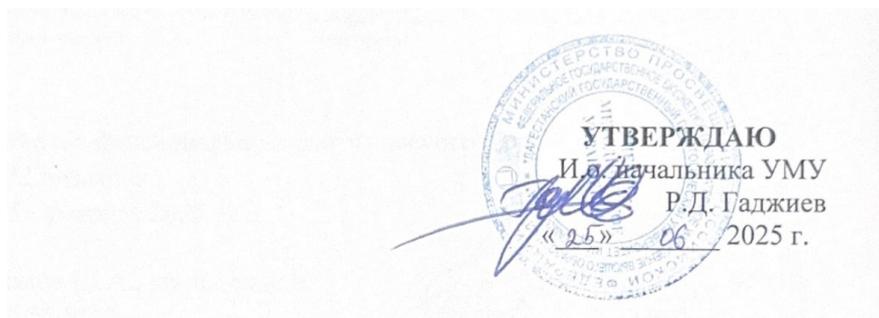


**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Р. ГАМЗАТОВА»  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
КАФЕДРА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ОПЦ.11 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА**

**Направление подготовки: 49.02.01 Физическая культура**

**Квалификация: педагог по физической культуре и спорту**

**Срок обучения по ОП: 3г 10м (очное обучение), 4г 4м (заочное обучение)**

**Форма обучения: очная, заочная**

**Образовательный стандарт (ФГОС) №968 от 11.11.2022**

Махачкала 2025

Автор(ы)-составитель(и): Гасанов.Р.М.

**Фонд оценочных средств утвержден на заседаниях:**

Кафедры профессиональных дисциплин  
(протокол № 6 от «21» января 2025г.)

Зав. кафедрой: Салманова Д.А., к.п.н., доцент  21.01. 2025 г.  
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

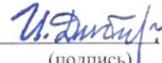
Педагогического совета профессионально-педагогического  
колледжа ДГПУ им.Р.Гамзатова  
(протокол №2 от «25» февраля 2025 г.)

Председатель Магарамов Ш.А., к.и.н., доцент  
(ФИО, ученое звание)

 25.02.2025  
(подпись) (дата)

Учебно-методического совета ДГПУ им. Р.Гамзатова  
(протокол № 4 от «25» 06 2025г.)

Председатель УМС: д.ф.н., профессор, Дибиров И.А.  
(ФИО, ученое звание)

 25.06.2025  
(подпись) (дата)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОПЦ.11 Теория и история физической культуры и спорта**

### **1.1. Область применения программы:**

Программа учебной дисциплины является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

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

ОПЦ.11 Теория и история физической культуры и спорта входит в общепрофессиональный цикл дисциплин.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;
- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;
- определять этапы решения задачи;
- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
- составлять план действия;
- определять необходимые ресурсы;
- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
- реализовывать составленный план;
- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)
- определять задачи для поиска информации;
- определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска;
- планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию;
- выделять наиболее значимое в перечне информации;
- оценивать практическую значимость результатов поиска;
- оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;
- использовать современное программное обеспечение;
- использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.
- грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;
- описывать значимость своей специальности применять стандарты антикоррупционного поведения;
- определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы оценивать результативность физкультурно-спортивной работы.

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

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;

- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
- методы работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуру плана для решения задач;
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
- номенклатура информационных источников, применяемых в основы организации исследовательской культуры и спорта;
- приемы структурирования информации
- формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств;
- особенности социального и культурного контекста правила оформления документов и построения устных сообщений;
- сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей значимость профессиональной деятельности по специальности;
- стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения;
- правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
- основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика);
- лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;
- особенности произношения правила чтения текстов профессиональной направленности;
- нормативные документы, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы в РФ;
- цели и задачи физкультурно-спортивной работы;
- направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы;
- требования к планированию и технология планирования физкультурно-спортивной работы;
- показатели результативности физкультурно-спортивной работы.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются общие компетенции и личностные результаты программы воспитания.

#### **Общие компетенции:**

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных

ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

### **Профессиональные компетенции:**

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу

## **1.4 Личностные результаты освоения дисциплины:**

### **1. Личностные результаты реализации программы воспитания**

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства/

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

### **2. Личностные результаты реализации программы воспитания,**

### **определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности**

ЛР 13. Соблюдающий в своей профессиональной деятельности этические принципы: честности, независимости, профессионального скептицизма, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности

ЛР 14. Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.

ЛР 15. Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий.

### **3. Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации**

ЛР 16. Сохраняющий национально-культурную идентичность в условиях поликультурного образовательного процесса

### **4. Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями**

ЛР 17. Демонстрирующий скрупулезность, педантичность в процессе выполнении работ в рамках профессиональной деятельности.

ЛР 18. Работающий в коллективе и команде, эффективно взаимодействующий с коллегами, руководством, клиентами

ЛР 19. Признающий ценность каждого человека и его право на реализацию своих способностей, на достойные условия жизни и благосостояние, свободный выбор жизненной позиции

ЛР 20. Демонстрирующий уважение и доброжелательное отношение ко всем людям и уважающий убеждения своих клиентов, их ценности, культуру, цели, нужды, предпочтения, взаимоотношения и связи с другими людьми

### **5. Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса**

ЛР 21. Мотивация к самообразованию и развитию

ЛР 22. Имеющий потребность в создании положительного имиджа колледжа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| <b>Вид учебной работы</b>   | <b>Объем часов</b> | <b>Объем часов,ЗФО</b> |
|---|--------------------|------------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                            | 98                 | 98                     |
| <b>Обязательная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b> | 80                 | 12                     |
| в том числе: по практической подготовки                                 |                    |                        |
| Теоретические занятия   | 42                 | 8                      |
| практические занятия  | 38                 | 4                      |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>                      | 6                  | 82                     |
| Промежуточная аттестация в том числе:                                   |                    |                        |
| Экзамен   | 4                  | 4                      |
| Консультация  | 2                  |                        |
| Самостоятельная работа направленная на подготовку к экзамену            | 6                  |                        |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ.11 Теория и история физической культуры и спорта

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов  | Объем часов | Код компетенции                                     |
|---|--|-------------|---|
| 1   | 2  | 3           | 4   |
| <b>Тема 1</b><br>Общая характеристика теории физической культуры.         | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>6</b>    |   |
|   | Теория физической культуры как научная и учебная дисциплина. Этапы становления теории физической культуры. Основные понятия теории физической культуры.<br>Спорт. Сущность и функции спорта.<br>Физическая культура как социальное явление.<br>Структура физической культуры.<br>Функции физической культуры. Специфические функции физической культуры.<br>Общекультурные функции физической культуры.  | 4           | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.; |
|   | <b>Практическое занятие 1</b><br>Понятие о системе физической культуры. Цель и задачи отечественной системы физической культуры.<br>Принципы системы физической культуры. Основы системы физической культуры.  | 2           | ПК 1.1.   |
| <b>Тема 2</b><br>Содержание и методика занятий физическим и упражнениями. | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>24</b>   |   |
|   | Содержание.<br>Физические упражнения. Физические упражнения как основное средство формирования физической культуры личности. Классификация физических упражнений. Природные и гигиенические факторы как средство физической культуры.<br>Методические принципы физического воспитания.<br>Методы, направленные на приобретение знаний.<br>Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей.<br>Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания. Средства и методы умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания в процессе физического воспитания.<br>Формы занятий физическими упражнениями.<br>Характеристика форм занятий. Урочные формы занятий. Классификация урочных занятий. Неурочные формы занятий. | 10          | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.; |
|   | <b>Практическое занятие 2</b><br>Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей.   | 2           | ПК 1.1.   |
|   | <b>Практическое занятие 3</b> Природные и гигиенические факторы, определение их влияния на физическое развитие.  | 2           |   |
|   | <b>Практическое занятие 4</b> Подбор методов физического воспитания согласно природным данным  | 4           |   |

|   |   |           |  |
|---|---|-----------|--|
|   | личности  |           |  |
|   | <b>Практическое занятие 5</b> Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию   | 4         |  |
|   | <b>Практическое занятие 6</b> Характеристика формы физического упражнения   | 2         |  |
| <b>Тема 3</b><br>Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>8</b>  | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | Значение физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.   | 2         |  |
|   | <b>Практическое занятие 7</b> Применение методов физического воспитания детей дошкольного возраста  | 4         |  |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b> Составление таблицы об организации занятий физической культурой с различными возрастными группами.   | 2         |  |
|   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>10</b> |  |
| <b>Тема 3</b><br>Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста.   | Общие аспекты физического воспитания школьников. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.  | 4         | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | <b>Практическое занятие 8</b> Планирование поэтапного воспитания детей младшего, среднего, старшего школьного возраста.   | 4         |  |
|   | <b>Самостоятельная работа</b> студентов:<br>Здоровьесберегающие технологии в системе физического воспитания   | 2         |  |
|   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>8</b>  |  |
| <b>Тема 4</b><br>Физическая культура в высших образовательных учреждениях.            | Значение и задачи физического воспитания студентов. Возрастные особенности физического развития студентов. Содержание программы по дисциплине «физическая культура» в вузе. Физическая культура людей молодого и зрелого возраста. Социальное значение физической культуры в основной период трудовой деятельности. Особенности физического развития лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня. | 4         | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | <b>Практическое занятие 9</b> Мониторинг программы по дисциплине «физическая культура» в вузе.  | 4         |  |
|   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>8</b>  |  |
| <b>Тема 4</b><br>Физическая культура  | Старение и задачи направленного использования физической культуры в пожилом и старшем возраста. Основные средства сохранения и восстановления   | 4         | ОК 01.;<br>ОК 02.;   |

|   |   |          |  |
|---|---|----------|--|
| людей<br>пожилого и<br>старшего<br>возраста   | функций двигательного аппарата в пожилом возрасте.<br>Двигательная активность в режиме жизни людей<br>пожилого возраста.<br>Основные формы организации занятий по<br>физическому воспитанию людей пожилого возраста.  |          | ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1.                       |
|   | <b>Практическое занятие 10</b> Основные средства<br>сохранения и восстановления функций двигательного<br>аппарата в пожилом возрасте  | 4        |  |
| <b>Тема 5</b><br>Становление<br>и развитие<br>зарубежных<br>систем<br>физического<br>воспитания<br>и<br>спортивной<br>подготовки      | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>8</b> | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | Олимпийские игры и их аналоги. Отражение<br>физической культуры в философии и художественной<br>культуре Древней Греции. Физическая подготовка и<br>состязания в древнем Риме.<br>Взгляды средневековых гуманистов на физическое<br>воспитание. Возникновение спортивных традиций в<br>Англии.<br>Гимнастическое движение в Европе. Датская,<br>шведская, немецкая, сокольская системы гимнастики.<br>Социальная характеристика спортивного и<br>гимнастического движений.<br>Физическая культура и спорт зарубежных стран в<br>новое, и новейшее время. Возникновение и<br>становление спорта как специфического вида<br>деятельности человека. Возникновение и становление<br>различных видов спорта: традиционных, новых,<br>технических.  | 6        |  |
|   | <b>Практическое занятие 11</b> Определение социальной<br>характеристики средневекового общества, элементы<br>физической культуры в быту, трудовой деятельности,<br>военной подготовке различных общественных<br>классов.  | 2        |  |
| <b>Тема 5</b><br>Становление<br>и развитие<br>отечественн<br>ых систем<br>физического<br>воспитания<br>и<br>спортивной<br>подготовки. | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>8</b> | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | Физическая культура в жизни древних славян.<br>Военно-физическая подготовка в Киевской Руси.<br>Отражение элементов физической культуры в<br>литературе, летописях, эпосе.<br>Роль военно-физической подготовки во времена<br>московской Руси.<br>Элементы физической культуры в традиционном<br>воспитании. Стрельба из лука, борьба, кулачный бой,<br>другие игры и развлечения с элементами физической<br>культуры.<br>Возникновение организованных форм занятий<br>физическими упражнениями в рамках<br>государственной системы образования.<br>Основные этапы развития физической культуры и<br>спорта в 30-40-е годы XX века.<br>Послевоенное развитие в государственной системе<br>руководства физической культурой и спортом:<br>спартакиады народов СССР, создание НОК,<br>международные спортивные связи. | 4        |  |

|   |  |           |  |
|---|--|-----------|--|
|   | <p>Физическая культура в СССР. Становление и развитие теории и методики физического воспитания и спорта. Система образования в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>Физическая культура после распада СССР. Распад СССР и реформирование сферы физической культуры и спорта, вызванные изменениями в социально-политической системе Российской Федерации.</p>  |           |  |
|   | <b>Практическое занятие 12</b> Сравнительно-сопоставительный анализ отечественных систем физического воспитания.   | 2         |  |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b> Составление хронологической таблицы основных этапов становления физической культуры и спорта в нашей стране.  | 2         |  |
|   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>6</b>  |  |
| <b>Тема 6</b><br>История международного спортивного движения. | <p>Возрождение элементов олимпизма в средневековой Европе. Попытки организации состязаний по образцу Олимпиад. Деятельность Пьера де Кубертена и Олимпийские игры современности.</p> <p>Кризисы олимпийского движения: кризис «любительства», коммерциализация олимпийских игр.</p> <p>Развитие международного рабочего спортивного движения.</p> <p>Становление международного спортивного движения. возникновение федераций, организация международных спортивных соревнований, международные контакты спортсменов, тренеров, спортивных деятелей. Современное состояние международного спортивного движения: тенденции и перспективы. Место России в международном спортивном движении.</p> | 4         | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | <b>Практическое занятие 13</b> П.Ф.Лесгафт как теоретик и практик в сфере физической культуры и спорта. Зарождение олимпийского движения в России  | 2         |  |
| Промежуточная аттестация в том числе:                         |  | 12        |  |
| Экзамен   |  | 4         |  |
| Консультация  |  | 2         |  |
| Самостоятельная работа, направленная на подготовку к экзамену |  | 6         |  |
| <b>Всего:</b>   |  | <b>98</b> |  |

### 2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ.11 Теория и история физической культуры и спорта для ЗФО

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов | Объем часов | Код компетенции |
|-----------------------------|---|-------------|-----------------|
| 1                           | 2   | 3           | 4               |
| Тема 1                      | Содержание учебного материала   | 2           | ОК 01.;         |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| Общая характеристика теории физической культуры.                                      | Теория физической культуры как научная и учебная дисциплина. Этапы становления теории физической культуры. Основные понятия теории физической культуры.<br>Спорт. Сущность и функции спорта.<br>Физическая культура как социальное явление.<br>Структура физической культуры.<br>Функции физической культуры. Специфические функции физической культуры.<br>Общекультурные функции физической культуры. | 2 | ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1.            |
| <b>Тема 2</b><br>Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. | <b>Содержание учебного материала</b>  | 4 |  |
|   | Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Значение физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста   | 2 | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | <b>Практическое занятие 1</b> Применение методов физического воспитания детей дошкольного возраста  | 2 |  |
| <b>Тема 3</b><br>Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста.   | <b>Содержание учебного материала</b>  | 4 |  |
|   | Общие аспекты физического воспитания школьников.<br>Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.<br>Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.<br>Физическое воспитание детей старшего школьного возраста. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.   | 2 | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |
|   | <b>Практическое занятие 2</b> Планирование поэтапного воспитания детей младшего, среднего, старшего школьного возраста.   | 2 |  |
| <b>Тема 4</b><br>История международного спортивного движения.                         | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 |  |
|   | Возрождение элементов олимпизма в средневековой Европе. Попытки организации состязаний по образцу Олимпиад. Деятельность Пьера де Кубертена и Олимпийские игры современности.<br>Кризисы олимпийского движения: кризис «любительства», коммерциализация олимпийских игр.<br>Развитие международного рабочего спортивного движения.  | 2 | ОК 01.;<br>ОК 02.;<br>ОК 05.;<br>ОК 06.;<br>ОК 09.;<br>ПК 1.1. |

|  |  |    |                |
|--|--|----|----------------|
|  | Становление международного спортивного движения. возникновение федераций, организация международных спортивных соревнований, международные контакты спортсменов, тренеров, спортивных деятелей. Современное состояние международного спортивного движения: тенденции и перспективы. Место России в международном спортивном движении |    |                |
| Всего во взаимодействии с преподавателем |  | 6ч |                |
| <b>Промежуточная аттестация</b>          |  |    | <b>экзамен</b> |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта», оснащенный в соответствии с требованиями образовательной программы по данной специальности.

#### Информационное обеспечение обучения

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.

#### Обязательные печатные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. 2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + eПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с. . Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с.

5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с. 6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с.

7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с.

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с.

#### Дополнительные источники

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

#### Информационные и сетевые ресурсы

1. Физическая культура (учебный видеофильм) СПб, 2001 (СД).
2. Физическая культура в школе (учебный видеофильм), М., ИД «Равновесие», 2000 (СД).
3. Портал Российского гос. университета физической культуры и спорта – [электронный ресурс]. Режим доступа: [www. rgufk .ru](http://www.rgufk.ru)
4. Региональный портал – [электронный ресурс]. Режим доступа: [uralgufk .ru](http://uralgufk.ru)

#### Рекомендуемые словари и энциклопедии

1. Энциклопедия спорта Кирилла и Мефодия. Компакт – диск (2шт.), серия «Современная мульти-медиа энциклопедия», 2010.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, письменного опроса, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

| <i>Результаты обучения</i>   | <i>Критерии оценки</i>   | <i>Методы оценки</i>                                  |
|--|--|---|
| <b>Перечень знаний умений, формируемых в рамках дисциплины:</b>  |  |   |
| <p>основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;</li> <li>- классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания;</li> <li>- основы теории обучения двигательным действиям;</li> <li>- основы обучения двигательным умениям и навыкам;</li> <li>- основы воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения;</li> <li>- основные составляющие спортивной тренировки</li> </ul> | <p>определяет основные понятия теории физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;</li> <li>- описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;</li> <li>- перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки;</li> <li>- даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений»;</li> <li>- перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности;</li> <li>- описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности;</li> <li>- перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений;</li> <li>- даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»;</li> <li>- перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка;</li> <li>- перечисляет этапы обучения</li> </ul> | <p>Устный опрос, проверочные работы, тестирование</p> |

|   |   |  |
|---|---|--|
|   | <p>двигательному действию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет особенности этапов обучения двигательному действию;</li> <li>- дает определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»;</li> <li>-перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- объясняет особенности методики воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- определяет понятия «нагрузка» «отдых»;</li> <li>- перечисляет функции спорта;</li> <li>-перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки;</li> <li>-описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении задач спортивной тренировки;</li> <li>- даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка»;</li> <li>-определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки;</li> <li>- даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»;</li> <li>-перечисляет признаки соревновательной деятельности;</li> <li>-перечисляет функций соревновательной деятельности;</li> <li>- описывает классификацию спортивных соревнований</li> </ul> |  |
| <p><b>Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины:</b></p> |   |  |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения;</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;</li> <li>- правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности;</li> <li>- применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала;</li> <li>- определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>- находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональными задач</li> </ul> | <p>Оценка результатов выполнения практической работы.</p> <p>Экзамен</p> |
|--|---|--|

## **5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Адаптация рабочей программы дисциплины **ОПЦ. 08. Математические методы решения профессиональных задач** проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по Специальность: **49.02.01 Физическая культура и спорт** в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

*Оборудование кабинета делопроизводства и режима секретности для обучающихся с различными видами ограничения здоровья*

Оснащение кабинета делопроизводства и режима секретности должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинеты должны быть оснащены оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ не визуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижными регулируемым партами с источником питания.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

#### *Информационное и методическое обеспечение обучающихся*

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п.3.2 рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

Для лиц с нарушениями зрения (не менее одного вида):

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (не менее двух видов):

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутистического спектра, нарушение психического развития):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

#### *Формы и методы контроля и оценки результатов обучения*

Указанные в п. 4 программы формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся. Целью текущего контроля является своевременное

выявление затруднений и отставания, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.