

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 11.06.2026 10:32:54  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

**Методические материалы по выполнению контрольной работы  
по дисциплине**

**«История физической культуры»**

для обучающихся по направлениям подготовки

49.03.01 Физическая культура

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

49.03.04 Спорт

Разработчик:

Мухамитянов  
к.п.н., доцент

Ф.Д.,

Рассмотрено на заседании  
кафедры СГПиЕН

Протокол от «16» апреля 2024 г.  
№ 13

## ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
2 ВЫБОР ТЕМЫ И ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	5
3 ОФОРМЛЕНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	10
4 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	14
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	15

## 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Дисциплина «История физической культуры» относится к обязательной части блока «Дисциплины» и направлена на подготовку бакалавров, отвечающих как современным квалификационным требованиям, так и требованиям интеллектуальной, общекультурной и гуманитарной подготовки.

Цель дисциплины формирование у обучающихся мировоззренческих взглядов на становление, состояние и развитие физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества.

Задачи изучения дисциплины:

- 1) Изучение основных этапов возникновения, становления и развития физической культуры и спорта.
- 2) Формирование научного представления об эволюции взглядов на систему физического воспитания, исторические условия и особенности развития физической культуры и спорта в различных регионах мира.
- 3) Развитие представлений о роли, месте и значении физической культуры и спорта в жизни общества на разных этапах развития цивилизации.
- 4) Изучение исторических особенностей развития физической культуры и спорта в России на разных этапах.

В результате освоения дисциплины студент должен:

*знать:* историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения.

*уметь:*

- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;
- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;
- находить и анализировать информацию по истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных задач, профессионального

самообразования и саморазвития.

Рабочими учебными планами для студентов заочной формы обучения по всем направлениям подготовки, предусмотрено написание контрольной работы по курсу «История физической культуры».

Контрольная работа – самостоятельный труд студента, который способствует углубленному изучению пройденного материала.

Целью выполнения контрольной работы является повышения уровня теоретической подготовки студента.

*Выполнение контрольной работы направлено на решение следующих задач:*

- приобретение умений и навыков в подборе литературы,
- анализ изученного материала,
- грамотное и логичное изложение содержания основных положений темы.

Выполнение контрольной работы состоит из следующих этапов:

- выбор темы и изучение основных и дополнительных источников;
- составление плана работы;
- сбор и обработка материала по теме;
- написание текста и подготовка презентации.

## 2 ВЫБОР ТЕМЫ И ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Перечень тем разрабатывается преподавателем, ведущим соответствующую дисциплину. Студент выбирает вариант, соответствующей направлению и специализации, на которой он обучается.

### Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

#### *Профиль «Физкультурное образование»*

ВАРИАНТ 1. Тема *«Роль инициации в возникновении и развитии физического воспитания»*.

ВАРИАНТ 2. Тема *«Физическое воспитание в Древнем мире»*.

1) Физическое воспитание в Древней Греции;

2) Физическое воспитание в Древнем Риме.

ВАРИАНТ 3. Тема *«Физическое воспитание в России с древнейших времен до 1861 года»*.

1) Физическое воспитание в период от Древней Руси до реформ Петра 1;

2) Модернизация физического воспитания в период Российской империи до 1861 года.

ВАРИАНТ 4. Тема *«Физическое воспитание в России в конце 19 века и начале 20 века»*.

1) Физическое воспитание в период реформ Александра II;

2) Модернизация физического воспитания в начале 20 века.

ВАРИАНТ 5. Тема *«Физическое воспитание в первые годы Советской власти»*.

1) Физическое воспитание в первые годы Советской власти;

2) Роль ГТО в модернизации физического воспитания.

ВАРИАНТ 6. Тема *«Роль Сокольской системы гимнастики в развитии физической культуры в России конца 19 и начале 20 веков»*.

1) Основные положения Сокольской системы гимнастики;

- 2) Сокольская система и военно-прикладная подготовка Российской армии;
- 3) Внедрение Соколькой гимнастики в учебные заведения России.

ВАРИАНТ 7. Тема *«Система физического образования П.Ф. Лесгафта»*.

- 1) Краткая биография П.Ф. Лесгафта;
- 2) Содержание системы физического образования П.Ф. Лесгафта;
- 3) Внедрение системы физического образования П.Ф. Лесгафта в учебные заведения России.

### ***Профиль «Менеджмент в физической культуре и спорте»***

ВАРИАНТ 1. Тема *«Деятельность органов управления физической культурой в Российской империи в начале 20 века»*.

- 1) Органы управления физической культурой в Российской империи и их деятельность;
- 2) Участие российских спортсменов в Олимпийских играх.

ВАРИАНТ 2. Тема *«Создание органов управления физической культурой в первые годы Советской власти (1917-1936 годы)»*.

ВАРИАНТ 3. Тема *«Модернизация управления физической культурой в Советском Союзе 1947-1968 годы и её результаты»*.

ВАРИАНТ 4. Тема *«Поиски новых форм управления физической культурой в России в период 1991-2013 годы»*.

ВАРИАНТ 5. Тема *«Развитие законодательных основ управления физической культурой в России в период 1991-2023 годы»*.

ВАРИАНТ 6. Тема *«Развитие программно-нормативных основ физической культурой в России в период 1991-2023 годы»*. (Стратегии развития физической культуры и спорта, программы развитие физической культуры и спорта и т.д.)

## ***Профиль «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»***

ВАРИАНТ 1 Тема *«Возникновение и развитие избранного вида физкультурно-оздоровительные технологии и фитнеса в мире».*

- 1) Происхождение вида физкультурно-оздоровительные технологии и фитнеса;
- 2) Создание международной федерации и система соревнований (при наличии)
- 3) Развитие вида физкультурно-оздоровительные технологии и фитнеса в мире;

ВАРИАНТ 2 Тема *«Возникновение и развитие вида физкультурно-оздоровительной технологии и фитнеса в России».*

ВАРИАНТ 3 Тема *«Развитие избранного вида физкультурно-оздоровительной технологии и фитнеса в регионе проживания (Область, край, республика, город, район)».*

### **Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с**

#### **отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

ВАРИАНТ 1 Тема *«Применение физических упражнений с лечебной целью в Древнем Китае и Индии».*

ВАРИАНТ 2 Тема *«Применение физических упражнений с лечебной целью в Древней Греции и в Древнем Риме».*

ВАРИАНТ 3 Тема *«Применение физических упражнений с лечебной целью в Европейских гимнастических системах Нового времени».*

ВАРИАНТ 4 Тема *«Вклад П.Ф. Лесгафта в развитие АФК».*

ВАРИАНТ 5 Тема *«Зарождение и развитие паралимпийского движения».*

ВАРИАНТ 6 Тема *«Зарождение и развитие зимних Паралимпийских игр».*

ВАРИАНТ 7 Тема *«Зарождение и развитие летних Паралимпийских игр».*

ВАРИАНТ 8 Тема *«Развитие адаптивного спорта в России».*

ВАРИАНТ 9 Тема *«Выступление российских спортсменов на Паралимпийских играх»*.

**Направление подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

ВАРИАНТ 1 Тема *«Элементы рекреации в физической культуре Древнего Рима»*.

ВАРИАНТ 2 Тема *«Элементы рекреации и туризма в Европейских гимнастических системах»*.

ВАРИАНТ 3 Тема *«Развитие туризма во второй половине 19 и начале 20 веков в Западной Европе»*.

ВАРИАНТ 4 Тема *«Развитие туризма во второй половине 19 и начале 20 веков в России»*.

ВАРИАНТ 5 Тема *«Развитие туризма в Советской России и СССР в период 1917-1941 годы»*.

ВАРИАНТ 6 Тема *«Развитие видов туризма в России настоящее время (на выбор один из видов)»*.

ВАРИАНТ 7. Тема *«Туризм в нормативах ГТО с 1931 по настоящее время»*.

ВАРИАНТ 8. Тема *«Рекреационное движение и физическое воспитание в странах Европы и Америки»*

**Направление подготовки 49.03.04 Спорт**

ВАРИАНТ 1 Тема *«Возникновение и развитие избранного вида спорта в мире»*.

- 1) Происхождение вида спорта;
- 2) Создание международной федерации и система соревнований;
- 3) Развитие вида спорта в мире.

ВАРИАНТ 2 Тема *«Возникновение и развитие избранного вида спорта в России»*.

- 1) Развитие спорта в Российской империи, Советском Союзе, России;
- 2) Выдающиеся спортсмены, рекорды.

ВАРИАНТ 3 Тема « *Развитие избранного вида спорта в регионе проживания (Область, край, республика, город, район)*»

- 1) развитие вида спорта в регионе, где вы проживаете;
- 2) выдающиеся спортсмены региона;
- 3) олимпийская история вида спорта в регионе.

### 3 ОФОРМЛЕНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Контрольная работа выполняется в виде презентации. Она поможет наиболее полно и наглядно передать содержание работы, а также сделать акцент на наиболее важных аспектах контрольной. Презентация должна содержать всю информацию, так как преподаватель может проверять работу без присутствия авторов.

Требования к презентации:

- ✓ Общий объем презентации – 20 слайдов.
- ✓ Структура презентации:
  - Титульный слайд (Приложение А).
  - Слайд с содержанием презентации (Приложение Б)
  - Основное содержание.
  - Заключение.
  - Литература.
- ✓ наличие заголовков;
- ✓ Текст: кегль — 28-32 для заголовков, 18-24 для текста;
- ✓ Информация подается кратко, емко, тезисно;
- ✓ Приветствуется наличие фотографий, схем, таблиц;
- ✓ Нейтральный фон.

Подготовка и создание презентации осуществляется студентом в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint.

Рекомендуемый алгоритм работы по созданию презентации:

- изучить материалы темы, работая с основной и дополнительной литературой;
- структурировать информацию, выделяя главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- представить характеристику элементов в краткой форме;

- выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить на слайде;

- оформить работу и предоставить к установленному сроку.

Как правило, объём презентации устанавливается исходя из объёмов учебной информации, необходимой для передачи слушателям (рекомендуется осуществлять расчёт временных затрат исходя из равенства: 1 слайд  $\approx$  40 секунд), однако целесообразно в структуру презентации включить следующие слайды:

- титульный слайд с названием темы и автором-исполнителем;
- содержание (в том случае, если есть необходимость структурировать информацию в определённые блоки, либо объём информации велик);
- цель и задачи проводимой работы;
- ход и результаты (основная полученная информация) исследования;
- выводы;
- список использованных источников.

При работе над созданием презентации следует придерживаться следующих рекомендаций:

*Не рекомендуется:*

- перегружать слайд текстовой информацией;
- использовать блоки сплошного текста;
- использовать анимационные и текстовые возможности, которые будут отвлекать от содержания презентации;
- в нумерованных и маркированных списках использовать уровень вложения глубже двух;
- использовать переносы слов;
- использовать наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков.

*Рекомендуется:*

- единая стилистика оформления всех слайдов презентации;

- максимум трёхцветная компоновка слайда (фон, текст, заголовок);
- сжатость и краткость изложения при максимальной информативности текста;
- комфортная для восприятия текстовая информация (размер шрифта для заголовков – не менее 24, для основного текста – не менее 18);
- использование нумерованных и маркированных списков вместо сплошного текста;
- горизонтальное расположение текстовой информации;
- использование табличного формата предъявления материала;
- основную идею абзаца располагать в самом начале – в первой строке абзаца;
- использование такой компоновки слайда, при котором на слайде только заголовок, изображение (фотография, рисунок, диаграмма, схема, таблица и т.п.) и подпись к ней.

#### Критерии оценивания презентации:

- содержательный критерий – правильный выбор темы, соответствие содержания презентации этой теме, знание предмета и свободное владение текстом, грамотное использование научной терминологии, импровизация, речевой этикет;
- логический критерий – наличие логической связи изложенной информации, стройное логико-композиционное построение презентации, доказательность, аргументированность;
- критерий соблюдения дизайн-эргономических требований к компьютерной презентации – единство и эстетичность оформления; обоснованная последовательность слайдов и информации на них; необходимое и достаточное количество слайдов. Учет особенностей восприятия графической (иллюстративной) информации; корректное сочетание фона и графики.

В случае если предусмотрено публичное выступление по материалам презентации, то к этому перечню добавляются критерии оценивания устного сообщения / доклада:

– речевой критерий – соотнесение устного выступления и компьютерного сопровождения при использовании языковых и неязыковых (поза, манеры и пр.) средств выразительности; фонетическая организация речи, правильность ударения, четкая дикция, логические ударения и пр;

– психологический критерий – взаимодействие с аудиторией (прямая и обратная связь), знание и учет законов восприятия речи, использование различных приемов привлечения и активизации внимания.

### Критерии оценивания презентации

Оценка	Критерии оценки
«отлично»	Содержание презентации соответствует заданной теме, выполнены все требования к содержанию, оформлению и представлению презентации.
«хорошо»	Содержание презентации соответствует заданной теме, но допущены недочеты оформления и представления презентации.
«удовлетворительно»	Содержание презентации соответствует заданной теме, но имеются неточности в изложении материала, имеются упущения в оформлении.
«неудовлетворительно»	Тема презентации нераскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы; презентация учащимся не представлена.

### Критерии оценивания презентации

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	Содержание презентации соответствует заданной теме, но имеются неточности в изложении материала, имеются упущения в оформлении.
Не зачтено	Содержание контрольной работы изложено бессистемно. Тема презентации нераскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

#### **4 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

1. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов высш. пед. учеб.заведений. – Москва: Академия, 2009. – 192 с. - ISBN: 5-7695-0693-8
2. Григоревич, В. В. История физической культуры и спорта: учебное пособие. Москва: Советский спорт, 2008.- 288с.- ISBN 978-5-9718-0254-9
3. Деметер, Г. С. Очерки по истории отечественной физической культуры и олимпийского движения / Г. С. Деметер. - Москва: Советский спорт , 2005. – 322 с.- ISBN 5-85009-975-1
4. Кун, Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982.- 399 с.
5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин; под ред. проф. Н. Ю. Мельниковой - Москва: Советский спорт, 2013. - 392 с. - ISBN 978-5-9718-0613-4.
6. Пельменев, В. К., Конеева, Е. В. История физической культуры: учебное пособие / В.К. Пельменев, Е.В. Конеева: Калинингр. ун-т. – Калининград, 2000. – 186 с.- ISBN 5-88874-170-1
7. Твой олимпийский учебник: учеб. пособие для олимпийского образования / В.С. Родиченко и др. ; Олимпийский комитет России. – 27-е изд., перераб. и дополн. – Москва: Спорт, 2019.– 216с.: ISBN 978-5-9500184-3

#### **Информационные средства обеспечения дисциплины**

1. Захаров П. Я История физической культуры и спорта: учебно-методический комплекс. – Горно-Алтайск: РИО ГАГУ, 2009. – 151 с. [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://www./e-lib.gasu.ru>-eposobia/UMK/zaharov.pdf>
2. Гайл В. В. Краткая история физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://window.edu.ru>resource/689/28689/files/ustu296.pdf>

**Образец оформления титульного листа**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

Контрольная работа  
по дисциплине «История физической культуры»

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА В .....

Выполнил/а студент /ка

группы .....

Иванов Иван Иванович

Проверил: Мухамитянов Ф.Д., доцент  
кафедры СГПиЕН

Чайковский 2024

## Содержание

Стр.

Введение

I. Возникновение баскетбола

II. Развитие баскетбола в.

Заключение

Литература