Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.О.29 История физической культуры

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль/направленность/специализация: Фитнес

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2024

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат педагогических наук, доцент Богданов Михаил Юрьевич

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 940).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «16» июня 2026 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата……. 4

3. Объем и содержание дисциплины…… 5

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 10

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 19

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 21

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 22

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- педагогический
- тренерский

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	Учитывает содержание, роль и место истории физической культуры и спорта в процессе воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения	
		Очная (семестр)	
		5	6
1	Педагогика	+	
2	Педагогическая практика		+

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «История физической культуры» относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура.

Дисциплина «История физической культуры» изучается в 1 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 2 з.е.

Очная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**72**
Контактная работа	32
Лекции (Лекции)	16
Практические (Практ. раб.)	16
Самостоятельная работа (СР)	40
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лекции	Практ. раб.	СР	
		О	О	О	
1 семестр					
1	Введение. Предмет и задачи, значение курса ИФК	1	1	4	Собеседование, опрос
2	Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом обществе	1	1	2	Собеседование, опрос
3	Физическая культура в средние века	1	1	4	Собеседование, опрос
4	Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока	1	1	2	Собеседование, опрос
5	Зарубежные системы физической культуры и спорта в зарубежных странах в период с XVIII в. до настоящего времени.	1	1	4	Собеседование, опрос; Тестирование
6	Физическая культура в России с древнейших времен доXVIII в.	1	1	2	Собеседование, опрос

7	Развитие физической культуры и спорта во второй половине XIX в.	1	1	2	Собеседование, опрос
8	Физическая культура и спорт в начале XXв	1	1	2	Собеседование, опрос
9	Физическая культура и спорт в России в период от революции 1917г. до начала 40-х годов	1	1	2	Собеседование, опрос
10	Развитие физической культуры и спорта с 40-х по конец 80-х годов	1	1	2	Собеседование, опрос
11	Физическая культура и спорт в России после распада СССР.	1	1	2	Тестирование; Собеседование, опрос
12	Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения	2	1	2	Собеседование, опрос
13	Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX в.	1	1	4	Собеседование, опрос
14	Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX в..	1	1	2	Собеседование, опрос
15	Современное состояние физической культуры и спорта в России	1	2	4	Собеседование, опрос

Тема 1. Введение. Предмет и задачи, значение курса ИФК

Лекция.

Введение. Предмет и задачи, значение курса ИФК.

Практическое занятие.

Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе, отличие ее от первобытного общества

Задания для самостоятельной работы.

1. Предмет и задачи истории физической культуры (ИФК).
2. Периодизация, источники ИФК.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 2. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом обществе

Лекция.

Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом обществе. Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности, исторические этапы ее развития, истоках зарождения. Физическое воспитание в родовом обществе, ее связь с трудовой деятельностью, зависимость от этнической среды и природных условий, всеобщность. Физическое воспитание в период разложения родового строя, зарождение классового характера воспитания.

Практическое занятие.

Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе, отличие ее от первобытного общества.

Возникновение античной гимнастики и агонистики в Древней Греции, их содержание. Расцвет физической культуры в Древней Греции, спартанская и афинская системы физического воспитания рабовладельцев. Древние олимпийские игры. Физическое воспитание рабовладельцев в Древнем Риме.

Задания для самостоятельной работы.

1. Особенности физического воспитания в первобытном обществе.
2. Особенности физического воспитания в рабовладельческих государствах.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 3. Физическая культура в средние века

Лекция.

Физическая культура раннего средневековья (V- IX вв.). Физическая культура на этапе развитого средневековья (X – XIV вв.). Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XV – XVII вв.)

Практическое занятие.

Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XV – XVII вв.)

Задания для самостоятельной работы.

1. Физическое воспитание феодалов (рыцарей)
2. Систематика физических упражнений в Древней Греции.
3. Развитие буржуазного гимнастического движения во Франции и в Германии в XIX веке (юношеские компании, Тугенбунд).
4. Углубленное изучение материалов темы

Тема 4. Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока

Лекция.

Физическая культура в Древнем Китае, Индии, Вавилоне, Египте, Ассирии, Японии.

Практическое занятие.

Темы и содержания лекционного курса и семинарских занятий совпадают, поэтому их программный материал в обобщенном виде представлен в данном разделе.

Задания для самостоятельной работы.

1. Системы восточных единоборств.
2. Оздоровительные системы, йога и массаж.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 5. Зарубежные системы физической культуры и спорта в зарубежных странах в период с XVIII в. до настоящего времени.

Лекция.

Развитие гимнастического и спортивно-видового направлений в странах Европы и США. Начало теории физического воспитания. Внешкольное физическое воспитание.

Практическое занятие.

Филантропины, взгляды Д. Локка и Жан Жака Руссо на физическое воспитание. Герхард Фит и его послФилантропины, взгляды Д. Локка и Жан Жака Руссо на физическое воспитание. Герхард Фит и его последователи.

едовФилантропины, взгляды Д. Локка и Жан Жака Руссо на физическое воспитание. Герхард Фит и его последователи.

атели.

Задания для самостоятельной работы.

1. Немецкая гимнастическая система.
2. Шведская гимнастическая система
3. Сокольская гимнастическая система
4. Углубленное изучение материалов темы

Тема 6. Физическая культура в России с древнейших времен доXVIII в.

Лекция.

Физическая культура в России с древнейших времен до второй половины XVIII в. Физическое воспитание славян в период первобытнообщинного строя. Физическое воспитание в Киевской Руси, в период феодальной раздробленности и создания централизованного государства. Физическая культура России в XVIII – начале XVIII века.

Практическое занятие.

Физическая культура России в XVIII – начале XVIII века.

Задания для самостоятельной работы.

1. Своеобразие физического воспитания у древних славян, в Киевской Руси, Русском централизованном государстве, у народов Средней Азии и закавказья.
2. Основные различия физической культуры среди народных масс и господствующего класса.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 7. Развитие физической культуры и спорта во второй половине XIX в.

Лекция.

Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания, учение П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании, физическая подготовка в учебных заведениях и в армии, создание спортивных клубов.

Практическое занятие.

Темы и содержания лекционного курса и семинарских занятий совпадают, поэтому их программный материал в обобщенном виде представлен в данном разделе.

Задания для самостоятельной работы.

1. Учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании.
2. М.И. Драгомиров и А.Д. Бутовский и их вклад в физической подготовке в армии.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 8. Физическая культура и спорт в начале XXв

Лекция.

Борьба партии большевиков за улучшение физического воспитания молодежи, физическое воспитание и спорт в учебных заведениях, развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях.

Практическое занятие.

1. Виды спорта, получившие наибольшее развитие в России.
2. Состояние спортивно-гимнастического движения в России.

Задания для самостоятельной работы.

1. Виды спорта, получившие наибольшее развитие в России.
2. Состояние спортивно-гимнастического движения в России.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 9. Физическая культура и спорт в России в период от революции 1917г. до начала 40-х годов

Лекция.

Всевобуч и спорт, преобразования в области физического воспитания в школах, первые успехи советского физкультурного движении, переход на новые формы и методы организации физического воспитания.

Практическое занятие.

Темы и содержания лекционного курса и семинарских занятий совпадают, поэтому их программный материал в обобщенном виде представлен в данном разделе.

Задания для самостоятельной работы.

1. Введение комплекса ГТО.
2. Всесоюзная спартакиада 1928г.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 10. Развитие физической культуры и спорта с 40-х по конец 80-х годов

Лекция.

Военно-физическая подготовка в годы войны, развертывание физкультурно-массовой и спортивно работы в послевоенные годы, развитие науки о физическом воспитании, физическое воспитание и спорт в учебных заведениях

Задания для самостоятельной работы.

1. Спартакиады народов СССР.
2. Выход советского спорта на международную арену.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 11. Физическая культура и спорт в России после распада СССР.

Лекция.

Формирование федеральных структур управления физической культурой и спортом, развитие спортивной науки, развитие спорта инвалидов, создание Олимпийского комитета России.

Практическое занятие.

Темы и содержания лекционного курса и семинарских занятий совпадают, поэтому их программный материал в обобщенном виде представлен в данном разделе.

Задания для самостоятельной работы.

1. Трудности перед физкультурным движением после распада СССР.
2. Подготовка спортивных резервов в Российской Федерации.
3. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 12. Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения

Лекция.

Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения, первый международный атлетический конгресс.

Практическое занятие.

Символика Олимпийских игр, представители из России в МОК.

Задания для самостоятельной работы.

1. Пьер де Кубертен и его роль в развитии современного олимпийского движения.
2. Виды спорта входившие в программу первых Олимпийских игр.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 13. Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX в.

Лекция.

Расширение международного спортивного движения, зимние и летние Олимпийские игры, МОК и его президенты

Задания для самостоятельной работы.

1. Особенности Олимпийских игр этого периода.
2. Олимпийская символика и атрибутика.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 14. Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX в..

Лекция.

Продолжение олимпийских традиций, олимпийские конгрессы и проблемы современного олимпийского движения

Задания для самостоятельной работы.

1. Роль МОК и его президентов в развитии олимпийского движения.
2. Олимпийские игры в Москве.
3. Углубленное изучение материалов темы

Тема 15. Современное состояние физической культуры и спорта в России

Лекция.

Олимпийские игры в сочи, современное состояние олимпийского международного движения, проблемы допинга.

Практическое занятие.

Темы и содержания лекционного курса и семинарских занятий совпадают, поэтому их программный материал в обобщенном виде представлен в данном разделе.

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

1 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Введение. Предмет и задачи, значение курса ИФК	Собеседование, опрос	4	4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
2.	Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом обществе	Собеседование, опрос	4	4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
3.	Физическая культура в средние века	Собеседование, опрос	4	4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

4.	Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
5.	Зарубежные системы физической культуры и спорта в зарубежных странах в период с XVIII в. до настоящего времени.	Собеседование, опрос	4	4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
		Тестирование(контрольный срез)	10	Тест состоит из 15 вопросов. 10-8 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте 7-5 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте 4-1 балл – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает
6.	Физическая культура в России с древнейших времен доXVIII в.	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

7.	Развитие физической культуры и спорта во второй половине XIX в.	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
8.	Физическая культура и спорт в начале XXв	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
9.	Физическая культура и спорт в России в период от революции 1917г. до начала 40-х годов	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

10.	Развитие физической культуры и спорта с 40-х по конец 80-х годов	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
11.	Физическая культура и спорт в России после распада СССР.	**Тестирование(контрольный срез)**	10	Тест состоит из 15 вопросов. 10-8 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте 7-5 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте 4-1 балл – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает
		Собеседование, опрос	4	4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
12.	Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

13.	Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX в.	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
14.	Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX в..	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
15.	Современное состояние физической культуры и спорта в России	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы. 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию. 2 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
16.	Посещаемость		10	Студент посетил 100% занятий
17.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Собеседование, опрос

Тема 1. Введение. Предмет и задачи, значение курса ИФК

Предмет и задачи истории физической культуры (ИФК).

2. Периодизация, источники ИФК

Тема 2. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом обществе

Расцвет физической культуры в Древней Греции, спартанская и афинская системы физического воспитания рабовладельцев. Древние олимпийские игры. Физическое воспитание рабовладельцев в Древнем Риме.

Тема 3. Физическая культура в средние века

1 1. Физическое воспитание феодалов (рыцарей)

2 2. Систематика физических упражнений в Древней Греции.

Тема 4. Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока

1 1. Системы восточных единоборств.

2 2. Оздоровительные системы, йога и массаж.

Тема 5. Зарубежные системы физической культуры и спорта в зарубежных странах в период с XVIII в. до настоящего времени.

1 1. Немецкая гимнастическая система.

2 2. Шведская гимнастическая система

3 3. Сокольская гимнастическая система

Тема 6. Физическая культура в России с древнейших времен доXVIII в.

1 1. Основные различия физической культуры среди народных масс и господствующего класса.

Тема 7. Развитие физической культуры и спорта во второй половине XIX в.

учение П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании, физическая подготовка в учебных заведениях и в армии

Тема 8. Физическая культура и спорт в начале XXв

1 1. Виды спорта, получившие наибольшее развитие в России.

Состояние спортивно-гимнастического движения в России

Тема 9. Физическая культура и спорт в России в период от революции 1917г. до начала 40-х годов

преобразования в области физического воспитания в школах, первые

1 1. Введение комплекса ГТО.

2 2. Всесоюзная спартакиада 1928г.

успехи советского физкультурного движении

Тема 10. Развитие физической культуры и спорта с 40-х по конец 80-х годов

1 1. Спартакиады народов СССР.

2 2. Выход советского спорта на международную арену.

Тема 11. Физическая культура и спорт в России после распада СССР.

1 1. Трудности перед физкультурным движением после распада СССР.

Подготовка спортивных резервов в Российской Федерации

Тема 12. Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения

1 1. Пьер де Кубертен и его роль в развитии современного олимпийского движения.

2 2. Виды спорта входившие в программу первых Олимпийских игр.

Символика Олимпийских игр, представители из России в МОК.

Тема 13. Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX в.

1 1. Особенности Олимпийских игр этого периода.

2 2. Олимпийская символика и атрибутика.

Тема 14. Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX в..

1 1. Роль МОК и его президентов в развитии олимпийского движения.

2 2. Олимпийские игры в Москве.

Тема 15. Современное состояние физической культуры и спорта в России

Олимпийские игры в сочи, современное состояние олимпийского международного движения, проблемы допинга.

Тестирование

Тема 5. Зарубежные системы физической культуры и спорта в зарубежных странах в период с XVIII в. до настоящего времени.

Тест № 1. Предметом изучения ИФК является:

1. Принципы и способы развитие физических качеств человека.
2. Общие закономерности возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на разных этапах существования человеческого общества.
3. Научно-теоретические и методологические проблемы формирования физической культуры человека.

Тест № 2. В содержание предмета ИФК входит:

1. Изучение средств, форм, методов и систем физической культуры.
2. Изучение методов обучения физической культуре.
3. Изучение теории и методики предмета «Физическая культура».

Тест № 3. В задачу предмета ИФК входит:

1. Воспитание здорового образа жизни, развитие детского и юношеского спорта.

2. Накопление, описание и интерпретация фактов из области физической культуры.

3. Создание условий для физического развития и воспитания детей, учащихся, студентов.

Тест № 4. Значение предмета ИФК состоит:

1. В формировании системы текущего и итогового тестирования физической подготовленности учащихся.
2. В формировании физической культуры личности учащегося с учетом состояния его здоровья и индивидуальных особенностей.

3. В выявлении истоков и сохранении мировой и национальной физической культуры.

Тема 11. Физическая культура и спорт в России после распада СССР.

Примерные вопросы теста №2(контрольный срез)

Тест № 1. До 20-х годов 20 века в школах России наибольшую известность получила:

1. Шведская гимнастика.
2. Сокольская гимнастика.
3. Немецкая гимнастика.
4. Французская гимнастика.

Тест № 2. Как в последствии были названы первенства Европы и мира, которые проводились в конце XIX века, до создания МСФ:

1. Непризнанными.
2. Неквалифицированными.
3. Неофициальными.
4. Буржуазными.

Тест № 3. По какому виду спорта проводилось первенство мира в России в 1896г.:

1 1. Лыжный спорт.
2 2. Лёгкая атлетика.
3 ***3. Фигурное катание.***
4 4. Не проводилось.

Тест № 4. Где состоялась Международная рабочая олимпиада, в которой впервые принял участие СССР:

1. Вена.
2. Атланта.
3. Антверпен.
4. Инсбрук.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ОПК-5)

1. Физическая культура в Древней Греции.
2. Характеристика древнегреческих Олимпийских игр.
3. Физическое воспитание гладиаторов, восстание Спартака.
4. Физическое воспитание феодалов (рыцарей)
5. Систематика физических упражнений в Древней Греции.
6. Развитие буржуазного гимнастического движения во Франции и в Германии в XIX веке (юношеские компании, Тугенбунд).
7. Педагогические основы физического воспитания Д.Локка, Ж.-Ж. Руссо, И.-Г. Песталоцци.
8. Развитие буржуазно-национальных систем физического воспитания (Швеция -Я. Линг, Германия - Шписс, Чехия - М. Тырш, Англия - Спенсер)
9. Физическая культура и спорт в народном быту нашей страны до ХУ1П века.
10. Физическое воспитание в период правления Петра.
11. Военно-физическая подготовка в русской армии (А.В.Суворов).

Типовые задания для зачета (ОПК-5)

1. Советские спортсмены на Олимпийских играх.
2. Спартакиады народов СССР.
3. Создание и развитие Всесоюзного комплекса ГТО
4. Барон Пьер де Кубертен
5. Петр Францевич Лесгафт
6. Олимпиада 1980 в Москве
7. Олимпийские чемпионы. Олимпийские игры в Сочи

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ОПК-5	
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ОПК-5	

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;

- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентаци, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;

- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели. ссылки на ресурсы. соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Голощапов Б. Р. История физической культуры и спорта : учебник. - 8-е изд., перераб.. - М.: Академия, 2011. - 311 с.

2. Мельникова Н. Ю., Трескин А. В. История физической культуры и спорта : учебник. - 2-е изд.. - Москва: Спорт, 2017. - 432 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=475389

6.2 Дополнительная литература:

1. Алхасов Д. С. Курс лекций по учебной дисциплине «Теория и история физической культуры»: профессиональный цикл : общепрофессиональные дисциплины основной профессиональной образовательной программы по специальности 050720 «Физическая культура» для студентов очной и заочной формы обучения : курс лекций (лекция). - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2014. - 53 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274972

2. Комаров С.Н. История физической культуры : учебник. - М.: Издат. центр "Академия", 2013. - 238 с.

3. Сычев А.В. История физической культуры и спорта : [УМК по спец.: "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья"]. - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2009. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

6.3 Иные источники:

1. Министерство спорта Российской Федерации - https://minsport.gov.ru/

2. Портал "Гуманитарное образование" - http://www.humanities.edu.ru/
3. Российский общеобразовательный портал - http://www.school.edu.ru/
4. Федеральный портал «Российское образование» - http://www.edu.ru/

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Office 2007, 2010, 2016

Paint.NET v 3.36

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» . – URL: https://rusneb.ru
2. Российская государственная библиотека: официальный сайт. – URL: https://www.rsl.ru
3. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: https://biblioclub.ru

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.