

Приложение 2.18
к программе подготовки специалистов среднего
звена по специальности
49.02.03 Спорт

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта
индекс наименование учебной дисциплины

по специальности

49.02.03 Спорт
код наименование

наименование цикла: Общепрофессиональный цикл
(согласно учебному плану)

Максимальная учебная нагрузка обучающихся	119 часов
Самостоятельная работа	13 часов
Обязательная учебная нагрузка (всего)	106 часов

Промежуточная аттестация: экзамен

Москва, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.03 Спорт.

Организация разработчик: Профессиональная образовательная организация автономная некоммерческая организация «Колледж культуры и спорта» (ПОО АНО ККС)

Разработчик: Сысцов Александр Владимирович – преподаватель, тренер по физической культуре и спорту в ПОО АНО ККС; Загвоздкина Марина Владимировна – преподаватель обществознания, истории, английского языка, менеджмента, председатель ПЦК в ПОО АНО ККС.

«Рассмотрено» на заседании ПЦК Специальностей социально-экономического и гуманитарного профилей ПОО АНО ККС «27» мая 2024г. протокол № ССЭГП ПЦК 012/24

Председатель ПЦК  /Борнякова Ю.М./
«Согласовано»

Методист  /Александрова Е.А./

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта»

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.03 Спорт.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09.

Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.5. ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ОК 09	Использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; Правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта; Оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; Находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.	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; Методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки; Средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности; Основы теории обучения двигательным действиям; Теоретические основы развития двигательных способностей; Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья); Сущность и функции спорта; Средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки; Основные разделы спортивной подготовки; Тренировочные и соревновательные нагрузки; Основы теории соревновательной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	119
в т.ч. в форме практической подготовки	46
в т. ч.:	
теоретическое обучение	48
практические занятия	46
консультация	-
<i>Самостоятельная работа</i>	15
Промежуточная аттестация - экзамен	10

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Основы теории физической культуры		52/26	
Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры	Содержание	8/4	ПК 3.5. ОК 01. ОК 03. ОК 05. ОК 06. ОК 08.
	1.Основные понятия теории физической культуры: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация, физическая подготовка, физическое развитие, физические упражнения	4	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	4	
	1.Система физической культуры, её основы и принципы функционирования: понятие о системе физической культуры; цель, задачи и общие принципы системы физической культуры	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 1.2. Средства формирования физической культуры личности	Содержание	16/8	ПК 1.1.ПК 2.1. ОК 01. ОК 08.
	1.Физические упражнения как основное средство формирования физической культуры личности	4	
	2. Естественные силы природы и гигиенические факторы как средства физической культуры	4	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	8	
	1. Определение педагогических возможностей средств физической культуры	4	
	2. Дидактические и воспитательные возможности средств физической культуры	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 1.3. Методы формирования физической культуры личности	Содержание	16/8	ПК 1.1.ПК 2.1. ОК 01. ОК 08.
	1. Методы, направленные на приобретение знаний	4	
	2. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей	4	

	В том числе практические занятия и лабораторные работы	8	
	1. Определение педагогических возможностей методов формирования физической культуры личности	4	
	2. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 1.4. Основы развития физических способностей	Содержание	12/6	ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 3.1. ОК 01. ОК 08.
	1. Понятие о физических способностях. Силовые способности и основы методика их развития	4	
	2. Скоростные способности и основы методика их развития. Выносливость и основы и методики её развития	2	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	6	
	1. Составление комплексов упражнений, направленных на развитие двигательных способностей.	4	
	2. Гибкость и основы методика её развития	2	
Раздел 2. История физической культуры и спорта		37/10	
Тема 2.1. История физической культуры и спорта зарубежных стран	Содержание	19/2	ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 3.1. ОК 01. ОК 08.
	1. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе. Физическая культура в Средние века.	2	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	2	
	1. Анализ зарубежных систем физической культуры и спорта	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	15	
	1. Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока	15	
Тема 2.2. История физической культуры и спорта в России	Содержание	14/6	ПК 1.2. ПК 1.10. ПК 2.1. ОК 06. ОК 08.
	1. Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования) и современных видов спорта	4	
	2. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта	4	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	6	
	1. Разработка фрагментов физкультурно-спортивных занятий и мероприятий на основе материала истории физической культуры и спорта	4	
	2. Физическая культура и спорт в Российской Федерации	2	
Тема 2.3. История	Содержание	4/2	ПК 1.2. ПК 1.10. ПК 2.1.

международного олимпийского движения	1. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время	2	ОК 06. ОК 08.
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	2	
	1. Разработка фрагментов физкультурно-спортивных занятий и мероприятий на основе материала истории физической культуры и спорта	2	
Раздел 3. Основы теории и методики спорта		20/10	
Тема 3.1. Спорт в системе физической культуры	Содержание	8/4	ПК 1.2. ПК 1.10. ПК 2.1. ОК 06. ОК 08.
	1. Основные понятия, относящиеся к спорту	2	
	2. Классификация видов спорта	2	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	4	
	1. Социальные функции спорта	2	
	2. Основные направления в развитии спортивного движения	2	
Тема 3.2. Основы теории соревновательной деятельности	Содержание	4/2	ПК 1.2. ПК 1.10. ПК 2.1. ОК 06. ОК 08.
	1. Основные виды и функции спортивных соревнований	2	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	2	
	1. Спортивный результат, критерии измерения и оценки	2	
Тема 3.3. Основы спортивной тренировки	Содержание	8/4	ПК 1.2. ПК 1.10. ПК 2.1. ОК 06. ОК 08.
	1. Цели и задачи спортивной тренировки	2	
	2. Средства спортивной тренировки	2	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	4	
	1. Определение возможностей применения средств и методов спортивной тренировки для решения различных задач	2	
	2. Подготовка спортсмена в процессе тренировки: техническая, тактическая, физическая, психологическая, теоретическая, интегральная	2	
Промежуточная аттестация		10	
Всего		119/46	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

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

В кабинете имеется мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию. В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя (стол, стул, компьютер, проектор, доска, экран);
- столы и стулья для обучающихся;
- различные наглядные пособия.

Информационное обеспечение реализации программы

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

Основные источники

1. Балтрунас, М. И. Теория и методика обучения физической культуре: учебное пособие / М. И. Балтрунас, С. В. Быченков. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 135 с. — ISBN 978-5-4486-0765-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/81323.html> (дата обращения: 10.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/81323>

2. Кузнецов, В. С., Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы: учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2022. — 448 с. — ISBN 978-5-406-09945-2. — URL: <https://book.ru/book/943955> (дата обращения: 24.09.2023). — Текст: электронный.

3. Бабушкин, Г. Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: учебник / Г. Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 294 с. — ISBN 978-5-4487-0679-0. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/91118.html> (дата обращения: 24.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/91118>

4. Барчуков, И. С., Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / И. С. Барчуков,; под общ. ред. Г. В. Барчуковой. — Москва: КноРус, 2024. — 366 с. — ISBN 978-5-406-12410-9. — URL: <https://book.ru/book/951547> (дата обращения: 24.09.2023). — Текст: электронный.

5. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. — 160 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95431.html> (дата обращения: 24.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6. Бабушкин, Г. Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: учебник / Г. Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 294 с. — ISBN 978-5-4487-0679-0. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR

SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/91118.html> (дата обращения: 24.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/91118>

Дополнительные источники

1. Германов, Г. Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту: ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов / Г. Н. Германов, М. Е. Злобина, П. А. Хомяк. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 365 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/27256.html> (дата обращения: 31.07.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Гвоздева, Т. Б. Олимпийские игры античности (от мифа к истории): учебное пособие / Т. Б. Гвоздева. — Москва: Российский университет дружбы народов, 2013. — 204 с. — ISBN 978-5-209-05464-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/22198.html> (дата обращения: 24.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Селиверстов, Р. Е. Олимпийские игры / Р. Е. Селиверстов. — Москва: Белый город, 2014. — 16 с. — ISBN 978-5-7793-2421-2. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/50393.html> (дата обращения: 24.09.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш; под редакцией Н. В. Третьякова. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55566.html> (дата обращения: 10.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101283.html> (дата обращения: 10.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<ul style="list-style-type: none"> - 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; - методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки; - средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям; - теоретические основы развития двигательных способностей; - особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья); - сущность и функции спорта; - средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки; - основные разделы спортивной подготовки; - соревновательные нагрузки; - основы теории соревновательной деятельности 	<p>Критерии оценивания рубежной аттестации: Аттестован - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 6-20 вопросов. Не аттестован - выставляется обучающемуся, который ответил менее 5 вопроса.</p> <p>Критерии оценивания экзамена: Отлично - выставляется обучающемуся, ответившему на 31-40 вопросов. Хорошо - выставляется обучающемуся, ответившему на 21-30 вопросов. Удовлетворительно - выставляется обучающемуся, ответившему на 11 и более вопросов.</p>	<p>Рубежная аттестация Зачет</p>