

Министерство образования Республики Башкортостан
ГБПОУ Сибайский педагогический колледж

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.10. ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01. Физическая культура**

Рассмотрено на заседании ПЦК
физической культуры
От «21» июня 2016г.
Протокол № 11

2016г.

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности **49.02.01 Физическая культура**

Организация – разработчик ГБПОУ Сибайский педагогический колледж

Разработчики:

Пономаренко Л.Г, зам. директора по учебной работе,

Хамитов Ф.Р. преподаватель физической культуры

Заключение Экспертного совета № _____ от « ____ » _____ 20__ г.
номер

©

СОДЕРЖАНИЕ

1.ПАСПОРТ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и история физической культуры

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности **49.02.01 Физическая культура**

Программа учебной дисциплины может быть использована при изучении программ повышения квалификации и в подготовке учителей физического воспитания.

1.2. Место дисциплины в структуре подготовки специалистов среднего звена-общепрофессиональные дисциплины.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими и профессиональными компетенциями:

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 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.

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 усвоения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

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

Организация и проведение внеурочной работы и занятий по дополнительным программам в области физической культуры.

ПК 2.1. Определять цели, задачи, 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-методические 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 студент 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;

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, учащихся, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных организациях;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo 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.
- максимальной учебной нагрузки обучающегося - 66 час, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 44 - часа;
самостоятельной работы обучающегося 22 - 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)	66
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	44
в том числе:	
Лабораторные занятия	*
практические занятия	5
контрольные работы	2
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	*
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	22
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрено)</i>	*
Домашняя работа, реферат, творческая работа, схемы	22
<i>дифференцированный зачет</i>	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины.

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 I. Всеобщая история физической культуры.		18		
Тема 1.1. Физическая культура и спорт в древнем мире и в средние века.	Содержание учебного материала			
	1	Возникновение физической культуры при родовом строе, рабовладельческом обществе.	2	1
	2	Физическая культура и спорт в период новой истории до окончания 19в. и начала 20в. и после второй мировой войны.		1
	Практическая работа. Возникновение физической культуры, этапы ее развития. Сравнительная характеристика спартанской и афинской систем физического воспитания.		1	
	Самостоятельная работа			
	1	Сравнительная характеристика спартанской и афинской систем физического воспитания.	3	
	2	Олимпийские игры в Древней Греции.		
3	Рыцарские системы воспитания феодалов. Роль гуманистов В.Фольтре, Ф.Рабле. Развитие физического воспитания.			
Тема 1. 2. Физическая культура и спорт в России с древнейших времен.	Содержание учебного материала			
	1	Физическая культура и спорт народов нашей страны до 18в.	4	1
	2	Физическая культура и спорт в России со второй половины 19в. до 20-х годов 20в		1
	3	Физическая культура и спорт в СССР. Физическая культура и спорт после 1991года. История становления и развития системы физического воспитания РБ.		1
	Самостоятельная работа			
	1 Физическая культура в разных народах нашей страны. Конспектировать историю развития башкирского спортивного движения РБ.		4	
	2 Развитие отдельных видов спорта в России до первой мировой войны.			
Тема 1.3. Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине 20в.	Содержание учебного материала			
	1	Возникновение и развитие международного спортивного движения.	2	1
	2	Олимпийские игры.		1
	Самостоятельная работа: 1. Игры 22 Олимпиады в Москве.		1	
	Контрольная работа. Роль олимпийских игр в международных отношениях.		1	
Раздел 2.				
Тема 2.1.	Содержание учебного материала	48		

Теория физического воспитания как учебная дисциплина	1	Задачи курса теории физического воспитания в педагогических колледжах.	8	1
	2	Исходные понятия теории физического воспитания.		1
	3	Предмет теории физического воспитания, его связь с другими дисциплинами		1
	4	Теория физического воспитания как научная и учебная дисциплина		1
	Самостоятельная работа 1. Определить специальные дисциплины, связанные с физической культурой и спортом на определенные группы.		2	
Содержание учебного материала				
Тема 2.2. Система физического воспитания в Российской Федерации.	1. Историческая закономерность развития систем физического воспитания. Цели и задачи Российской системы физического воспитания.		6	1
	2. Основы Российской системы физического воспитания.			1
	3. Принципы Российской системы физического воспитания.			1
	4. Физическая культура как социальная система.			1
	Самостоятельная работа			
	1 Направленное формирование личности в процессе физического воспитания.		4	
	2 Культура двигательной деятельности, физически активный образ жизни человека.			
	Практическая работа. Специфика обучения в физическом воспитании. Применение общепедагогических и специфических принципов в физическом воспитании.		1	
Контрольная работа. Исходные понятия теории физического воспитания.		1		
Тема 2.3. Средства физического воспитания	Содержание учебного материала			
	1	Состав средств. Физические упражнения.	5	1
	2	Педагогические классификации физических упражнений.		1
	3	Техника физических упражнений.		1
	4. Средства физических упражнений.		1	
Самостоятельная работа				
1 Естественные силы природы как средства физического воспитания.		2		
2 Гигиенические факторы как средства физического воспитания.		2		
Тема 2.4 Методические принципы физического воспитания.	Содержание учебного материала			
	1	Определение понятия. Принцип сознательности и активности, принцип наглядности.	4	1
	2	Принцип доступности и индивидуальности. Принцип систематичности, прочности и прогрессирования.		1
	Самостоятельная работа			
	1	Воспитание творческого отношения к занятиям.	1	
Практическая работа. Принципы связи физического воспитания с другими сферами деятельности. Методические принципы и пути их реализации в процессе физического воспитания.		1		
Тема 2.5 Формы построения	Содержание учебного материала		4	
	1	Формы построения занятий в физическом воспитании.		1

занятий, планирование и контроль в физическом воспитании	2	Урочные формы занятий.		1
	3	Планирование в физическом воспитании.		1
	4	Контроль в физическом воспитании.		1
	Практическая работа			
		Просмотр и анализ урока по физическому воспитанию.	1	
	Самостоятельная работа			
	1	Педагогический анализ занятий по физическому воспитанию.	2	
	2	Домашнее задание по физическому воспитанию.		
	Дифференцированный зачет			2
			Всего	66

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета методики физического воспитания

Оборудование учебного кабинета: таблицы, схемы, технические средства обучения, компьютер.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Голощапов Б.Р История физической культуры и спорта (11-е изд) учебник 2015

Дополнительные источники:

1. Комаров С.Н М История физической культуры/ Под ред Комарова С.Н (1-е изд) учебник 2013

2. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры- М, 1998.

3. Коджаспирова Г.М. Педагогика - программы, методические материалы и рекомендации -М: Творческий центр,2002.

4. Краус Т.А. Педагогическая практика в общеобразовательных школах: Примерная программа для направления подготовки 521900 Физическая культура, специальности 022300 Физическая культура и спорт. -М.: РИО РГУФК, 2004.

5. Подымалова А.С., Слостенин В.А. Педагогика. Инновационная деятельность- М.2008.

6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений.М., 2000.

Интернет-ресурсы

www.nlr.ru/...sport/about.php

www.metodistsv.org/fiz.htm

www.BestReferat.ru/referat-category-23-36.html

www.uroki.net

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в учебном процессе во время урока.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>перечисляются все знания и умения, указанные в п.4. паспорта программы</i>	
уметь ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;	Проверочная работа.
уметь 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;	Контрольная работа, тестирование.
уметь правильно использовать терминологию в области физической культуры;	Тестирование.
уметь оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания;	Контрольная работа.
Уметь находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;	Защита самостоятельных работ.
Знать понятийный аппарат физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий; знать историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спортивной подготовки;	Контрольная работа.
историю международного спортивного движения;	Защита доклада.
современные концепции физического воспитания;	Анализ практических работ.
средства формирования физической культуры человека;	Контрольная работа – тестирование.
механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания;	Проверочная работа.
мотивы занятий физической культурой, условия и способы их формирования и развития	Анализ практических занятий.
принципы, средства, методы, формы организации физического воспитания в учреждениях основного и дополнительного образования;	Анализ практических работ.
дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации физического воспитания детей и подростков;	Проверочная работа.
основы теории обучения двигательным действиям;	Проверочная работа.
теоретические основы развития физических качеств;	Защита самостоятельных работ.
особенности физического воспитания дошкольников, младших школьников, подростков, старших школьников и обучающихся в образовательных учреждениях довузовского профессионального образования;	Проверочная работа.
Особенности физического воспитания обучающегося с ослабленным здоровьем, двигательн-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	
--	--