

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.10 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

2020г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура (утв. Приказом Минобрнауки №1355 от 27.10.2014)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Боханский педагогический колледж им. Д. Банзарова».

Разработчик программы: Балтахонов К.А., преподаватель ГБПОУ ИО БПК им. Д.Банзарова

РЕКОМЕНДОВАНО

Предметной (цикловой) комиссией

Протокол № 1 от «28» 08 2020

Председатель ПЦК И.А. /Башланова И.А.

Подпись расшифровка

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УР

Т.Г. /Романова Т.Г.

Подпись расшифровка

«28» августа 2020

Содержание

1. Паспорт рабочей программы дисциплины	4
1.1. Область применения программы	
1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена	
1.3. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины	
1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины	
2. Структура и содержание дисциплины	7
2.1. Объем дисциплины и виды учебных занятий	
2.2. Тематический план и содержание дисциплины	
3. Условия реализации рабочей программы дисциплины	16
3.1. Образовательные технологии	
3.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	
3.3. Информационное обеспечение обучения	
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	18

1. Паспорт рабочей программы дисциплины ОП.10 Теория и история физической культуры и спорта

1.1. Область применения программы

Рабочая программа ОП.10 Теория и история физической культуры и спорта является частью программы подготовки специалистов среднего звена Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Иркутской области «Боханский педагогический колледж им. Д.Банзарова» по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура (утв. Приказом Минобрнауки №1355 от 27.10.2014),

1.2. Место дисциплины в структуре ППСЗ.

Дисциплина ОП.10 Теория и история физической культуры и спорта входит в цикл общепрофессиональных дисциплин.

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

В результате освоения дисциплины ОП.10 Теория и история физической культуры и спорта обучающийся должен:

Обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

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

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

Обладать профессиональными компетенциями:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно - спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

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 обучающихся, 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;

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 организациях 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, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигателью 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 образовательных организациях;

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 230 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 153 часов;
самостоятельной работы обучающегося 77 часов.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебных занятий

Виды учебных занятий	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	230
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	153
в том числе:	
практические занятия	28
теоретическое обучение	125
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	77
конспект	24
доклад	23
сообщение	23
презентация	7
Форма промежуточной аттестации - экзамен	

**2.2. Тематический план и содержание дисциплины
ОП.10 Теория и история физической культуры и спорта**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения		
1	2	3	4		
РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы физического воспитания		90			
Тема 1.1. Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, ее основные понятия	<p>Содержание учебного материала:</p> <table border="1" data-bbox="573 560 1733 655"> <tr> <td data-bbox="573 560 622 655">1</td> <td data-bbox="622 560 1733 655">Источники возникновения и развития теории и истории физической культуры. Специфические и профессиональные термины и понятия. Основные понятия: физическое воспитание; физическая подготовка; физическое развитие; физическое совершенство; спорт.</td> </tr> </table> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: Физическое воспитание как педагогический процесс целенаправленного формирования двигательных умений и навыков и развития физических качеств человека (физическое образование; воспитание физических качеств).</p>	1	Источники возникновения и развития теории и истории физической культуры. Специфические и профессиональные термины и понятия. Основные понятия: физическое воспитание; физическая подготовка; физическое развитие; физическое совершенство; спорт.	2	1
1	Источники возникновения и развития теории и истории физической культуры. Специфические и профессиональные термины и понятия. Основные понятия: физическое воспитание; физическая подготовка; физическое развитие; физическое совершенство; спорт.				
Тема 1.2 Требования ФГОС к подготовке специалистов физической культуры и спорта	<p>Содержание учебного материала:</p> <table border="1" data-bbox="573 799 1733 863"> <tr> <td data-bbox="573 799 622 863">1</td> <td data-bbox="622 799 1733 863">Основные цели и задачи подготовки специалистов. Общая характеристика специальности «Физическая культура». Требования к уровню подготовки выпускника.</td> </tr> </table> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Методические рекомендации по изучению физкультурно-спортивных дисциплин.</p>	1	Основные цели и задачи подготовки специалистов. Общая характеристика специальности «Физическая культура». Требования к уровню подготовки выпускника.	1	2
1	Основные цели и задачи подготовки специалистов. Общая характеристика специальности «Физическая культура». Требования к уровню подготовки выпускника.				
Тема 1.3. Организационные основы физической культуры и спорта	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>1. Компоненты организации физической культуры и спорта. Управленческие процессы,</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: спортивный маркетинг и спонсорство.</p>	1	2		
Тема 1.4. Формы физического воспитания и образования студентов	<p>Содержание учебного материала:</p> <table border="1" data-bbox="573 1150 1733 1214"> <tr> <td data-bbox="573 1150 622 1214">1</td> <td data-bbox="622 1150 1733 1214">Общая характеристика форм физического воспитания и образования. Методические особенности организации специфических форм физической культуры и спорта.</td> </tr> </table> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: особенности организации специфических форм физической культуры и спорта.</p>	1	Общая характеристика форм физического воспитания и образования. Методические особенности организации специфических форм физической культуры и спорта.	2	2
1	Общая характеристика форм физического воспитания и образования. Методические особенности организации специфических форм физической культуры и спорта.				
Тема 1.5. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания	<p>Содержание учебного материала:</p> <table border="1" data-bbox="573 1334 1733 1452"> <tr> <td data-bbox="573 1334 622 1452">1</td> <td data-bbox="622 1334 1733 1452">Взаимосвязь физического воспитания с умственным; взаимосвязь физического воспитания с нравственным воспитанием; взаимосвязь физического воспитания с эстетическим воспитанием; взаимосвязь физического воспитания с трудовым воспитанием.</td> </tr> </table>	1	Взаимосвязь физического воспитания с умственным; взаимосвязь физического воспитания с нравственным воспитанием; взаимосвязь физического воспитания с эстетическим воспитанием; взаимосвязь физического воспитания с трудовым воспитанием.	2	2
1	Взаимосвязь физического воспитания с умственным; взаимосвязь физического воспитания с нравственным воспитанием; взаимосвязь физического воспитания с эстетическим воспитанием; взаимосвязь физического воспитания с трудовым воспитанием.				

	Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: взаимосвязь физического воспитания с трудовым воспитанием	2	
Тема 1.6. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту	Содержание учебного материала:	2	2
	1 Технология воспитательной деятельности. Воспитательное звено. Воспитательная цепочка. Метод воспитания. Средства воспитания. Приемы воспитания. Нравственное воспитание. Задачи. Средства. Методы. Умственное воспитание. Задачи. Средства. Методы. Трудовое воспитание. Задачи. Средства. Методы.		
	Практическое занятие: Эстетическое воспитание. Задачи. Средства. Методы. Контрольная работа №1	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: Трудовое воспитание. Задачи. Средства. Методы.	3	
Тема 1.7 Средства физической культуры и спорта	Содержание учебного материала:		2
	1 Общие понятия о средствах. Классификация физических упражнений.	1	
	2. Характеристика и правила техничного выполнения физических упражнений.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: Классификация физических упражнений	3	
Тема 1.8. Методы физического воспитания	Содержание учебного материала:		2
	1 Метод. Группы методов. Специфические (метод строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный).	2	
	2 Общепедагогические методы (словесный, наглядного воздействия).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: Общепедагогические (словесный, наглядного воздействия).	2	
Тема 1.9.	Содержание учебного материала:	1	2

Принципы физического воспитания	1	Общеметодические принципы: принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации. Специфические принципы физического воспитания: принцип непрерывности процесса физического воспитания, принцип системного чередования нагрузок и отдыха, принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок, принцип циклического построения занятий, принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Специфические принципы физического воспитания:		2	
Тема 1.10. Мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития	Содержание учебного материала:		2	2
	1	Понятия «мотив» и «мотивация» с психологической точки зрения. Иерархия потребностей человека по А. Маслоу. Мотивация в сфере физической культуры и спорта. Структура мотивационной сферы человека. Исследования, посвященные изучению мотивации в занятиях физической культуры учащейся молодежи. Условия и способы формирования мотива. Проблемы повышения мотивации студентов.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: Мотивация в избранном виде спорта		1	
Тема 1.11 Основы теории и методики обучения двигательным действиям	Содержание учебного материала:			2
	1	Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании	1	
	2	Основы формирования двигательного навыка	1	
	3	Структура процесса обучения и особенности его этапов	1	
	Практическое занятие: основные задачи этапов обучения двигательному навыку		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: методики обучения двигательным действиям		1	
Тема 1.12 Понятие о физических качествах.	Практическое занятие:		10	
	Сила: задачи воспитания физ. Качеств, характеристика силовых способностей.		2	
	Скоростные способности: характеристика скор. способностей.		2	
	Выносливость: виды, задачи по развитию.		2	
	Гибкость: виды, факторы, влияющие на развитие.		1	
	Двигательно-координационные способности: виды, возрастные особенности.		1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Конспект		6	
	Методы развития силы		1	

	Методы развития быстроты	1	
	Методы развития выносливости	1	
	Методы развития гибкости	1	
	Методы развития двигательной – координационных способностей	1	
	Занятия по совершенствованию имеющихся навыков.	1	
Тема 1.13 Организация обучения двигательным действиям.	Содержание учебного материала:		
	1 Проектирование и построение занятий.	2	2
	2 Методические приемы организации и проведения занятий в подготовительной, основной и заключительной частях.	2	2
	3 Организация контроля учебных занятий.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: Составление комплекса двигательных действий	2	
Тема 1.14 Основные документы планирования в ФВ	Содержание учебного материала:		2
	1 Годовой план – график, тематический план: характеристика, содержание, технология разработки	2	2
	2 Технологическая карта урока: варианты составления, требования.	2	2
	3 Ознакомление с рабочими программами.	2	
	Практическое занятие: технология разработки годового плана.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: составление различных вариантов технологической карты урока	2	
Тема 1.15 ФВ детей школьного возраста.	Содержание учебного материала:		
	1 Социально-педагогическое значение и задачи ФВ детей школьного возраста: важность ФВ в этот период жизни, основные задачи.	2	2
	2 ФВ детей младшего школьного возраста: особенности развития, задачи, средства.	2	2
	3 ФВ детей среднего школьного возраста: особенности развития, задачи, средства.	2	2
	Практическое занятие: Контрольная работа №2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: ФВ детей с ослабленным здоровьем: подготовительная и специальная группы.	2	
Тема 1.16 Формы организации ФВ в школе.	Содержание учебного материала:		
	1 Урок ФК, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня,	2	2
	2 Урок – основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение: структура, классификация.	2	2

	3	Внеклассная работа. Проведение классных часов	2	
		Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: требования к современному уроку физической культуры.	2	
Тема 1.17 Врачебно-гигиеническое обеспечение физического воспитания и образования		Содержание учебного материала:		2
	1	Основные направления медицинского обеспечения физической культуры и спорта.	2	
	2	Закаливание организма и личная гигиена. Использование фармакологических средств.	2	
		Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Закаливание организма и личная гигиена	2	
Тема 1.18 Общая характеристика теоретических основ спорта		Содержание учебного материала:		2
	2	Основные понятия, классификация видов спорта.	1	
	3	Спортивная тренировка, техника, тактика, функциональная и психическая подготовленность.	2	
		Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: Спортивная тренировка, техника, тактика	2	
		Практическое занятие: Контрольная работа №3	1	
Тема 1.19 Общая характеристика спорта		Содержание учебного материала:		
	1	Основные понятия, относящиеся к спорту, классификация видов спорта.	1	2
	2	Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения.	1	2
	3	Характеристика системы тренировочно - соревновательной подготовки.	2	2
		Самостоятельная работа обучающихся: Конспект: система тренировочно - соревновательной подготовки	2	
Тема 1.20 Основы спортивной тренировки		Содержание учебного материала:		
	1	Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки.	2	2
	2	Принципы спортивной тренировки.	2	2
	3	Основные стороны спортивной тренировки (спортивно-техническая, спортивно-тактическая, физическая, психологическая подготовки).	2	
	3	Тренировочные и соревновательные нагрузки.	2	2
		Самостоятельная работа: Сообщение: психологическая подготовка Основные стороны спортивной тренировки	3	
Тема 1.21		Содержание учебного материала:		

Основы оздоровительной тренировки	1	Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы оздоровительной тренировки. Содержательные основы оздоровительной тренировки.	2	2
	2	Основы построения оздоровительной тренировки	2	2
	3	Характеристика средств специально оздоровительной направленности.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.		2	
Тема 1.23 Зачёт	Содержание учебного материала:			
	1	Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем	1	
	2	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.	2	
РАЗДЕЛ 2. История физической культуры и спорта			63	2
Тема 2.1 Зарождение и становление ФК	1	Содержание учебного материала: ФК в первобытном обществе	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Конспект характерные черты физической культуры первобытного строя		3	
Тема 2.2 Зарубежные системы ФВ	Содержание учебного материала:			2
	1	ФК в рабовладельческом обществе, в средние века	2	
	2	Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока	1	
	Самостоятельная работа: Конспект: Ф.К. в новое время		2	
Тема 2.3 ФК и С в России	Практическое занятие:		7	
	Создание в Росси системы ФВ. Народные формы ФВ в России.		2	
	Зарождение и развитие в России современных видов спорта.		2	
	Образование российского олимпийского комитета		2	
	Становление и развитие Советской системы ФВ и С.		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Развитие массовой и оздоровительной ФК населения России.		3	
Тема 2.4 Олимпийские игры древности и современности	Практическое занятие:		7	
	История Древних Олимпийских Игр и возрождение олимпийского движения.		2	
	Летние Олимпийские Игры.		2	
	Зимние Олимпийские Игры.		2	
			1	

	История Олимпийских игр в России		
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение: участие советских и российских спортсменов в Олимпийских Играх.	2	
Тема 2.5 Развитие спортивной направленности в системе ФВ	1 Содержание учебного материала:	2	2
	Международное спортивное движение. Проблемы международного спортивного движения		
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение. Международное спортивное движение студентов	3	
Тема 2.6 Зачёт	1 Содержание учебного материала:	1	2
	Зарождение и становление физической культуры в обществе.	3	
	Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение. Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1917-1930-е годы)		
Тема 2.7 История возникновения легкоатлетических видов	Содержание учебного материала:		2
	1 Предпосылки возникновения л.а. видов, их развитие и становление	1	
	2 Первые достижения россиян в лёгкой атлетике.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: История возникновения легкоатлетических видов в России	2	
Тема 2.8 История возникновения спортивных игр	Содержание учебного материала:	14	
	1 История возникновения футбола	2	2
	2 История возникновения волейбола,	2	2
	3 История возникновения баскетбола,	2	2
	4 История возникновения хоккея,	2	2
	5 История возникновения настольного тенниса	2	2
	6 История возникновения регби.	2	2
	7 История возникновения шахмат	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: история возникновения и развития других спортивных игр (по выбору) Презентация	3	
Тема 2.9 Развитие лыжного спорта	Содержание учебного материала:		
	1 Развитие и становление лыжных гонок	1	2
	2 Развитие и становление биатлона	2	2
	Развитие и становление горнолыжного спорта	2	2

	3			
		Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: становление биатлона в СССР.	3	
Тема 2.10 Развитие коньковых видов спорта		Содержание учебного материала:		
	1	Развитие и становление конькобежного спорта	2	2
	2	Развитие и становление фигурного катания	2	2
	3	Развитие и становление конькобежного спорта в России	2	
		Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Развитие и становление фигурного катания в России.	3	
Тема 2.11 Национальные виды спорта народов России		Содержание учебного материала:		2
	1	Игры и развлечения, послужившие основой для некоторых видов спорта.	2	2
	2	Подвижные игры народов России	2	
	3	Национальные виды спорта нашего региона	2	2
		Самостоятельная работа обучающихся: Презентация: Изучение подвижных игр народов России.	4	
Тема 2.12 История развития единоборств		Содержание учебного материала:		2
	1	Становление и развитие каратэ, кунг-фу.	2	2
	2	Становление и развитие тхэквондо,.	2	2
	3	Становление и развитие вольной и греко-римской борьбы.	2	2
		Самостоятельная работа обучающихся: Сообщение. История создания самбо.	3	
Тема 2.13 Зачёт		Содержание учебного материала:	2	
	1	История возникновения и развития спортивных видов.		
		Практическое занятие: Контрольная работа №4	1	
		Всего:	230	

3. Условия реализации рабочей программы дисциплины

3.1. Образовательные технологии

3.1.1. Образовательные технологии, используемые при реализации дисциплины.

1. Проблемное обучение
2. Информационно-коммуникационные технологии

3.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета теории и истории физической культуры.

Оборудование учебного кабинета:

1. Комплект учебно-методической документации:
 - Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура;
 - Примерная программа дисциплины;
 - Рабочая программа дисциплины с аннотацией;
 - Учебно-методический комплекс дисциплины;
 - Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы обучающихся;
 - Комплект оценочных средств по дисциплине;
 - Учебная, методическая литература по дисциплине;
2. Посадочные места по количеству обучающихся;
3. Рабочее место преподавателя;
4. Аудиторная доска для письма;

Технические средства обучения:

1. Персональный компьютер для преподавателя;
2. Мультимедийный проектор;

3.3. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для СПО / Д.С.Алхасов. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 191 с. – (Серия: Профессиональное образование).

Дополнительные источники:

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры. – М.: Академия, 2015. -320с.
2. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания. Академия 2016 г.

Интернет ресурсы:

1. <http://www.fizkult-ura.ru/books/theory> Физкультура Информационный, Статьи, литература, видео, публикации.
2. http://window.edu.ru/window/library/pdf2txt?p_id=11859 Основы теории физической культуры. Информационный, Курс лекций.
3. <http://fizkultura-na5.ru/> Сайт учителей физкультуры Информационный, практический Программы, планирование, документы, умк.
4. http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9 Методический портал учителя Информационный, практический Публикации, мастер классы, разработки уроков.

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Текущий контроль успеваемости и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися самостоятельной работы.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта; использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания обучающихся, 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; <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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 организациях 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, учащихся, подростков и обучающихся в образовательных организациях;- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигателью одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;- сущность и функции спорта; <p>основы спортивной тренировки и процесса спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none">- основы оздоровительной тренировки;- проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях;	<ul style="list-style-type: none">- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов- результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) <p>Промежуточная аттестация в форме экзамена.</p>

Результаты обучения (освоенные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
Общие компетенции		
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Объяснение сущности и социальной значимости своей будущей профессии. Проявление интереса к психолого-педагогической и методической литературе, к инновациям в области физического воспитания. Участие в тематических профессионально-ориентированных мероприятиях	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Обоснование выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач для осуществления образования школьников. Организация собственной деятельности для осуществления образования школьников. Определение методов решения методических задач, оценивание их эффективности и качества.	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Способность выявлять методические проблемы в области образования школьников. Умение определять возможные причины проблем в области образования школьников. Готовность принимать решения в нестандартных ситуациях процесса обучения школьников	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Владение основными способами поиска, анализа и оценки информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, и личностного развития. Умение пользоваться источниками различных информационных ресурсов в области образования	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты

	школьников	выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Умение проектировать способы решения профессиональных задач с использованием средств ИКТ образования школьников. Владение средствами ИКТ для совершенствования процесса обучения школьников	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.	Владение методами, формами и приемами взаимодействия с членами педагогического коллектива, представителями администрации, социальными партнерами. Владение деловым стилем общения, профессиональной лексикой. Осуществление партнерских отношений внутри группы, колледжа, с членами педагогического коллектива, представителями администрации, социальными партнерами	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	Способность ставить цели для осуществления образования школьников. Владение приемами мотивировки деятельности обучающихся на уроке. Готовность организовывать и контролировать работу учеников на уроке с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Умение выявлять пробелы в своих образовательных достижениях. Готовность самостоятельно определять задачи в области методического развития. Способность самостоятельно определять задачи личностного развития, составлять программу саморазвития	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ

		(стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	Готовность осуществлять профессиональную деятельности в условиях внедрения ФГОС ООО и ФГОС СОО: обновление целей, содержания, смены технологий в области образования школьников	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	Владение технологиями здоровьесбережения и применение их на уроке. Способность осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей на уроке	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.	Планирование и осуществление профессиональной деятельности в соответствии с нормативными документами. Моделирование профессиональной деятельности с соблюдением правовых норм в образовании школьников.	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
Профессиональные компетенции		
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	иметь практический опыт: определения цели и задач, планирования и проведения, учебных занятий по физической культуре; уметь: находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры, подбирать, готовить к занятию спортивное оборудование и инвентарь; знать: место и	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ

	значение предмета "Физическая культура" в общем образовании; основные концепции физического воспитания (физкультурного образования) обучающихся; требования образовательного стандарта и программы учебного предмета "Физическая культура"; требования к современному уроку физической культуры; логику планирования при обучении предмету "Физическая культура"	(стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.	иметь практический опыт: проведения учебных занятий по физической культуре; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; уметь: использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся; использовать спортивное оборудование и инвентарь; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; знать: содержание, методы, приемы, средства и формы организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора; приемы, способы страховки и само страховки	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.	иметь практический опыт: анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки предложений по его совершенствованию; проведения диагностики физической подготовленности обучающихся; уметь: проводить педагогический контроль на занятиях; оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставлять отметки; анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их знать: методы и методики педагогического контроля на уроке физической культуры; основы оценочной деятельности учителя на уроке физической культуры, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 1.4. Анализировать учебные занятия	иметь практический опыт: наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов

	совершенствованию и коррекции; уметь: осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков; знать: логику анализ урока физической культуры	- результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре	иметь практический опыт: ведения учебной документации; уметь: вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре знать: виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению.	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия	иметь практический опыт: анализа планов и организации внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры, разработки предложений по их совершенствованию; определения цели и задач, планирования, проведения, уметь: находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры; знать: сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия..	иметь практический опыт: применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений уметь: использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастнo-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; использовать различные методы и приемы обучения двигательным 20 действиям, методики развития физических качеств, дозировать	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.

	<p>физическую нагрузку в соответствии с функциональными возможностями организма обучающихся при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных занятий; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство; знать: приемы, способы страховки и само страховки; структуру и логику проведения внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре</p>	
<p>ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>иметь практический опыт: стимулирования обучающихся, родителей (лиц их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности уметь: мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; комплектовать состав кружка, секции, студии, клубного или другого детского объединения и сохранять состав обучающихся в течение срока обучения; планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими); знать: формы и методы взаимодействия с родителями обучающихся или 21 лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;</p>	<p>- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.</p>
<p>ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.</p>	<p>иметь практический опыт: анализа и оценки внеурочных мероприятий и занятий по физической культуре; проведения диагностики физической подготовленности обучающихся уметь: осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; знать: методы и методики педагогического контроля и оценки процесса и результата деятельности обучающихся при проведении внеурочных занятий по физической культуре;</p>	<p>- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.</p>
<p>ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия</p>	<p>иметь практический опыт: наблюдения, анализа и самоанализа внеурочных мероприятий и занятий физической культурой, обсуждения отдельных мероприятий или занятий в диалоге с</p>	<p>- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы</p>

	сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; уметь: осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий; анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; знать: логику анализа внеурочных мероприятий и занятий 22 физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности	студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности	иметь практический опыт: ведения документации, обеспечивающей организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; уметь: вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности знать: виды документации, требования к ее оформлению..	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	иметь практический опыт: анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся; оформления портфолио педагогических достижений; уметь: анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы; определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся в образовательной организации; осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических 23 особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности; знать; теоретические основы методической деятельности в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; теоретические основы, методику планирования физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации; особенности современных подходов и педагогических технологий физического	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.

	воспитания; концептуальные основы и содержание примерных программ по физической культуре; педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметно-развивающей среды физического воспитания	
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов	иметь практический опыт: изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, уметь: определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; адаптировать имеющиеся методические разработки; знать: источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	иметь практический опыт: презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений; уметь: готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты; знать: 24 логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.
ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.	иметь практический опыт: участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания; уметь: с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность в области физического воспитания детей, подростков и молодежи; использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; оформлять результаты исследовательской и проектной работы; определять пути самосовершенствования педагогического мастерства; знать: основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования	- контроль за выполнением практических работ, внеаудиторной самостоятельной работы студентов - результаты выполнения контрольных работ (стартовый и рубежный мониторинг) Промежуточная аттестация в форме экзамена.