Приложение 5.10 к ППССЗ по

специальности 49.02.01

Физическая культура

**ПРОГРАММа Учебной ДИСЦИПЛИНЫ**

**Теория и история физической культуры**

**ОП-10**

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура, специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт

Организация-разработчик: Бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования Республики Алтай «Горно-Алтайский педагогический колледж»

Разработчики:

Мельникова Л.В. преподаватель физической культуры.

# **СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **4** |
|  | **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **6** |
|  | **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИРСЦИПЛИНЫ** | **10** |
|  | **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **12** |

**1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Теория и история физической культуры»**

* 1. **. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Учебная дисциплина **«**Теория и история физической культуры»

является частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01.Физическая культура.

Учебная дисциплина **«**Теория и история физической культуры» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 49.02.01. Особое значение дисциплина при формировании и развитии ОК 1-11;ПК 1.1-1-5 ; 2.1 3.1-3.4

**1.2 Цель и планируемые результаты дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины Обучающимися осваиваются умения и навыки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Код**  **ПК, ОК** | **Умения** | **Знания** |
| ПК1.1; 1.2;1.3;  1.4;1.5  2.1;  3.1,3.4; ОК 1;  ОК2;  ОК3;  ОК4; ОК5; ОК6; ОК7; ОК8; ОК9; ОК10; ОК11;.  ЛР 1;  ЛР5;  ЛР6;  ЛР7;  ЛР8;  ЛР9;  ЛР11;  ЛР14;  ЛР17;  ЛР 20. | ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;  использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания обучающихся, повышения интереса к физической культуре и спорту;  правильно использовать терминологию в области физической культуры;  оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; | -понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;  историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;  -историю международного спортивного движения;  -современные концепции физического воспитания;  -средства формирования физической культуры человека;  -механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  -мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;  -принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;  -дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  -основы теории обучения двигательным действиям;  -теоретические основы развития физических качеств;  -особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях до вузовского профессионального образования;  -особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  -сущность и функции спорта;  -основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  -основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях. |

;

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем в часах** |
|  |  |
| **Объем образовательной программы** | **72** |
| в том числе: |  |
| Теоретическое обучение | 20 |
| практические занятия/ **в том числе в форме практической подготовки** | 28\28 |
| контрольные работы | **-** |
| Самостоятельная работа | **24** |
| Итоговая аттестация в форме (Промежуточная) **экзамена** | |

# **2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)** | | | | **Объем часов** | **Объём часов практич. лабор. занят в том числе в форме практич. подготовки** |
| **1** | **2** | | | | **3** |  |
| **Раздел 1. Теоретические и методические основы общей характеристики истории физической культуры** | | | | | **72** | ЛР5;  ЛР6;  ЛР7;  ЛР8;  ЛР9; |
| **Тема 1.1. Всеобщая история физической культуры и спорта** | **Содержание учебного материала** | | | | 8 |
| 1. | | Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе | |
| 2. | | Физическая культура и спорт в рабовладельческом обществе | |
| 3 | | Физическая культура в средние века | |
| 4 | | Становление и развитие гимнастических систем физического воспитания в Новое время. | |
| **Практические занятия** | | | | 12\12 |
|  | 1.Написание реферата периодизаций античных цивилизаций:  2..Эпохи, периоды и этапы развития физической культуры и спорта в Древней Греции,  3. Периоды и этапы развития физической культуры и спорта в Древнем Риме  4. Периоды и этапы развития физической культуры и спорта в странах востока  5.Характеристика систем Физической культуры в Европе в Новое Время | | |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  1.Физическая культура и спорт в Новое время.  2.Физическая культура и спорт в мире с начала 20-х годов до окончания Второй Мировой Войны  3.Физическая культура и спорт после второй Мировой Войны | | | | 12 |  |
| **Тема 1.2.История физической культуры и спорта России** | **Содержание учебного материала** | | | | 8 | ЛР 1;  ЛР 11;  ЛР14;  ЛР15; |
|  | Становление и развитие отечественной системы физического воспитания | | |
|  | Развитие педагогической и естественнонаучной мысли в области физического воспитания. П.Ф. Лесгафт- как основоположник Физического воспитания и образования в России | | |
|  | Физическое воспитание в образовательных учреждениях и общественных организациях | | |
| **Практические занятия 8** | | | | 8\8 |
|  | 1.Система Физического воспитания в 20-30 годы  2.Физическая культура и спорт в годы Великой Отечественной Войны  3.Зарждение и развитие в России современных видов спорта  4. Физическая культура и спорт в Российской Федерации | | |  |
|  | **Самостоятельная работа обучающихся**  Вопросы физического воспитания в медицинской и педагогической литературе  Всеобуч и спорт. | | | 6 |
| **Тема 1.3. История международного спортивного и олимпийского движения** | **Содержание учебного материала** | | | | 4 | ЛР 17.  ЛР 20. |
| 1 | | | Международное спортивное движение |
| 2 | | | Проблемы международного Олимпийского движения |
| **Практические занятия**  1 . Достижения Советских и Российских спортсменов на международной арене  2. Состав и деятельность Международного Олимпийского комитета, | | | | 8\8 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  1.Приведение примеров лучших олимпийских чемпионов XX в.  2.Рассмотрение фактов свидетельствующих о расширении международного спортивного движения в последний период.  3.Формирование олимпийских традиций. Олимпийская символика и атрибутика | | | | 6 |
| Примерная тематика курсовой работы (проекта) *(если предусмотрены)* | | | | | - |  |
| Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) *(если предусмотрены)* | | | | |  |  |
| **Всего:** | | | | | **72** |  |

# **3. условия реализации программы дисциплины**

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

**Кабинета:** методики физического воспитания.

**Оборудование учебного кабинета**:

- посадочные места по количеству обучающихся;

- рабочее место преподавателя;

- флип- чарт;

- информационный стенд с демонстрационной системой;

-контрольно- измерительные материалы на электронных носителях

**Технические средства обучения**:

- компьютерная техника;

-мультимедийное оборудование.

**3.2. Информационное обеспечение реализации программы:**

Для реализации программы- библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе.

**3.2.1 Печатные издания**

1. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. — М., 2016.
2. Максименко A.M. Основы теории и методики физической культуры. — М., 2018.
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта: Учебник. — М., 2017.
4. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: Учеб.для ин-тов физ. культ. — М., 2018.
5. Методика физического воспитания учащихся 10—11 классов: Пособие для учителя / Под ред. В. И. Ляха. — М., 2016.
6. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б.Кофмана. — М., 2017.
7. Определение физической подготовленности школьников / Под ред. Б. В. Сермеева. — М., 2018.
8. Основы теории и методики физической культуры: Учеб.для техникумов физ. культ. / Под ред. А.А.Гужаловского. — М., 2017.
9. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для ин-тов физ. культ.: В 2 т. / Под общ.ред. Л. П. Матвеева, А.Д. Новикова. — 2-е изд., испр. и доп. — М., 2017.
10. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для пед­институтов / Под ред. Б. А. Ашмарина. — М., 2019.
11. Теория и методика спорта: Учеб.пособие для училищ олим­пийского резерва / Под общ. ред. Ф. П. Суслова, Ж. К. Холодова. — М., 2016.
12. Физическая культура: Примерная учебная программа для высших учебных заведений. — М., 2018.
13. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений физ. культуры. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 144 с.
14. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 480 с.

**3.2.2 Электронные издания (электронные ресурсы**

1.Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов / Физическая культура [Электронный ресурс]. URL: <http://school-collection.edu.ru/catalog/pupil/?subject=19> (дата обращения: 6.05.19)

2.Российский общеобразовательный портал / Здоровье, физическая культура и спорт [Электронный ресурс]. URL: <http://school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=9&oll.ob_no_to><http://school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=11&oll.ob_no_to>(дата обращения: 16.08.19)

3.Федеральный образовательный портал «Российское образование» / Здоровье, физическая культура и спорт [Электронный ресурс]. URL: <http://www.edu.ru/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=283> (дата обращения: 6.05.19)

4.Газета «Спорт в школе» издательского дома «Первое сентября» [Электронный ресурс]. URL: <http://spo.1september.ru/> (дата обращения: 6.05.19)

5.Газета «Здоровье детей» издательского дома «Первое сентября» [Электронный ресурс]. URL: <http://zdd.1september.ru/><http://spo.1september.ru/>(дата обращения: 6.05.19)

6.Сеть творческих учителей / Сообщество учителей физической культуры (InnovativeTeachersNetwork) [Электронный ресурс]. URL: <http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com> (дата обращения: 6.05.15)

7.Завуч.инфо / Физкультура [Электронный ресурс]. URL:

<http://www.zavuch.info/methodlib/38/> (дата обращения: 6.05.19)

8.Национальная информационная сеть Спортивная Россия. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.infosport.ru>(дата обращения: 6.05.19)

8. Российский журнал "Физическая культура" [Электронный ресурс]. URL:

<http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N6/Index>. (дата обращения: 6.05.19)

9.Журнал "Теория и практика физической культуры" [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index>. (дата обращения: 6.05.19)

10.Ранний старт. [Электронный ресурс]. URL: <http://kidsport.narod.ru> (дата обращения: 6.05.19)

# **4. Контроль и оценка результатов освоения Дисциплины**

# **Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Критерии оценки** | **Методы оценки** |
| В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**  понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;  историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;  -историю международного спортивного движения;  -современные концепции физического воспитания;  -средства формирования физической культуры человека;  -механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;  -мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;  -принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;  -дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;  -основы теории обучения двигательным действиям;  -теоретические основы развития физических качеств;  -особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях до вузовского профессионального образования;  -особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;  -сущность и функции спорта;  -основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;  -основы оздоровительной тренировки;  - проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях. | Характеристики демонстрируемых знаний:  -рациональное распределение времени на все этапы решения профессиональных задач;  - своевременность сдачи заданий и отчетов;  -Результативность поиска необходимой информации в различных источниках, включая электронные;  -использование современных информационных ресурсов в профессиональном самосовершенствовании | Тестирование;  результаты самостоятельной работы;  деятельность на учебной и производственной практике. |
| В результате изучения обязательной части цикла обучающийся должен **уметь:**  истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;  - правильно использовать терминологию в области физической культуры;  - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;  - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; | Характеристики демонстрируемых умений:  - прогнозирование последствий педагогической деятельности на основе анализа рисков; результативность поиска информации в различных источниках включая электронные;  *-*оптимальность выбора значимой информации на основе анализа содержания;  -высокий уровень владения информационно коммуникативными технологиями;  *-* использование современных информационных ресурсов в профессиональном самосовершенствовании;  -наличие проектов организации и руководства различными видами деятельности школьников с ограниченными возможностями здоровья. | Оценка результатов выполнения практической работы;  экспертная оценка на педагогической практике |

**5.Требования к ресурсному обеспечению воспитательной работы**

**6. Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Содержание и форы деятельности** | **Участники** | **Место проведения** | **Ответственные** | **Коды**  **ЛР** |
| ноябрь | Проведение викторины  «Олимпийское движение» | 2 курс | Актовый зал | Преподаватель | ЛР 9  ЛР 13  ЛР 16  ЛР 20  ЛР 23  ЛР 21  ЛР24  ЛР25 |

**7. Отражение воспитательной работы в рабочих программах профессиональных модулей и учебных дисциплин**

**Разработчики:**

БПОУ РА «Горно-Алтайский

педагогический колледж» преподаватель Л.В.Мельникова

**Эксперты:**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)