

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И. А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор института СПО
М.А. Харламова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта

49.02.01. Физическая культура

Углубленный уровень подготовки

Форма обучения: **очная**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «11» августа 2014 г. № 976

Место дисциплины в структуре ППССЗ СПО: учебная дисциплина ОП. 07 «Теория и история физической культуры и спорта» входит в перечень дисциплин профессионального цикла (П), общепрофессиональных дисциплин (ОП).

Рабочая программа разработана на кафедре теории и методики физического воспитания

Разработчики рабочей программы:

Шевяков А. Н., преподаватель института СПО

Рецензент:

Карасева Е. Н., к.п.н., доцент

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**
- СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта**

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по смежным специальностям.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Шифр дисциплины по учебному плану: ОП. 07

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам профессиональной подготовки учебного плана по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Для освоения дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта» необходим комплекс знаний, умений, навыков, способов деятельности и установок, полученных и сформированных у студентов в ходе изучения дисциплин профессионального цикла.

Освоение данной дисциплины в качестве предшествующей необходимо при изучении дисциплины МДК.03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту, а также учебных и производственных практик и других дисциплин профессионального цикла.

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций: ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10; ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.7, ПК 1.8; ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6; ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4, ПК 3.5. Изучается в 3 семестре.

1.3 Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения содержания дисциплины

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

- находить и использовать информацию, необходимую для подготовки к занятиям;
- определять цели и задачи занятий в избранной области деятельности;
- разрабатывать планы, конспекты, сценарии занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики области дополнительного образования детей;
- педагогически обоснованно выбирать и реализовывать разные формы, методы, приемы обучения и воспитания при работе с одновозрастными (или) разновозрастным объединением детей по интересам в избранной области деятельности, в том числе с учетом возрастных, индивидуальных и личностных особенностей обучающихся и группы детей;
- демонстрировать способы, приемы деятельности в избранной области деятельности;
- стимулировать познавательную активность на занятии, создавать условия для развития мотивации детей к избранной области деятельности;
- создавать на занятии условия для самопознания и самосовершенствования;
- выявлять и поддерживать одаренных в избранной области деятельности детей;
- работать с детьми, имеющими отклонения в развитии, девиантное поведение;
- проводить педагогическое наблюдение за занимающимися;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с детьми и родителями (лицами, их заменяющими);
- взаимодействовать с участниками образовательного процесса и родителями (лицами, их заменяющими);
- использовать ИКТ и технические средства обучения в образовательном процессе;
- контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся, результаты освоения программы учебной дисциплины;
- осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении занятий, корректировать цели, содержание, методы и средства обучения по ходу и результатам их проведения;
- анализировать занятия в избранной области деятельности;
- осуществлять дополнительное образование детей в избранной области деятельности на общекультурном, углубленном, профессионально-ориентированном уровнях;
- вести учебную документацию;

знать:

- технологические основы деятельности в избранной деятельности;

- психолого-педагогические основы проведения занятий с детьми по программам в избранной области деятельности;
- особенности дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- теоретические основы и методику планирования занятий в избранной области деятельности;
- принципы отбора и структурирования содержания дополнительного образования детей в избранной области деятельности;
- методы, методики и технологии организации деятельности детей в избранной области деятельности;
- основы комплектования, виды и функции одновозрастного и (или) разновозрастного объединения детей по интересам в избранной области деятельности;
- способы активизации учебно-познавательной деятельности детей разного возраста, педагогические условия развития мотивации к избранной области деятельности;
- педагогические и методические основы развития творческой индивидуальности личности в избранной области деятельности;
- специфику работы с детьми разного возраста, одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями, девиантным поведением;
- основные виды технических средств обучения, ИКТ и их применение в образовательном процессе;
- инструментарий и методы контроля качества процесса и результатов в избранной области деятельности;
- педагогические и гигиенические требования к организации обучения избранному виду деятельности;
- логику анализа занятий;
- методику бизнес-планирования, основы взаимодействия с социальными партнерами по вопросам организации в избранной области деятельности;
- виды документации, требования к ее оформлению.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС СПО и ОПОП СПО по данной специальности:

а) общих (ОК):

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.

б) профессиональных (ПК):

ПК1.1 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.

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 программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **131** час, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **85** часов;
самостоятельной работы обучающегося **44** часа.

Для проверки знаний в текущих семестрах предусмотрено выставление итоговых оценок, экзамен.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	131
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	85
в том числе:	
лекционные занятия	49
практические занятия	36
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	44
в том числе:	
Реферат, домашнее задание	
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена (5 семестр)</i>	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины: ОП.07 Теория и история физической культуры и спорта

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры		10	2,3
Тема 1.1 Понятие о теории и истории физической культуры	Содержание учебного материала		2,3
	1 Понятие о теории и истории физической культуры.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся		1,2
	2 Изучение медиа материалов.	2	
Тема 1.2 Цель и задачи физического воспитания	Содержание учебного материала		2,3
	1 Специфические и педагогические задачи. Основные термины дисциплины.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		1,2
	1 Изучение медиа материалов.	2	
Тема 1.3 Система физического воспитания в Российской Федерации	Содержание учебного материала		2,3
	1 Физические упражнения как средства физического воспитания. Вспомогательные средства физического воспитания.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся		1,2
	1 Изучение медиа материалов	2	
Раздел 2. История физической культуры		28	2,3
Тема 2.1 Становление и развитие зарубежных систем физической культуры	Содержание учебного материала		
	1 Возникновение физической культуры в эпоху первобытного строя.	1	
	2 Физическая культура при рабовладельческом строе.	3	
	3 Физическая культура в средние века в странах Востока и Западной Европы.	2	
	4 Физическая культура в странах Европы с середины XVII века и по настоящее время.	2	
	Практические занятия		1,2

	1	Сравнительный анализ зарубежных систем физической культуры в различные эпохи: первобытнообщинный строй, рабовладельческий строй, средние века, эпоха Возрождения, буржуазное общество, современные зарубежные системы физической культуры.	3	
	Самостоятельная работа обучающихся			1,2
	1	Анализ литературных и интернет источников по данной теме.	4	
Тема 2.2 Становление и развитие отечественной физической культуры	Содержание учебного материала			2,3
	1	Физическая культура у славян, народные и государственные формы физической культуры в России до 1917 года.	2	
	2	П. Ф. Лесгафт как основоположник физического воспитания и образования в России.	2	
	3	Становление и развитие советской и современной российской систем физического образования	2	
	Практические занятия			1,2
	1	Сравнительный анализ становления и развития отечественной системы физического воспитания.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся			1,2
	1	Анализ литературных и интернет источников по данной теме.	4	
Раздел 3. Теоретические основы физического воспитания			44	2,3
Тема 3.1 Средства физического воспитания	Содержание учебного материала			2,3
	1	Физическое упражнение как основное средство физического воспитания.	1	
	2	Вспомогательные (дополнительные) средства физического воспитания.	1	1,2
	Практические занятия			
	1	Характеристика формы физических упражнений и выделение основных составляющей техники.	1	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся			
	1	Анализ литературных и интернет источников по данной теме.	5	1,2
Тема 3.2 Методы физического	Содержание учебного материала			3
	1	Классификация методов физического воспитания.	1	
	2	Специфические методы физического воспитания.	1	

воспитания	3	Общепедагогические методы физического воспитания.	1	
	4	Нагрузка и отдых в физическом воспитании.	2	
	5	Принципы физического воспитания.	1	
	Практические занятия			1,2
	1	Применение специфических методов для решения задач физического воспитания.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся			1,2
	1	Анализ литературных и интернет источников по данной теме.	5	
Тема 3.3 Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам	Содержание учебного материала			2,3
	1	Понятие о двигательных умениях и навыках.	1	
	2	Структура обучения двигательным навыкам в физическом воспитании.	1	
	Практические занятия			1,2
	1	Планирование обучения двигательным умениям и навыкам.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся			1,2
	1	Анализ литературных интернет источников по данной теме.	5	
Тема 3.4 Основы воспитания физических качеств	Содержание учебного материала			2,3
	1	Понятие о физических качествах и способностях.	1	
	2	Сила и основы методики её воспитания.	2	
	3	Выносливость и основы методики её воспитания.	2	
	4	Скоростные способности и основы методики её воспитания.	2	
	5	Двигательно-координационные способности и основные методики её воспитания.	2	
	6	Гибкость и методика её воспитания.	2	
	7	Формы построения занятий в физическом воспитании.	2	
	8	Организационные формы занятиями физическими упражнениями в учебных заведениях различных типов и направленности в Российской Федерации.	2	
	Практические занятия			1,2
	1	Методическая разработка воспитания силовых способностей.	4	
	2	Методическая разработка воспитания выносливости.	4	
	3	Методическая разработка воспитания скоростных способностей.	4	

	4	Методическая разработка воспитания двигательно-координационных способностей.	4	
	5	Методическая разработка воспитания гибкости.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся			1,2
	1	Анализ литературных интернет источников по данной теме.	5	
Раздел 4. Понятие о спорте			24	2,3
Тема 4.1 Спорт как специфическая деятельность	Содержание учебного материала			2,3
	1	Спорт - как специфическая деятельность.	2	
	2	Характеристика системы тренировочно - соревновательной деятельности.	2	
	3	Основные стороны (разделы) спортивной тренировки.	2	
	4	Основы построения тренировочного процесса.	2	
	Практические занятия			1,2
	1	Составление плана тренировочных занятий.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся			1,2
	1	Анализ литературных и интернет источников по данной теме.	12	
Экзамены			2	
Всего:			131	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета теории и методики физического воспитания (учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)

Оборудование:

Ноутбук преподавателя HP 15DB0098UR

Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации по дисциплине.

Программа предусматривает применение технологий электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

3.1. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 191 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-06071-3. - Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL:<https://urait.ru/bcode/454184> (дата обращения: 01.06.2022).

Дополнительные источники:

1. Алхасов Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 176 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11533-8. - Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL:<https://urait.ru/bcode/456721> (дата обращения: 01.06.2022).

2. Алхасов Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 270 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-08312-5. - Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL:<https://urait.ru/bcode/455838> (дата обращения: 01.06.2022).

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн: <http://www.biblioclub.ru>
2. Научная электронная библиотека: <http://www.elibrary.ru>
3. Электронная библиотека Юрайт: <https://urait.ru/>
4. Электронно- библиотечная система «Лань»: www.e.lanbook.com

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 по учебной дисциплине	Формируемые компетенции	Оценочные средства по дисциплине
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; - понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры; - особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным	ОК 1 – ОК 10, ПК 1.1 – ПК 1.8, ПК 2.1 – ПК 2.6, ПК 3.1 – ПК 3.5	Фронтальный опрос. Проверка домашних заданий (заслушивание сообщений, докладов и их обсуждение). Тестирование. Контрольная работа. Экзамен.

<p>здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;</p> <ul style="list-style-type: none"> - структуру и основы построения процесса спортивной подготовки; - основы теории соревновательной деятельности; основы спортивной ориентации и спортивного отбора. 		
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>ОК 1 – ОК 10, ПК 1.1 – ПК 1.8, ПК 2.1 – ПК 2.6, ПК 3.1 – ПК 3.5</p>	<p>Фронтальный опрос. Проверка домашних заданий (заслушивание сообщений, докладов и их обсуждение). Тестирование. Контрольная работа. Экзамен.</p>