

Государственное образовательное учреждение
среднего профессионального образования
«Новокузнецкое училище (техникум) олимпийского резерва»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

2013 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 050141 «Физическая культура», педагог по физической культуре.

Организация-разработчик: ГОУ СПО «Новокузнецкое училище (техникум) олимпийского резерва»

Разработчик:

Калачиков Александр Исаакович,

преподаватель ГОУ СПО «Новокузнецкое УОР»

Программа рассмотрена на заседании методического объединения преподавателей

Протокол № 01 от 27.08.2013 г.

Рекомендована педагогическим советом ГОУ СПО «Новокузнецкое УОР» к использованию в качестве программы дисциплины по специальности СПО 050141 Физическая культура

Протокол № 01 от 28.08.2013 г.

Утверждена приказом директора ГОУ СПО «Новокузнецкое УОР»

Приказ № 409 от 10.09.2013 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 050141 Физическая культура, педагог по физической культуре и спорту.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для слушателей курсов повышения квалификации по специальности Физическая культура;

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина теория и история физической культуры относится к общепрофессиональным дисциплинам и входит в профессиональный цикл.

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

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

- 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 школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития.

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

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;
- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;
- историю международного спортивного движения;

- современные концепции физического воспитания;
- средства формирования физической культуры человека;
- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;
- мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;
- принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;
- дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;
- особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- сущность и функции спорта;
- основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;
- основы оздоровительной тренировки;
- проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях

В результате освоения учебной дисциплины должны сформироваться следующие **общие компетенции**:

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 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнёрами.

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 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, её регулирующих.

В результате освоения учебной дисциплины должны сформироваться следующие **профессиональные компетенции:**

ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

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 Организовать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 3.3 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.5 Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающихся: 90 часов,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся: 60 часов;

самостоятельной работы обучающихся 30 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	90
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	60
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	4
контрольные работы	2
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	30
в том числе:	
Подготовка реферата	6
Подготовка электронных презентаций по заданным темам	6
Работа с дополнительной учебной и специальной литературой, Интернет-ресурсами, (по вопросам, составленным преподавателем)	6
Выполнение индивидуального задания по ранее выбранной теме)	6
Выполнение домашней работы	6
<i>Промежуточная аттестация:</i>	
<i>1 семестр - в форме дифференцированного зачета</i>	
<i>2 семестр – в форме экзамена</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1.	<i>Теория физической культуры и спорта.</i>	46	
Тема 1.1. Теоретические основы физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	8	
	1 Основные понятия теории ФК и С. Задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки. Основы теории обучения двигательным действиям. Теоретические основы развития физических качеств. Понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами ФК.		2
	Практическое занятие Основы развития физических качеств избранного вида спорта	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: правильно использовать терминологию в области физической культуры, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания; основы теории обучения двигательным действиям.	10	
Тема 1.2. Методические основы физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	7	
	1 Основы формирования технико-тактического мастерства. Механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом. Мотивация занятием ФК и С. Структуры и основы построения спортивной подготовки. Основы теории соревновательной деятельности. Основы спортивной ориентации и спортивного отбора.		2
	Практическое занятие Структура построения спортивной подготовки в избранном виде спорта	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Основы спортивной подготовки, соревновательной деятельности	15	
Раздел 2.	<i>История физической культуры и спорта.</i>	53	
Тема 2.1. Физическая культура в Древнем мире.	Содержание учебного материала	4	
	1 Зарождение ФК в первобытном обществе. Игры и физические упражнения у древних народов мира Исторические условия и особенности развития физической культуры и спорта в странах древнего Востока (Египет, Ассирия, Вавилон, Индия, Китай). Физическая культура и спорт в Древней Греции. Олимпийские игры античного мира. Физическая культура в Древнем Риме, её отличие от древнегреческой. Военно-физическое воспитание. Развитие зрелищ. Основные итоги развития физической культуры и спорта в Древнем мире. Их влияние на последующее развитие физической культуры и спорта в обществе.		2
Тема 2.2 Физическая культура в средние века.	Содержание учебного материала	4	
	1 Краткая характеристика средневековья. Особенности развития физической культуры в феодальном обществе. Рыцарская система воспитания. Средневековые турниры Физическая культура крестьян и горожан Гуманисты о физическом воспитании (В. Фельтре, И. Меркуриалис, Ф. Рабле, М. Монтень, Т. Мор, Т. Кампанелла). Развитие ФК народов Азии в средние века. Физическая культура народов Америки в период до Европейской колонизации.		

<p>Тема 2.3 Физическая культура в новое время</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Физическая культура раннего Нового времени (позднего средневековья): XV – первая половина XVII в. Физическая культура в Англии (XVII-XVIII вв.). Физическая культура эпохи Французского Просвещения. Роль филантропов в развитии физического воспитания. Создание основ школьного физического воспитания в Европе. Возникновение и развитие на Европейском континенте национально-гимнастических движений. Формирование современного физического воспитания во 2-ой половине XIX и в начале XX в. Возникновение внешкольных физкультурных организаций и рекреационных движений во 2-ой половине XIX и в начале XX в.. Развитие и укрепление международного спортивного движения во 2-ой половине XIX и в начале XX в.. Зарождение олимпийского движения современности. Олимпийские Игры до первой мировой войны.</p>	<p>10</p>
<p>Тема 2.4 Физическая культура в новейшее время</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Международное спортивное движение в период между двумя мировыми войнами Рабочее спортивное движение. Возникновение международного студенческого спортивного движения, региональных спортивных игр. Развитие олимпийского движения в период между двумя мировыми войнами. Развитие международного спортивного движения после второй мировой войны Особенности развития физической культуры в капиталистических, социалистических и развивающихся странах. Развитие международного студенческого спортивного движения. Олимпийские Игры после II мировой войны – конец XX века. Олимпийская хартия. Символ, эмблема, девиз Олимпизма. Зарождение и развитие паралимпийского и сурдлимпийского движения. Всемирные игры по неолимпийским видам спорта. Олимпизм и олимпийское движение на современном этапе.</p>	<p>12</p>
<p>Тема 2.2 Отечественная история физической культуры и спорта.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Физическая культура народов России с древнейших времен до 2-ой половины XIX в Возникновение и развитие естественнонаучной и педагогической мысли в области физического воспитания в России в XIX в. Спортивное движение в России со 2-ой половины XIX в. до 1917 г. Участие российских спортсменов в первых Олимпийских Играх. Физическая культура в СССР в 20-30-е годы. Восстановление и развитие массового физкультурного движения в СССР после В.О.В. Развитие спорта высших достижений, международные контакты советских /российских спортсменов. Участие советских /российских спортсменов в Олимпийском движении.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;</p>	<p>5</p> <p>18</p>
<p style="text-align: right;">Всего:</p>		<p>90</p>

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению
Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета по «Теории и истории физической культуры».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Теории и истории физической культуры».

Технические средства обучения:

- интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

1. Голощапов, Б.Р. История физической культуры [Текст]: учебник для СПО / Б.Р. Голощапов. – М. : Академия, 2009, - 320 с.2. А.Л. Дымов ИФК М: 2010
3. Григорович, В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта [Текст] : учебник / В.В. Григорович. – М. : Советский спорт, 2008. – 288 с.
45. . Юхманова, И.В Сборник лекций по ИФК для студентов специальности физическая культура [Текст] : Брянск: 2002
6. Холодов, Ж.К. Теория и методики физического воспитания [Текст] : Учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов./ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов М: 2010.

Дополнительные источники

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методики физического воспитания: [Текст] : Учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физ. культура»/ Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др.; Под ред. Б.А. Ашмарина. М.: Просвещение, 1990.
2. Бароненко, В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента. [Текст] : - М.: Альфа-М, 2003.
3. Вайнбаум, Я.С. и др. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А. Родионова. — М.: Издательский центр «Академия», 2002.
4. Давыдов, В.Ю. Меры безопасности на уроках физической культуры. [Текст] : М: 2008
5. Еркомайшвили, И.В. Основы теории физической культуры [Текст] : курс лекций. - Екатеринбург, 2004.
6. Физическая культура [Текст] : Учебное пособие для студ. высших учеб. заведений 2-6 изд., перераб. / Под ред. В.Д. Дашинороева. - Улан-Удэ: Из-во ВСГТУ, 2007.

7. Ильинич, В.И. Физическая культура студента [Текст] : Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000.
8. Лукьяненко, В.П. Физическая культура: основы знаний [Текст] : Учебное пособие. Ставрополь: Изд-во СГУ. – 2009.
9. Погадаев, Г.И. Физическая культура. Ответы на экзаменационные билеты. 9 класс [Текст] : учебное пособие Г.И. Погадаев. - М.: Издательство "Экзамен", 2010.
10. Теоретические основы дисциплины "Физическая культура" (лекционный курс). [Текст] : - Уфа, 2007.
11. Теория и методика физического воспитания. [Текст] : Учебник для ин-тов физ. культуры. Под общей ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Изд. 2-е, испр. и доп. (В 2-х т.). М., "ФиС", 1976.
12. Чешихина В.В., Кулаков В.Н., Филимонова С.Н. Физическая культура и здоровый образ жизни студенческой молодёжи [Текст] : Учебное пособие. – М.: Изд-во МГСУ «Союз», 2000.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.fizkult-ura.ru/books/theory>
2. http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=11859
3. <http://www.kgafk.ru/kgufk/html/vopros.html>
4. <http://lesgaft.spb.ru/3208>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
умения:	
ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;	Оценка результатов выполнения практических работ, индивидуальных практических заданий.
использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания школьников, повышения интереса к физической культуре и спорту;	Оценка результатов выполнения практических работ, индивидуальных практических заданий.
правильно использовать терминологию в области физической культуры;	Оценка результатов выполнения практических работ, индивидуальных практических заданий.
оценивать постановку целей и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;	Оценка результатов выполнения практических работ, индивидуальных практических заданий.
находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития.	Оценка результатов выполнения практических работ, индивидуальных практических заданий.
знания	
понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
историю международного спортивного движения;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
современные концепции физического воспитания;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
средства формирования физической культуры человека;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета

механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
основы теории обучения двигательным действиям;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
теоретические основы развития физических качеств;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательного одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
сущность и функции спорта;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
основы оздоровительной тренировки;	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета
проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.	анализ устных ответов, результатов тестирования, анализ результатов зачета