

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Альберт Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 17.06.2026 08:30:17
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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

Колледж Физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«28» _____ 05 _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Теория и история физической культуры и спорта (ОПЦ.12)

Специальность	<i>49.02.02 Адаптивная физическая культура. (на базе основного общего образования)</i>
Направленность программы	<i>«Проведение групповых и индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации, в том числе по инклюзивной программе»</i>
Квалификация выпускника	<i>Педагог по адаптивной физической культуре и спорту</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 4,5 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>часов: 144</i>
Промежуточная аттестация	<i>экзамен</i>

Разработчик рабочей программы:

Мухамитянов Ф.Д.
преподаватель, к.п.н., доцент

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОПЦ.12 Теория и история физической культуры и спорта является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Дисциплина участвует в формировании следующих общих и профессиональных компетенций:

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 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ПК 1.1. Планировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;

ПК 1.2. Проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.3. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.5. Анализировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области адаптивной физической культуры.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код компетенции	Умения	Знания
ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 2.1. ПК 2.2.	- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; - правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;	- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры; - историю становления и развития зарубежных систем и отечественной системы физической культуры; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы обучения двигательным умениям и

	- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.	навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки.
--	--	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Виды учебной деятельности	Объем учебных занятий		
		4 сем.	5 сем.	Всего
1	Учебные занятия	62	48	110
1.1	Лекции	32	26	58
1.2	Практические занятия, лабораторное занятие, семинары / в т.ч. в форме практической подготовки	30/ -	22/-	52/-
2	Самостоятельная работа / в том числе выполнение курсового проекта (работы), подготовка к промежуточной аттестации	20	14/6	34/6
3	Промежуточная аттестация – экзамен		+	+
4	Всего академических часов	82	62	144

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

2.2.1. Тематический план

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем дисциплины	Виды учебной деятельности в часах			Всего академических часов	
		Лекции	Практические занятия, лабораторные занятия, семинары			Самостоятельная работа
			всего	в т. ч. в форме практической подготовки		
4 семестр						
	Раздел 1. История физической культуры и спорта	22	20		54	
1.1	Возникновение и первоначальное развитие физической культуры в мире в период до Нового времени	6	6		14	

1.2	Создание основ современной физической культуры и спорта в период Нового времени	6	6		6	18
1.3	Развитие физической культуры в мире в Новейший период истории	10	8		4	22
Раздел 2. Основы теории физической культуры		10	10		8	28
2.1	Введение в теорию физической культуры	2	2		2	6
2.2	Средства формирования физической культуры личности	4	4		2	10
2.3	Методы формирования физической культуры личности	4	4		4	12
Академических часов в 4 сем.		32	30		20	82
5 семестр						
Раздел 2. Основы теории физической культуры		20	16		4	40
2.4	Методические принципы занятий физическими упражнениями	2	2			4
2.5	Основы теории обучения двигательным действиям	4	4		2	10
2.6	Основы развития двигательных способностей	6	4		2	12
2.7	Формы построения занятий физическими упражнениями	2	2			4
2.8	Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся	6	4			10
Раздел 3. Основы теории и методики спорта		6	6		4	16
3.1	Спорт в системе физической культуры	1	1			2
3.2	Основы теории соревновательной деятельности	2	1		2	5
3.3	Основы спортивной тренировки	3	4		2	9
Промежуточная аттестация – экзамен					6	6
Академических часов в 5 сем.		26	22		14	62
Всего академических часов		58	52	0	34	144

2.2.2. Содержание дисциплины

№ темы	Содержание учебного материала
<i>4 семестр</i>	
<i>Раздел 1. История физической культуры и спорта</i>	
1.1	<i>Тема Возникновение и первоначальное развитие физической культуры в мире в период до Нового времени</i>
	<i>Лекция 1. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе Физическая культура в государствах Древнего мира.</i>
	<i>Лекция 2. Олимпийские игры Античного мира. Элементы Физической культуры в средние века</i>
	<i>Лекция 3. Элементы физической культуры в России с древнейших времен до Нового времени</i>
	<i>Практическое занятие 1. Основные теории происхождения физической культуры. Общие черты и различия физической культуры в государствах Древнего мира. Спартанская и Афинская системы воспитания</i>
	<i>Практическое занятие 2. Олимпийские игры Античного мира. Физическая культура в Древнем Риме. Физические упражнения, игры в быту, трудовой и военной подготовки народных масс, горожан</i>

	<p><i>Практическое занятие 3.</i> Элементы физической культуры в быту народа, дворянства. Физическое воспитание в учебных заведениях. Физическая подготовка в русской армии.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> подготовить сообщение «Роль Петра I в развитии физического воспитания в России»</p>
1.2	<p><i>Тема</i> Создание основ современной физической культуры и спорта в период Нового времени</p> <p><i>Лекция 4.</i> Создание европейских гимнастических и спортивно-игровых систем в Новое время</p> <p><i>Лекция 5.</i> Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения</p> <p><i>Лекция 6.</i> Возникновение и первоначальное развитие спортивного и олимпийского движения в России</p> <p><i>Практическое занятие 4</i> Исторические и социальные предпосылки зарождения и развития национальных систем физического воспитания в первый период Нового времени. Развитие спортивно-игровой системы в Англии. Особенности европейских национальных систем физического воспитания.</p> <p><i>Практическое занятие 5</i> Зарождение олимпийского движения современности. Деятельность П. де Кубертена. Идеалы и символика Олимпизма. Хроника игр от Афин до Стокгольма.</p> <p><i>Практическое занятие 6</i> Учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании и его педагогическая деятельность. России в международное олимпийское движение</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> По заданной схеме (таблице) дать характеристику основным системам физического воспитания в Новое время.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение «Жизнь и деятельность Пьера де Кубертена».</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение «Развитие вида спорта (по выбору) в конце 19-начале 20 века»</p>
1.3	<p><i>Тема</i> Развитие физической культуры в мире в Новейший период истории</p> <p><i>Лекция 7</i> Международное спортивное и Олимпийское движение в период между мировыми войнами</p> <p><i>Лекция 8</i> Становление и развитие советской системы физического воспитания (1917-1941 гг.). Развитие физической культуры и спорта в СССР в годы Великой Отечественной войны(1941-1945гг.).</p> <p><i>Лекция 9</i> Игры Олимпиад в период после II Мировой войны. Основные проблемы Олимпийского движения.</p> <p><i>Лекция 10</i> Развитие физической культуры и спорта в послевоенные годы в СССР. Участие советских спортсменов в О.И. в период до1991 года</p> <p><i>Лекция 11</i> Развитие ФКиС в России с 1991 года по настоящее время.</p> <p><i>Практическое занятие 7</i> Хронология летних и зимних Олимпийских игр первой половины XX века. Рабочее спортивно-гимнастическое движение.</p> <p><i>Практическое занятие 8</i> Развитие физической культуры и спорта в первые годы Советской власти. Научно-методические основы советской системы физического воспитания. Развитие физкультурно-спортивной работы среди населения. Физкультурный комплекс ГТО.</p> <p><i>Практическое занятие 9</i> Организация и проведение летних и зимних Олимпийских игр с1948 года. Основные проблемы и их решение. Бойкоты Олимпийских игр.</p> <p><i>Практическое занятие 10</i> Советский Союз в международном и Олимпийском движении с1946 по 1991 годы. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх с 1991 года</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение о спортсменах – участниках ВОВ.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Заполнить таблицу «Новые формы спортивно-массовой работы среди населения в период 1960-1980е годы»</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение «Выдающиеся спортсмены региона проживания студента»</p>

	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение о развитии физической культуры и спорта в регионе проживания студента.
<i>Раздел 2. Основы теории физической культуры</i>	
	<i>Тема Введение в теорию физической культуры</i>
2.1	<i>Лекция 12.</i> Основные понятия теории физической культуры: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация, физическая подготовка, физическое развитие, физические упражнения <i>Практическое занятие 11.</i> Система физической культуры, её основы и принципы функционирования: понятие о системе физической культуры; цель, задачи и общие принципы системы физической культуры <i>Самостоятельная работа:</i> Составить словарь основных понятий Теории физической культуры
	<i>Тема Средства формирования физической культуры личности</i>
2.2	<i>Лекция 13.</i> Физические упражнения как основное средство формирования физической культуры личности Естественные силы природы и гигиенические факторы как средства физической культуры <i>Лекция 14.</i> Техника физических упражнений <i>Практическое занятие 12</i> Дидактические и воспитательные возможности средств физической культуры <i>Практическое занятие 13.</i> Характеристика форм физических упражнений и выделение основных составляющих техники. <i>Самостоятельная работа:</i> Анализ техники избранного вида спорта по предложенной таблице
	<i>Тема Методы формирования физической культуры личности</i>
2.3	<i>Лекция 15.</i> Методы, направленные на приобретение знаний. Методы, направленные на овладение двигательными действиями. <i>Лекция 16.</i> Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей <i>Практическое занятие 14.</i> Применение общепедагогических методов для решения задач физического воспитания <i>Практическое занятие 15.</i> Применение специфических методов для решения задач физического воспитания. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать перечень домашних заданий по физической культуре для выполнения в виде учебных проектов <i>Самостоятельная работа:</i> Заполнить таблицу «Методы обеспечения наглядности (наглядные методы) в физическом воспитании и их характеристика»
	<i>Тема Методические принципы занятий физическими упражнениями</i>
2.4	<i>Лекция 17.</i> Общие методические принципы. Принципы, выражающие специфические закономерности занятий физическими упражнениями <i>Практическое занятие 16.</i> Классификация и характеристика принципов ФВ. Рассмотреть группы принципов и их применение в процессе ФВ.
<i>5 семестр</i>	
	<i>Тема Основы теории обучения двигательным действиям</i>
2.5	<i>Лекция 18.</i> Теории обучения двигательным действиям. Принципиальная схема обучения двигательным действиям <i>Лекция 19.</i> Характеристика этапов обучения двигательному действию. <i>Практическое занятие 17</i> Планирование обучения двигательным умениям и навыкам <i>Практическое занятие 18.</i> Разработка методики обучения элементу техники выполнения нормативов ГТО. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать алгоритм обучения элементу техники ИВС.

2.6	<i>Тема Основы развития двигательных способностей</i>
	<i>Лекция 20. Понятие о двигательных способностях. Силовые способности и основы методика их развития</i>
	<i>Лекция 21. Скоростные способности и гибкость и основы методика их развития</i>
	<i>Лекция 22. Координационные способности и основы методика их развития. Выносливость и основы и методики её развития.</i>
	<i>Практическое занятие 19. Методическая разработка развитие силовых и скоростных способностей.</i>
	<i>Практическое занятие 20. Методическая разработка развитие гибкости и координационных способностей</i>
2.7	<i>Самостоятельная работа: Развитие общей и специальной выносливости в избранном виде двигательной деятельности.</i>
	<i>Тема Формы построения занятий физическими упражнениями</i>
2.8	<i>Лекция 23. Классификация и характеристика форм занятий физическими упражнениями</i>
	<i>Практическое занятие 21. Сравнительный анализ организационных форм построения занятий в различных образовательных учреждениях</i>
	<i>Тема Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся</i>
	<i>Лекция 24. Особенности занятий физическими упражнениями дошкольных в общеобразовательных учреждениях.</i>
	<i>Лекция 25. Особенности занятий физическими упражнениями в образовательных учреждениях СПО и ВПО</i>
3.1	<i>Лекция 26. Особенности занятий физическими упражнениями лиц зрелого и пожилого возраста</i>
	<i>Практическое занятие 22. Урочные и внеурочные формы ФВ. ППФП и особенности ее организации в учреждениях СПО и ВО.</i>
	<i>Практическое занятие 23. Старение и задачи направленного физического воспитания в «пожилом» и «старшем» возрасте. Формы и содержание занятий</i>
<i>Раздел 3. Основы теории и методика спорта</i>	
3.1	<i>Тема Спорт в системе физической культуры</i>
	<i>Лекция 27. Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения.</i>
3.2	<i>Практическое занятие 24. Спорт в системе физической культуры.</i>
	<i>Тема Основы теории соревновательной деятельности</i>
	<i>Лекции 27-28 Основные виды и функции спортивных соревнований. Спортивный результат, критерии измерения и оценки. Спортивные достижения и тенденции их развития</i>
3.3	<i>Практическое занятие 24. Факторы, обеспечивающие рост спортивных достижений</i>
	<i>Самостоятельная работа: Заполнить таблицу «Классификация видов спорта по предмету состязаний и характеру активности спортсменов»</i>
	<i>Тема Основы спортивной тренировки</i>
	<i>Лекции 28-29. Цель и задачи спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Подготовка спортсмена в процессе тренировки: техническая, тактическая, физическая, психологическая, теоретическая, интегральная</i>
	<i>Практическое занятие 25. Анализ Федерального стандарта спортивной подготовки и Примерной программы по виду спорта</i>
	<i>Практическое занятие 26. Основные стороны (разделы) спортивной тренировки и их задачи на различных этапах спортивной подготовки.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Выполнить задания с проблемными ситуациями (кейсы)</i>

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Реализация программы дисциплины проводится в следующих специальных помещениях:

<i>Специальные помещения для проведения занятий всех видов и помещения для организации самостоятельной работы</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук, акустическая система)
аудитория № 256 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	Специализированная мебель (мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя); технические средства обучения (экран, проектор, ноутбук)
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Обязательные печатные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Юрайт, 2022. - 216 с.

3.2.2. Электронные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 216 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15307-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563631>

2. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : учебник для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 749 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16545-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565828>

3. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебник для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 442 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16321-6. — Текст :

электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565829>

4. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебник 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, 2025. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565945>

3.2.3. Дополнительные источники

1. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + еПриложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с. — ISBN 978-5-406-07304-9. — Текст: электронный.

2. 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. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст: электронный

3. Теория и история физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / О. Н. Лебедева, Е. А. Корякина; ФГБОУ ВО «ВГИФК». — Воронеж: ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2021. — Электронные данные (1 файл).

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. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

5. Твой олимпийский учебник: учеб. пособие / Родиченко В.С. и др.-М.: Советский спорт, 2019.

3.3 Перечень лицензионного программного обеспечения

<i>№ п.п.</i>	<i>Наименование программного продукта</i>
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBYY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)

<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

3.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Электронно-библиотечные системы</i>	<i>Ссылка на ресурс</i>
1. Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibl.chgafkis.ru:8080/marcweb2/Default.asp
2. Образовательная платформа «Юрайт» [электронный ресурс]	https://urait.ru/
3. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]	http://window.edu.ru/window
4. Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> – понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; – историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; – методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки; – средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности; – основы теории обучения двигательным действиям; – теоретические основы развития двигательных способностей; – особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями 	<ul style="list-style-type: none"> - определяет основные понятия теории физической культуры и спорта; устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта; описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; -перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки; даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений»; -перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности; -описывает особенности средств, методов формирования физической 	<ul style="list-style-type: none"> Устный опрос, проверочные работы, тестирование, экзамен

<p>занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);</p> <ul style="list-style-type: none"> – сущность и функции спорта; – средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки; – основные разделы спортивной подготовки; – тренировочные и соревновательные нагрузки; – основы теории соревновательной деятельности. 	<p>культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности;</p> <ul style="list-style-type: none"> -перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений; -даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»; перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка; -перечисляет этапы обучение двигательному действию; -определяет особенности этапов обучения двигательному действию; даёт определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»; -перечисляет и объясняет закономерностей развития двигательных способностей; -описывает формы проявления двигательных способностей; объясняет особенности методики развития двигательных способностей; -определяет значение занятий физическими упражнениями для различных категорий, занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья); определяет цели, задач, направленности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья); -определяет особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья); даёт определение понятию «спорт»; перечисляет функции спорта; -перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки; -описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении 	
--	---	--

	<p>задач спортивной тренировки; даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка»; -определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки; определяет понятия «тренировочная и соревновательная нагрузка»; даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»; -перечисляет признаки соревновательной деятельности; -перечисляет функций соревновательной деятельности; описывает классификацию спортивных соревнований; -перечисляет критерии измерения и оценки спортивных результатов.</p>	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<p>- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; -правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры</p>	<p>- применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности; - применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала; - определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки; - находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональной задачи</p>	<p>Оценка результатов выполнения практической работы</p>

и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.		
---	--	--