсчета в истории древних Олимпийских игр?**
а) 1896 г.; б) 776 г. до н. э.; в) 520 г. до н. э.

5. **Назовите имя первого известного победителя античных Олимпийских игр**.
а) армянский царь Вараздат;
б) римский император Нерон;
в) повар из Элиды Кореб.

6. Что называли «агоном» в Древней Греции?
1) физическое упражнение
2) систему воспитания
3) беговую дистанцию
4) **игры**

7. Какое из перечисленных упражнений не входило в эллинский пентатлон?
1) **метание молота**
2) прыжки с альтерами
3) метание диска
4) бег

Замечания_____
_____
_____
_____

Оценка
проверяющего_____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Документ подписан электронной подписью.

ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА НЕ ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подписи математически корректны, но нет полного доверия к одному или нескольким сертификатам подписи
Сертификат:	4C4ED8899EEA8098A8071526E038AF5B
Владелец:	Беткузина Наталья Валерьевна, Беткузина, Наталья Валерьевна, sport-uor@yandex.ru, 121521689394, 00204832281, ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА", ДИРЕКТОР, Республика Марий Эл, RU
Издатель:	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 23.08.2022 11:47:00 UTC+03 Действителен до: 16.11.2023 11:47:00 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	08.12.2022 15:14:44 UTC+03