

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта

для студентов, обучающихся по специальности

49.02.01 Физическая культура

Курган 2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544 Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом примерной образовательной программы среднего профессионального образования, рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968 по специальности

код

49.02.01

наименование специальности

Физическая культура

(программа подготовки специалистов среднего звена)

Разработчики:

| | Фамилия, имя, отчество | Ученая степень (звание) [квалификационная категория] | Должность |
|---|-------------------------------------|--|---------------|
| 1 | Емельянова Наталья Александровна | высшая | преподаватель |

Рассмотрено на заседании МК по физической культуре

| | Фамилия, имя, отчество руководителя МО | Дата заседания МО | № протокола |
|---|---|-------------------|-------------|
| 1 | Беляева Татьяна Васильевна | 29.08.2023 | № 1 |

Согласовано на заседании научно-методического совета

| Дата заседания НМС | № протокола |
|--------------------|-------------|
| 30.08.2023 | № 1 |

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|---|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 4 |
|---|---|

| | |
|--|----|
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 6 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 11 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 15 |

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.11 Теория и история физической культуры и спорта

1.1 Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

| | | |
|------------------|----------|---------------------|
| по специальности | 49.02.01 | Физическая культура |
|------------------|----------|---------------------|

| | | |
|-----------------------------------|----------|-----------------------------|
| укрупненной группы специальностей | 49.00.00 | Физическая культура и спорт |
|-----------------------------------|----------|-----------------------------|

Рабочая программа учебной дисциплины может быть частично использована в рамках реализации специальности 49.02.01 «Физическая культура» заочной формы обучения и в дополнительном профессиональном образовании.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

| |
|---|
| Общепрофессиональный цикл, общепрофессиональные дисциплины |
|---|

в вариативную часть циклов ППССЗ

| |
|--|
| |
|--|

Учебная дисциплина связана с профессиональными модулями ПМ.01 Организация и проведение физкультурно-спортивной работы, ПМ.02 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности, ПМ.03 Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам профессионального цикла.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цель дисциплины: формировать знания и умения при изучении теории и истории физической культуры и спорта

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
|---|--|---|
| ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 08 ОК 09 ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.4. ПК 1.5. | - 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 | - 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 |

| | | |
|---|--|--|
| ПК 1.6 ПК 2.1. ПК 2.2. ПК 2.3. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК 3.5. | 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 и спорта, необходимую для решения профессиональных задач. | умениям и навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки. <u>- положения теории и методики физической культуры, теории спорта.</u> |
|---|--|--|

Освоение дисциплины направлено на развитие общих, профессиональных, **цифровых** компетенций:

| Код | 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 04 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде |
| ОК 05 | Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста |
| ОК 08 | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности |
| ОК 09 | Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках |
| ПК 1.1. | Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу. |
| ПК 1.2. | Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях. |
| ПК 1.3. | Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия. |
| ПК 1.4. | Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта |
| ПК 1.5. | Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. |
| ПК 1.6 | Проводить работу по предотвращению применения допинга. |
| ПК 2.1. | Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы. |
| ПК 2.2. | Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта |

| | |
|---------|---|
| ПК 2.3. | Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов |
| ПК 2.4. | Осуществлять исследовательскую и проектную деятельности в области физической культуры и спорта |
| ПК 3.1. | Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре |
| ПК 3.2. | Проводить учебные занятия по физической культуре |
| ПК 3.3. | Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура». |
| ПК 3.4. | Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста. |
| ПК 3.5. | Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры. |

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем в часах |
|--|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 134 |
| в т. ч.: | |
| теоретическое обучение | 38 |
| практические занятия | 82 |
| <i>Консультации</i> | 2 |
| Промежуточная аттестация в виде экзамена в 4 семестре | 12 |

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

| Наименование разделов и тем | Содержание и формы организации деятельности обучающихся | | Объем часов | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|--|---|---|--------------|--|
| 1 | 2 | | 3 | |
| | 3 семестр Всего 60 ч.: Т- 20 ч., ПЗ - 40 ч. | | | |
| Раздел 1. | Введение в теорию и историю физической культуры и спорта | | 26/10 | |
| Тема 1.1. Понятие о теории и истории физической культуры и спорта | Содержание учебного материала | | 4/10 | ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 08 ОК 09 ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.4. ПК 1.5. ПК 1.6 ПК 2.1. ПК 2.2. ПК 2.3. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК 3.5. |
| | 1 | Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта | 2 | |
| | 2 | Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации | 2 | |
| | Практические занятия | | 10 | |
| | 1. | Практическое занятие 1. Привести примеры реализации основных задач физического воспитания применительно к системе общего образования, дополнительного образования, физкультурно-спортивной работе | 4 | |
| | 2. | Практическое занятие 2. Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: общее образование | 2 | |
| | 3. | Практическое занятие 3. Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: дополнительное образование, физкультурно-спортивная работа | 4 | |
| Тема 1.2. Зарождение и развитие зарубежных систем физической культуры | Содержание учебного материала | | 8/18 | |
| | 1 | Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе | 2 | |
| | 2 | Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока | 4 | |
| | 3. | Физическая культура в Европе в буржуазном и капиталистическом обществе | 2 | |
| | Практические занятия | | 18 | |
| | 1. | Практическое занятие 4. Сравнительный анализ развития физической культуры в первобытнообщинном строе и рабовладельческом | 6 | |
| | 2. | Практическое занятие 5. Анализ развития систем физической культур в странах | 6 | |

| | | | | |
|--|--|--|--------------|--|
| | | Востока | | |
| | 3. | Практическое занятие 6. Сравнительный анализ развития зарубежных систем физической культуры | 6 | |
| Тема 1.3. Зарождение и развитие отечественной системы физической культуры | Содержание учебного материала | | 8/12 | |
| | 1 | Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в период феодализма | 2 | |
| | 2 | Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с конца XVIII века и до 1917 года | 2 | |
| | 3. | Становление и развитие советской системы физической культуры | 2 | |
| | 4. | Современная физическая культура и спорт в Российской Федерации | 2 | |
| | Практические занятия | | 12 | |
| | 1. | Практическое занятие 7. Анализ развития народных форм физической культуры в период феодализма | 6 | |
| | 2. | Практическое занятие 8. Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры | 6 | |
| | Итого за 3 семестр | | 20/40 | |
| | 4 семестр | | | |
| | Всего 74 ч.: Т- 18 ч., ПЗ - 42 ч., консультация – 2ч., ПА – 12 ч. | | | |
| Раздел 2. | Теоретико-методические основы физического воспитания | | 12/34 | ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 08 ОК 09 ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.4. ПК 1.5. ПК 1.6 ПК 2.1. ПК 2.2. ПК 2.3. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. |
| Тема 2.1. Средства физического воспитания | Содержание учебного материала | | 2/4 | |
| | 1 | Классификация средств физического воспитания | 1 | |
| | 2 | Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики. | 1 | |
| | Практические занятия | | 4 | |
| | 1. | Практическое занятие 5. Характеристика формы физического упражнения | 4 | |
| Тема 2.2. Методы физического воспитания | Содержание учебного материала | | 1/6 | |
| | 1 | Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания. | 1 | |
| | 2 | Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания | | |
| | 3. | Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания | | |
| | Практические занятия | | 6 | |
| | 1. | Практическое занятие 6. Применение методов физического воспитания | 6 | |
| Тема 2.3. | Содержание учебного материала | | 1/4 | |

| | | | | |
|--|--------------------------------------|---|-------------|---|
| Принципы физического воспитания | 1 | Система принципов физического воспитания и их характеристика | 1 | ПК 3.4. ПК 3.5. |
| | Практические занятия | | 4 | |
| | 1. | Практическое занятие 7. Реализация системы принципов физического воспитания | 4 | |
| Тема 2.4. Нагрузка и отдых в физическом воспитании | Содержание учебного материала | | 1/0 | |
| | 1 | Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки | 1 | |
| | 2 | Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий. | | |
| Тема 2.5. Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам | Содержание учебного материала | | 1/4 | |
| | 1 | Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании | 1 | |
| | 2 | Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов | | |
| | Практические занятия | | 4 | |
| | 1. | Практическое занятие 8. Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию | 4 | |
| Тема 2.6. Воспитание физических качеств | Содержание учебного материала | | 6/16 | |
| | 1 | Понятие о физических качествах и способностях. | 1 | |
| | 2 | Силовые способности и методика их воспитания. | 1 | |
| | 3. | Скоростные способности и методика их воспитания. | 1 | |
| | 4. | Координационные способности и методика их воспитания. | 1 | |
| | 5. | Выносливость и методика её воспитания. | 1 | |
| | 6. | Гибкость и методика её воспитания. | 1 | |
| | Практические занятия | | 16 | |
| | 1 | Практическое занятие 9. Методическая разработка воспитания силовых способностей | 2 | |
| | 2 | Практическое занятие 10. Методическая разработка воспитания выносливости | 2 | |
| | 3 | Практическое занятие 11. Методическая разработка воспитания скоростных способностей | 4 | |
| | 4 | Практическое занятие 12. Методическая разработка воспитания двигательных координационных способностей | 4 | |
| | 5 | Практическое занятие 13. Методическая разработка воспитания гибкости | 4 | |
| Раздел 3. | Понятие о спорте | | 6/8 | ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 08 |
| Тема 3.1. Спорт как специфическая деятельность | Содержание учебного материала | | 2/0 | |
| | 1 | Предпосылки возникновения спорта, специфические признаки спорта, | 1 | |
| | 2 | Социальные функции спорта | 1 | |

| | | | | |
|---|--|--|----------------------|--|
| Тема 3.2. Характеристика тренировочно- соревновательной деятельности | Содержание учебного материала | | 4/8 | ОК 09 ПК 1.1.-ПК 1.6 ПК 2.1.-ПК 2.4. ПК 3.1.-ПК 3.5. |
| | 1 | Структура спортивного движения в Российской Федерации. Цель и задачи спортивной тренировки | 1 | |
| | 2 | Основные стороны спортивной тренировки. Соревновательная деятельность в спорте | 1 | |
| | 3. | Разновидности тренировочных занятий и построение тренировки в циклах | 2 | |
| | Практические занятия | | 8 | |
| | 1 | Практическая работа 14. Подбор средств спортивной тренировки | 4 | |
| | 2 | Практическая работа 15. Подбор методов спортивной тренировки | 4 | |
| | Консультация | | 2 | |
| | Промежуточная аттестация в форме экзамена | | 12: | |
| | подготовка к экзамену | | 6 | |
| | проведение экзамена | | 6 | |
| | Итого за 4 семестр | | 18/42/2к/12ПА | |
| | Всего часов | | 38/82/2к/12ПА | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

| | | |
|--|-------------------|--|
| Реализация профессионального модуля предполагает наличие | | |
| 3.1.1 | Учебного кабинета | Теории и методики физического воспитания |
| 3.1.2 | лаборатории | информатики и информационно-коммуникационных технологий; |
| 3.1.3 | зала | спортивный зал; библиотека; |
| 3.1.4 | мастерской | читальный зал с выходом в сеть Интернет. по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» |

3.1.5. Оборудование учебного кабинета (лаборатории, мастерской, студии) и рабочих мест:

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|---|---|------------|
| Кабинет № 30 теории и методики физического воспитания, теории и истории физической культуры, безопасности жизнедеятельности и охраны труда | | |
| I. | Оборудование | |
| 1. | Рабочие места по количеству обучающихся | К |
| 2. | Рабочее место преподавателя | 1 |
| 3. | Классная доска | 1 |
| II. | Технические средства обучения | |
| 1. | Ноутбук | 1 |
| 2. | Интерактивная панель | 1 |
| III. | Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде) | |
| 1. | Видеофильмы: -Вредный здоровый образ жизни -Здоровый образ жизни -Парфиров Иванова (система закаливания) -Чемпионы (фрагменты фильма) -«Тренер» 2014 г. (фрагменты фильма) -фрагменты уроков физической культуры - фрагменты учебно-тренировочных занятий - фильмы серии «Среда обитания» | Д |
| IV. | Печатные пособия | |
| 1. | Портреты: - П.Ф. Лефграфт - П. де Кубертен | Д |
| 2. | Схемы по разделам курсов: -Средства физического воспитания -Методы физического воспитания -Формы занятий физическими упражнениями -Классификация уроков в зависимости от решаемых задач | Д |

| | | |
|-----------|--|---|
| V. | Учебно-методические материалы по дисциплине | |
| 1. | Материалы по теоретической части МДК: - конспекты лекций по теории и методике ФК; - рабочая программа ФГОС по физической культуре 1-4 кл. А.П. Матвеев - рабочая программа ФГОС по физической культуре 1-4 кл. В.И. Лях - рабочая программа ФГОС по физической культуре 5-9 кл. А.П. Матвеев - рабочая программа ФГОС по физической культуре 5-9 кл. В.И. Лях - Холодов «Теория и методика физического воспитания» - Железняк «Теория и методика физического воспитания» - Железняк «Основы научно-методической деятельности» - Схема анализа урока физической культуры - Статьи журнала «Спорт в школе» | Ф |
| 2. | Материалы к практическим занятиям по дисциплине: - «Практикум по теории и методике физического воспитания» Холодов | Д |
| 3. | Комплекты контрольно-оценочных средств: - материалы для текущего контроля; - материалы для промежуточной аттестации | К |

Оборудование мастерской 3 по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|------------|---|------------|
| 1. | Рабочие места по количеству обучающихся | 100% |
| I. | Технические средства обучения | |
| 1 | Ноутбук с периферийным и сетевым оборудованием | 16 |
| 2 | Зеркальный фотоаппарат, со штативом и картой памяти | 6 |
| 5 | Флипчарт | 1 |
| 6 | Мебель: шкаф, столы, стулья | 31 |
| 7 | Оргтехника: принтеры струйный цветной, лазерный ч/б | 2 |
| II. | Оборудование | |
| 13. | <i>Ринги (изотонические кольца)</i> | 7 |
| 14. | <i>Роллы (цилиндры)</i> | 7 |
| 15. | <i>Ремни для йоги</i> | 7 |
| 16. | <i>Блоки для йоги</i> | 7 |
| 17. | <i>Болстеры</i> | 7 |
| 18. | <i>Полусфера гимнастическая bosu</i> | 7 |
| 19. | <i>Мнофункциональная рама</i> | 1 |
| 20. | <i>Мишень и крепление мишени</i> | 2 |
| 21. | <i>Скамья для пресса навесная</i> | 2 |
| 22. | <i>Держатели для штанги</i> | 4 |
| 23. | <i>Плиометрическая тумба</i> | 1 |
| 24. | <i>TRX-петля</i> | 2 |
| 25. | <i>Бодибар 4 кг</i> | 7 |
| 26. | <i>Бодибар 6 кг</i> | 7 |
| 27. | <i>Кольцевой амортизатор (Резиновый амортизатор. Нагрузка 14-45 кг. Длина - 104 см. (полная длина 208 см.); Толщина - 4,5 мм. Ширина - 3 см. Бесшовное соединение. Материал - 100% латекс).</i> | 1 |
| 28. | <i>Кольцевой амортизатор (Резиновый амортизатор. Нагрузка 23-68 кг. Длина - 104 см. (полная длина 208 см.); Толщина - 4,5 мм. Ширина - 6,5 см. Бесшовное соединение. Материал - 100% латекс).</i> | 1 |
| 29. | <i>Кольцевой амортизатор</i> | 1 |
| 30. | <i>Амортизатор с ручками уровень сопротивления слабый</i> | 7 |
| 31. | <i>Амортизатор с ручками уровень сопротивления средний</i> | 7 |

| | | |
|-----|-------|---|
| 32. | Канат | 2 |
| 33. | Гриф | 2 |
| 34. | Памп | 7 |

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

П – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

1.2 Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 191 с.

2. 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.

3. 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.

4. 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, 2024. — 793 с.

5. 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, 2024. — 493 с.

6. 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, 2024. — 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

Интернет – ресурсы:

1. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5-507-45936-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292016> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. 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.

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

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

3.3 Организация образовательного процесса

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным занятиям, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: do.kpk.kss45.ru.

- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>.

- Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.

- TeamViewer - программное обеспечение для удалённого контроля компьютеров, обмена файлами, видеосвязи и веб-конференций.

- Сферум.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Результаты обучения | Критерии оценки | Методы оценки |
|---|---|---|---|
| <i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i> | | | |
| 1 | <ul style="list-style-type: none"> - основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы теории обучения двигательным действиям; - основы обучения двигательным умениям и навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки. | <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 культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности; - перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений; - даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»; - перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка; - перечисляет этапы обучения двигательному действию; - определяет особенности этапов обучения двигательному действию; - даёт определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»; | Устный опрос, проверочные работы, тестирование, экзамен |

| | | | |
|---|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и способностей; - объясняет особенности методики воспитания физических качеств и способностей; - определяет понятия «нагрузка» «отдых»; - перечисляет функции спорта; -перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки; -описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении 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; - даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»; -перечисляет признаки соревновательной деятельности; -перечисляет функций соревновательной деятельности; - описывает классификацию спортивных соревнований | |
| <i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i> | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> - 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; | <ul style="list-style-type: none"> - 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, | Оценка результатов выполнения практической работы; экзамен |

| | | |
|---|--|--|
| <p>-правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;</p> <p>- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;</p> <p>- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.</p> | <p>форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки;</p> <p>- находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональной задачей</p> | |
|---|--|--|