

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ  
Должность: РЕКТОР  
Дата подписания: 25.12.2025 14:33:26  
Уникальный программный ключ:  
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.14 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**основная профессиональная образовательная программа**  
**среднего профессионального образования**

**профиль профессионального образования:** гуманитарный

**Наименование специальности:**

49.02.01 Физическая культура

**Уровень образования:** среднее общее образование

**Форма обучения:** очная

Челябинск

2025

## Лист согласования

Разработчик:

Преподаватель  
(занимаемая должность)

  
(подпись)

Редик Г.А.  
(инициалы, фамилия)

Программа утверждена на заседании

Учебно-методического совета «28» августа 2025

Протокол № 1

Одобрено представителем работодателя  
Директор МБУ ДО «СШ №3»  
Копейского городского округа  
(занимаемая должность)



А.А.Афанасьев  
(инициалы, фамилия)

Руководитель ПОП  
Преподаватель колледжа ЮУрГПУ  
(занимаемая должность)



М.Ю.Буслаева  
(инициалы, фамилия)

Директор колледжа



М.Ю.Буслаева  
(инициалы, фамилия)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	5
3.СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	9
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	10
5.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	11

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Дисциплина ОП «Теория и история физической культуры и спорта» является частью профессионального модуля ОП «Теория и история физической культуры и спорта», а также частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 80 часа.

1.3 Цель изучения дисциплины: формирование профессиональной компетентности студента в области физической культуры.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Таблица 1

Код и наименование компетенции по ФГОС	Код и наименование индикатора достижения компетенции
OK 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам
OK 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
OK 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
OK 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№ п/п	Наименование раздела (формулировки изучаемых вопросов)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				
		Л	ЛР	ПЗ	СРС	Всего
1	2	3	4	5	6	7
	<b>База 11 классов – 1 курс, 1 семестр</b>	<b>20</b>		<b>14</b>		
	<b>База 9 классов – 2 курс, 3 семестр</b>					
1.	<b>Введение в курс «История физической культуры»</b>	6		4		10
2.	Физическая культура Древнего мира	4		4		8
3.	Физическая культура в период Средневековья	4		2		6
4.	История развития физической культуры и спорта в России	6		4		10
	<b>База 11 классов – 1 курс, 2 семестр</b>	<b>24</b>		<b>14</b>		
	<b>База 9 классов – 2 курс, 4 семестр</b>					
5.	<b>Народные формы физического воспитания в дореволюционной России</b>	4		2		6
6.	Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования)	4		2		6
7.	Создание основ советской системы физического воспитания в 1920 – 1930-е годы	4		2		6
8.	Международное спортивное движение по отдельным видам спорта	4		2		6
9.	Организация и проведение летних и зимних Олимпийских игр	4		2		6
10.	Возрождение олимпийского движения	4		4		8
	<b>Всего</b>	<b>44</b>		<b>28</b>		<b>72</b> (Экзамен)

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины**  
**(уровни освоения: 1 – ознакомительный, 2 – репродуктивный, 3 – продуктивный)**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>База 11 классов – 1 курс, 1 семестр</b>			
<b>База 9 классов – 2 курс, 3 семестр</b>			
<b>Тема 1.</b> Введение в курс «История физической культуры»	<b>Содержание учебного материала</b> История физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина. Цель изучения истории физической культуры и спорта. Анализ базовых понятий истории физической культуры и спорта.	10	1
<b>Тема 2.</b> Физическая культура Древнего мира	<b>Содержание учебного материала</b> Физическая культура стран Древнего Востока. Физическая культура античной Греции. Физическая культура Древнего Рима.	8	1
<b>Тема 3.</b> Физическая культура в период Средневековья	<b>Содержание учебного материала</b> Физическая культура Западной Европы в средние века. Состояние физической культуры Западной Европы в V - XV вв. Физическая культура эпохи возрождения.	6	2
<b>Тема 4.</b> История развития физической культуры и спорта в России	<b>Содержание учебного материала</b> Этапы становления физической культуры и спорта в России. Цель и задачи физической культуры и спорта в России. Система физической культуры и спорта в России.	10	2
<b>База 11 классов – 1 курс, 2 семестр</b>			
<b>База 9 классов – 2 курс, 4 семестр</b>			
<b>Тема 5.</b> Народные формы физического воспитания в дореволюционной России	<b>Содержание учебного материала</b> Основные народные игры, забавы, спортивные состязания и обряды, которые использовались в дореволюционной России для физического воспитания разных возрастных групп. Анализ их значений для формирования ловкости, выносливости и коллективного духа, а также роль в сохранении и передаче культурных традиций.	6	3

<b>Тема 6.</b> Создание и развитие в России системы физического воспитания (образования)	<b>Содержание учебного материала</b> Исторические этапы создания и развития системы физического воспитания в России, включая формирование школьного и вузовского образования, военной подготовки и деятельности массовых спортивных обществ. Нормативно-правовые акты, образовательные программы и методики, роль государственных и общественных институтов в обеспечении физического образования и его влияние на здоровье нации и спортивные достижения страны.	6	3
<b>Тема 7.</b> Создание основ советской системы физического воспитания в 1920 – 1930-е годы	<b>Содержание учебного материала</b> Меры советского государства по созданию массовой системы физического воспитания в 1920–1930-е годы: формирование центральных и республиканских органов, появление всесоюзных и отраслевых спортивных обществ (включая «Динамо», «Спартак» и др.), развитие школьной, учебно-военной и трудовой физподготовки, а также подготовка профессиональных кадров и методических материалов.	6	2
<b>Тема 8.</b> Международное спортивное движение по отдельным видам спорта	<b>Содержание учебного материала</b> Рассмотрение международного спортивного движения по отдельным видам спорта должно дать представление о том, как происходила институционализация, стандартизация правил и организация международных соревнований; какие международные федерации и континентальные союзы играли ключевую роль.	6	3
<b>Тема 9.</b> Организация и проведение летних и зимних Олимпийских игр	<b>Содержание учебного материала</b> История создания и развития олимпийского движения; Роль Международного олимпийского комитета в организации игр; Критерии выбора городов-хозяев Олимпийских игр; Этапы подготовки и проведения Олимпийских игр; Особенности проведения летних и зимних Олимпийских игр.	6	2
<b>Тема 10.</b> Возрождение олимпийского движения	<b>Содержание учебного материала</b> Исторические корни и причины возрождения Олимпийских игр; Роль археологических открытий в Олимпии; Деятельность Пьера де Кубертена и его вклад в возрождение олимпийского движения;	8	3

	Создание Международного олимпийского комитета (МОК).		
--	--	--	--

### 3.СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Тема самостоятельной работы	Кол-во часов	Содержание самостоятельной работы по теме	Методическое обеспечение	Формируемые компетенции	Форма отчетности
История физической культуры и спорта как наука. Происхождение и первоначальное развитие физической культуры	4	1. Изучить основные положения истории физической культуры, обозначить цель и задачи дисциплины.	Список основной и дополнительной литературы	П.К 4.3.4.5	Оформить в виде реферата и презентации.

## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ МДК

### 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине.

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор, экран.

### 4.2. Информационное обеспечение обучения

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)
<b>1. Основная литература</b>	
1.	Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник/ Мельникова Н.Ю., Трескин А.В. – Электрон. Текстовые данные. – Москва: Издательство «Спорт», 2017. – 432 с.
2.	Костихина Н.М. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник/ Костихина Н.М., Гаврикова О.Ю.— Электрон. текстовые данные. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013.— 296 с.
3.	Твой олимпийский учебник [Электронный ресурс]: учебное пособие для олимпийского образования/ В.В. Столбов [и др.]. – Электрон. Текстовые данные. – Москва: Издательство «Спорт», 2019. – 216 с.
4.	Горбатых О.В. Олимпийское образование (История и развитие Международного олимпийского движения) [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Горбатых О.В. – Электрон. текстовые данные. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. – 124 с.
<b>2. Дополнительная литература</b>	
5.	Марченко А.Л. История физической культуры. История развития физической культуры в зарубежных странах [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Марченко А.Л.— Электрон. текстовые данные. – Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012. – 193 с.

### 4.3 Электронная учебно-методическая литература

№ п/п	Наименование	Ссылка на информационный ресурс
1.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
2.	Педагогическая библиотека	<a href="http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php">http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php</a>
3.	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	<a href="https://elibrary.ru/defaultx.asp">https://elibrary.ru/defaultx.asp</a>
4.	Каталог образовательных информационных ресурсов	<a href="https://cspu.sharepoint.com/sites/education/">https://cspu.sharepoint.com/sites/education/</a>
5.	Электронная библиотечная система ЮУрГПУ	<a href="http://elecat.cspu.ru/">http://elecat.cspu.ru/</a>

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий (в рамках самостоятельной работы), исследований.

Результаты обучения		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные компетенции	освоенные умения, усвоенные знания	
ОК.01-08	<p><b>Должен иметь практический опыт:</b>            Исследования исторических материалов по физической культуре.            Анализа исторических документов в области спорта.            Подготовки докладов и презентаций по истории физической культуры.            Проведения сравнительного анализа различных систем физического воспитания.            Организации спортивных мероприятий с учетом исторических традиций.            Использования исторических знаний при планировании физкультурно-спортивной работы.            Применения исторических методов в современной практике физического воспитания.            Организации спортивных соревнований с учетом исторического опыта.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проверка выполнения самостоятельной работы</li> <li>- оценивание выступлений на практических занятиях</li> <li>– собеседование</li> </ul>
	<p><b>Должен уметь:</b>            Анализировать исторические процессы развития физической культуры.            Определять взаимосвязь исторических событий и развития спорта.            Оценивать влияние социально-экономических факторов на развитие физической культуры.            Проводить сравнительный анализ систем физического воспитания разных эпох.            Использовать исторические знания в профессиональной деятельности.            Работать с источниками по истории физической культуры            Составлять хронологию развития отдельных видов спорта.            Объяснять значение олимпийского движения в современном мире.            Применять исторические знания для</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проверка выполнения самостоятельной работы</li> <li>- оценивание выступлений на практических занятиях</li> </ul>

	<p>решения современных задач в сфере физической культуры.</p> <p><b>Должен знать:</b></p> <p>Основные понятия и термины истории физической культуры и спорта.</p> <p>Периодизацию развития физической культуры в различные исторические эпохи.</p> <p>Особенности развития физической культуры в Древнем мире и Средневековье.</p> <p>Исторические этапы становления физической культуры в России.</p> <p>Традиционные формы физического воспитания русского народа.</p> <p>Систему физического воспитания в дореволюционной и советской России.</p> <p>Основы организации международного спортивного движения.</p> <p>Принципы проведения Олимпийских игр и олимпийского движения.</p> <p>Историю развития отдельных видов спорта.</p> <p>Современные тенденции развития физической культуры и спорта.</p>	
--	---	--