

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 30.10.2023 14:41:12  
Уникальный программный ключ:  
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*  
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

дисциплина ***Б1.О.23 История физической культуры и спорта***

обязательная часть

Направление

***49.03.01***  
код

***Физическая культура***  
наименование направления

Программа

***Спортивная тренировка в избранном виде спорта***

Форма обучения

***Заочная***

Для поступивших на обучение в  
***2023 г.***

Разработчик (составитель)

***Хохлов Е. В.***  
ученая степень, должность, ФИО

<b>1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы .....</b>	<b>4</b>
<b>3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся .....</b>	<b>5</b>
<b>4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....</b>	<b>5</b>
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам) .....	6
<b>5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....</b>	<b>7</b>
<b>6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) .....</b>	<b>7</b>
6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	7
6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем .....	8
6.3. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства .....	8
<b>7. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....</b>	<b>9</b>

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций**

<b>Формируемая компетенция (с указанием кода)</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК-6.1. Использует накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;	Обучающийся должен: Знать: Объективные возможности средств и методов улучшения подготовленности спортсменов Периоды развития двигательных способностей и физических качеств 3. Методику педагогического контроля при занятиях физической культурой и спортом
	ОПК-6.2. Планирует различные формы занятий с учетом медикобиологических, санитарногигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся дающие возможность для самостоятельных занятий.	Обучающийся должен: Уметь: Применять технологию диагностирования физического состояния спортсменов Организовывать занятия спортом учащихся с образовательной и оздоровительной направленностью Использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения.
	ОПК-6.3. На основе теоретических и практических знаний и умений по адаптивной физической культуре, стимулировать лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.	Обучающийся должен: Владеть: Методикой отбора и ориентации в спорте 2. Способами нормирования и контроля нагрузок на занятиях спортом . Методикой обучения двигательным действиям
ПК-3. Способен развивать у обучающихся	ПК-3.1. Знает принципы обеспечения условий для	Обучающийся должен знать принципы

<p>познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческую способность, формировать гражданскую позицию, способность к труду и жизни в условиях современного мира у обучающихся культуры здорового образа и безопасного образа жизни</p>	<p>активизации у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческой способности, формирования гражданской позиции</p>	<p>обеспечения условий для активизации у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческой способности, формирования гражданской позиции</p>
	<p>ПК-3.2. Реализует, посредством опоры на историческое наследие, принципы обеспечения условий для активизации у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческой способности, формирования гражданской позиции</p>	<p>Обучающийся должен уметь: в процессе преподавания дисциплины реализовывать принципы обеспечения условий для активизации у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческой способности, формирования гражданской позиции</p>
	<p>ПК-3.3. Опираясь на опыт и историческое наследие, развивает у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческую способность, формировать гражданскую позицию, способность к труду и жизни в условиях современного мира у обучающихся культуры здорового образа и безопасного образа жизни</p>	<p>Обучающийся должен владеть опытом развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческой способности, формирования гражданской позиции,</p>

## 2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Цели изучения дисциплины:

Дисциплина «История физической культуры и спорта» относится к обязательной части. Целями изучения дисциплины «История физической культуры и спорта» являются: - показать с научных позиций становление, состояние и развитие физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества; - раскрыть значение, роль и место физической культуры и спорта в жизни общества на разных этапах его развития; - способствовать формированию научного мировоззрения, воспитанию гражданственности, исторического самосознания и критического мышления; - способствовать повышению общей педагогической культуры, расширению умственного

кругозора, обогащению знаниями в области физической культуры и спорта и паралимпийского движения.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре

**3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 180 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	180
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	6
практических (семинарских)	6
другие формы контактной работы (ФКР)	1,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	7,8
экзамен	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	159

Формы контроля	Семестры
экзамен	1

**4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
		Контактная работа с преподавателем			СР
		Лек	Пр/Сем	Лаб	
<b>1</b>		<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>159</b>
1.1	Физическое воспитание в первобытнообщинном строе.	2	2	0	12
1.2	Физическая культура и спорт в Древнем мире.	2	2	0	12
1.3	Физическая культура в Средние века.	2	2	0	12
1.4	Физическая культура и спорт в Новое время.	0	0	0	12
1.5	Массовый спорт и спорт высших достижений в зарубежных странах, в	0	0	0	12

	Новейший период.				
1.6	Возникновение и развитие физической культуры народов России с древнейших времён до середины XIX века.	0	0	0	12
1.7	Развитие отечественной физической культуры и спорта в период развития капитализма (II половина XIX века - 1917г.)	0	0	0	12
1.8	Формирование основ советской системы физического воспитания в условиях тоталитарного режима (1917 - 1941)	0	0	0	12
1.9	Физическая культура спорт, и физкультурно-спортивное движение СССР в период с 1941 по 1990 г.	0	0	0	10
1.10	Современное состояние физкультурного и спортивного движения в России	0	0	0	10
1.11	Олимпийские игры Древней Греции	0	0	0	10
1.12	Возрождение современного олимпизма в мире и России	0	0	0	10
1.13	Особенности развития олимпийского движения на различных этапах	0	0	0	10
1.14	Олимпийское движение в России и СССР	0	0	0	13
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>159</b>

#### 4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
<b>1</b>		
1.1	Физическое воспитание в первобытнообщинном строе.	Теории происхождения физической культуры
1.2	Физическая культура и спорт в Древнем мире.	Характеристика физической культуры в Древней Месопотамии, Вавилоне, Ассирии, Персии и Древнем Китае, Египте, Индии
1.3	Физическая культура в Средние века.	Дифференцированный характер физической культуры периода сред-невековья

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
<b>1</b>		
1.1	Физическое воспитание в первобытнообщинном строе.	Особенности физической культуры в различные периоды первобытнообщинного строя.
1.2	Физическая культура и спорт в Древнем мире.	Характеристика физического воспитания в Древней Греции. Особенности физической культуры в каждом из периодов развития Древнего Рима.
1.3	Физическая культура в Средние века.	Гуманисты Возрождения о физической культуре

## **5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся заключается в проработке учебного материала (по конспектам, учебной литературе), подготовку к экзамену

Список тем для самостоятельной работы:

1. Физическое воспитание в первобытнообщинном строе.
2. Физическая культура и спорт в Древнем мире.
3. Физическая культура в Средние века.
4. Физическая культура и спорт в Новое время
5. Массовый спорт и спорт высших достижений в зарубежных странах, в Новейший период.
6. Возникновение и развитие физической культуры народов России с древнейших времён до середины XIX века.
7. Развитие отечественной физической культуры и спорта в период развития капитализма (II половина XIX века - 1917 г.)
8. Формирование основ советской системы физического воспитания в условиях тоталитарного режима (1917 - 1941)
9. Физическая культура спорт, и физкультурно-спортивное движение СССР в период с 1941 по 1990 г.
10. Современное состояние физкультурного и спортивного движения в России
11. Олимпийские игры Древней Греции
12. Возрождение современного олимпизма в мире и России
13. Особенности развития олимпийского движения на различных этапах
14. Олимпийское движение в России и СССР

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

#### **Основная учебная литература:**

1. 2 Власов, А.Е. Развитие массового спорта в современной России : монография / А.Е. Власов, Ю.А. Зеленков, И.В. Солнцев. - Москва : Проспект, 2018. - 128 с. : схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-392-21883-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494432> (дата обращения: 13.05.2023).
2. 1. Алхасов, Д.С. Теория и история физической культуры (в таблицах и схемах) [Электронный ресурс] / Д.С. Алхасов. — М. | Берлин : Директ-Медиа, 2014. — 100 с. — ISBN 978-5-4475-3732-6. — <URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274977> (дата обращения: 13.05.2023).

#### **Дополнительная учебная литература:**

1. 1. Штейнбах, В.Л. Обратная сторона олимпийской медали: история Олимпийских игр в скандалах, провокациях, судейских ошибках и курьезах / В.Л. Штейнбах. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт, 2015. - 497 с. - ISBN 978-5-9906578-7-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430443> (дата обращения: 13.05.2023).
2. 2. Олимпийская энциклопедия: Зимние Олимпийские игры : энциклопедия : в 2-х т. / сост. В.Ф. Свиньин, Е.Н. Булгакова. - Новосибирск : Свиньин и сыновья, 2014. - Т. 1. Шамони 1924 – Турин 2006. - 488 с. - ISBN 978-5-98502-139-4 ; То же

[Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241967>  
(дата обращения: 13.05.2023).

## 6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование документа с указанием реквизитов
1	Договор на доступ к ЭБС ZNANIUM.COM между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Знаниум» № 3/22-эбс от 05.07.2022
2	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 1/22-эбс от 04.03.2022
3	Договор на доступ к ЭБС «Университетская библиотека онлайн» между БашГУ и «Нексмедиа» № 223-950 от 05.09.2022
4	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 223-948 от 05.09.2022
5	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 223-949 от 05.09.2022
6	Соглашение о сотрудничестве между БашГУ и издательством «Лань» № 5 от 05.09.2022
7	ЭБС «ЭБ БашГУ», бессрочный договор между БашГУ и ООО «Открытые библиотечные системы» № 095 от 01.09.2014 г.
8	Договор на БД диссертаций между БашГУ и РГБ № 223-796 от 27.07.2022
9	Договор о подключении к НЭБ и о предоставлении доступа к объектам НЭБ между БашГУ в лице директора СФ БашГУ с ФГБУ «РГБ» № 101/НЭБ/1438-П от 11.06.2019
10	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между УУНиТ в лице директора СФ УУНиТ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 1/23-эбс от 03.03.2023

## Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»)

№ п/п	Адрес (URL)	Описание страницы
1	<a href="http://www.museumspport.ru/zhurnal">http://www.museumspport.ru/zhurnal</a>	Научно-методический журнал «Вестник спортивной истории» - первое издание, которое выпускает статьи по истории физической культуры, спорта и здорового образа жизни. Издается ФГБУ «Государственным музеем спорта» Министерства спорта Российской Федерации.

## 6.3. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

Наименование программного обеспечения
Windows 10
Office Standart 2010 RUS OLP NL Acdmc
Office Standart 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel Acdmc
Windows 7
Windows XP

**7. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

<b>Тип учебной аудитории</b>	<b>Оснащенность учебной аудитории</b>
Аудитория для проведения лекционных и практических занятий №13 (ул. Заводская 6)	Учебная мебель (парты, стулья, доска), проектор, экран для проектора настенный (переносной), ноутбук, wi-fi, методические материалы
Аудитория для проведения лекционных и практических занятий №12 (ул. Заводская 6)	Учебная мебель (парты, стулья, доска), проектор, экран для проектора настенный (переносной), ноутбук, wi-fi, методические материалы
Аудитория для проведения лекционных и практических занятий №6 (ул. Заводская 6)	Учебная мебель (парты, стулья, доска), проектор, экран для проектора настенный (переносной), ноутбук, wi-fi, методические материалы