

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБПОУ Республики

Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной

12 января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 07 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов 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 тренировок;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

знать:

- 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, двигательного 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.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей		Объем в часах
Максимальная		20
Внеаудиторная самостоятельная		14
Обязательная аудиторная:		6
в том числе: лекции, уроки		4
практические занятия		2
Форма промежуточной аттестации:	дифференцированный зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной	1	2

тренировки		
Основы теории обучения двигательным действиям; Теоретические основы развития физических качеств; Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом	1	2
Мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития; Структура и основы построения процесса спортивной подготовки	1	2
Основы теории соревновательной деятельности	1	2
Основы спортивной ориентации и спортивного отбора	1	2
История становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания; История становления и развития международного олимпийского движения	1	4
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Источники возникновения и развития теории и истории физической культуры.
2. Актуальные проблемы науки в области физического воспитания.
3. Исторический и классовый характер физического воспитания.
4. На основе чего возникло физическое воспитание.
5. Роль П. Ф. Лесгафта.
6. Физическая культура.
7. Физическое воспитание.
8. Спорт. Функции спорта.
9. Спортивные тренировки.
10. Физическое развитие.
11. Факторы, определяющие физическое развитие.
12. Физическая подготовленность.
13. Физическое образование.
14. Физическое совершенство.
15. Характеристика физического воспитания.
16. Цель системы физического воспитания.
17. Задачи системы физического воспитания.
18. Основы системы физического воспитания.
19. Научная основа (методические основы, программные основы, нормативные основы).
20. Принципы системы физического воспитания.
21. Направления системы физического воспитания.
22. Физические упражнения - как основное средство физического воспитания.
23. Возникновение физических упражнений.
24. Понятие двигательного действия.
25. Отличие движения от двигательного действия.
26. Основные характеристики физических упражнений.
27. Признаки физических упражнений.
28. Форма физических упражнений.
29. Содержание физических упражнений.
30. Внутренняя и внешняя структура физических упражнений.
31. Техника физических упражнений (образцовая, индивидуальная).
32. Классификация физических упражнений.
33. Принцип сознательности и активности.
34. Принцип научности.
35. Принцип доступности.
36. Принцип наглядности.
37. Принцип систематичности.
38. Принцип индивидуальности.
39. Понятие метода, методический прием, методика.
40. Основные признаки метода строго регламентированного упражнения.
41. Игровой метод.
42. Соревновательный метод.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

ПОДТВЕРЖДЕНА.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	4AA1D500B0ADC3A641DB39BA21C5866E
Владелец:	1021200771646, 00204832281, 1215078802, 121521689394, sport-uor@yandex.ru, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", ДИРЕКТОР, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", Беткузина, Наталья Валерьевна, RU, ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА, СЕЛО СЕМЕНОВКА, Республика Марий Эл, УЛИЦА МОЛОДЕЖНАЯ, 2
Издатель:	ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, ca_tensor@tensor.ru
Срок действия:	Действителен с: 27.09.2021 15:47:48 UTC+03 Действителен до: 27.12.2022 15:57:48 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	06.04.2022 10:38:50 UTC+03