

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	<b>История физической культуры</b>
Факультет	Факультет физической культуры и реабилитации
Кафедра	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта
Курс	1

Направление (специальность): 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль/специализация): Технология спортивной подготовки

Форма обучения: очная, заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: 01.09.2024 г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	КАФЕДРА	Должность, ученая степень, звание
Ключникова Елена Анатольевна	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Старший преподаватель
	Кафедра физической культуры	Старший преподаватель

<b>СОГЛАСОВАНО</b>
<b>Заведующий выпускающей кафедрой</b>
 / <u>Вальцев В.В.</u> / Подпись
<b>«16» мая 2024г.</b>

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цели освоения дисциплины:

Усвоение исторических знаний и объективных закономерностей развития физической культуры и спорта с древнейших времен до наших дней, как части человеческой культуры

### Задачи освоения дисциплины:

1. Ознакомиться с учебной дисциплиной «История физической культуры» (далее ИФК).
2. Изучение возникновения физической культуры как специфической сферы общественной деятельности.
3. Познать истоки своей профессиональной деятельности, видеть её историческую перспективу и ориентироваться на практическую подготовку к избранной деятельности.
4. Формирование научного мировоззрения, воспитание нравственности, патриотизма, национальной гордости.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «История физической культуры» относится к числу дисциплин блока Б1.О, предназначенного для студентов, обучающихся по направлению: 49.03.01 Физическая культура.

В процессе изучения дисциплины формируются компетенции: УК-5.

Основные положения дисциплины используются в дальнейшем при изучении таких дисциплин как: Основы российской государственности, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Философия, История России, Преддипломная практика, Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

## 3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	<p><b>знать:</b> теоретические основы ИФК; основные понятия, входящие в изучение предмета ИФК</p> <p><b>уметь:</b> анализировать происхождение, формирование, развитие и функционирование основных отечественных и зарубежных систем физического воспитания, международного спортивного движения; использовать базовые, исторические знания курса при изучении</p>

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
	<p>соответствующих разделов специализации видов спорта и других специальных учебных дисциплин; вооружить умениями вести на базе исторического материала воспитательную и агитационную работу по физической культуре и спорту</p> <p><b>владеть:</b> самостоятельного изучения дополнительного материала по ИФК; реферирования и конспектирования литературных источников; подготовке докладов и сообщений; проведение бесед со школьниками или другим контингентом</p>

#### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего): 4 ЗЕТ

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах): 144 часа

Форма обучения: очная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>очная</u> )	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
1	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	54	54
Аудиторные занятия:	54	54
Лекции	18	18
Семинары и практические занятия	36	36
Лабораторные работы, практикумы	-	-
Самостоятельная работа	54	54
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование
Курсовая работа	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Экзамен (26)	Экзамен
Всего часов по дисциплине	144	144

Форма обучения: заочная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u> )	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		1
1	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	8	8
Аудиторные занятия:	8	8
Лекции	4	4
Семинары и практические занятия	4	4
Лабораторные работы, практикумы	-	-
Самостоятельная работа	127	127
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование
Курсовая работа	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Экзамен (5)	Экзамен
Всего часов по дисциплине	144	144

#### 4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: очная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Раздел 1. Раздел 1. Физическая культура и спорт в зарубежных странах</b>							
Тема 1.1. 1. Введение. Физическая культура в Древнем мире	14	2	6	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.2.	12	2	4	0	0	6	Вопросы к

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
Физическая культура в средние века.							Экзамену, Тестирование
Тема 1.3. Развитие физической культуры в странах востока	12	2	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену
Тема 1.4. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени.	12	2	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену
<b>Раздел 2. История физической культуры и спорта в России</b>							
Тема 2.1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России. Форма проведения : «практическое занятие».	12	2	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену
Тема 2.2. Создание и развитие в России системы физического воспитания	14	2	4	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
и современных видов спорта во второй половине 19века и начала 20 веков.							
Тема 2.3. Зарождение и развитие в России современных видов спорта	16	2	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
<b>Раздел 3. Международное спортивное движение</b>							
Тема 3.1. Международное олимпийское движение	16	4	4	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
<b>Итого подлежит изучению</b>	108	18	36	0	0	54	

#### 4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Раздел 1. Раздел 1.Физическая культура и спорт в зарубежных странах</b>							

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
Тема 1.1. 1.Введение. Физическая культура в Древнем мире	20	2	2	0	0	16	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.2. Физическая культура в средние века.	15	0	0	0	0	15	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.3. Развитие физической культуры в странах востока	16	0	0	0	0	16	Вопросы к Экзамену
Тема 1.4. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени.	15	0	0	0	0	15	Вопросы к Экзамену
<b>Раздел 2. Раздел 2.История физической культуры и спорта в России</b>							
Тема 2.1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России. Форма проведения : «практическое занятие».	19	2	2	0	0	15	Вопросы к Экзамену
Тема 2.2.	15	0	0	0	0	15	Вопросы к

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19века и начала 20 веков.							Экзамену, Тестирование
Тема 2.3. Зарождение и развитие в России современных видов спорта	15	0	0	0	0	15	Вопросы к Экзамену, Тестирование
<b>Раздел 3. Международное спортивное движение</b>							
Тема 3.1. Международное олимпийское движение	20	0	0	0	0	20	Вопросы к Экзамену, Тестирование
<b>Итого подлежит изучению</b>	135	4	4	0	0	127	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Раздел 1. Раздел 1. Физическая культура и спорт в зарубежных странах

#### Тема 1.1. 1. Введение. Физическая культура в Древнем мире

Физическая культура в Древнем мире. Предмет. Его основные части, содержание, задачи, значение, понятие в системе физического воспитания, становление ИФКиС, как относительно



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

самостоятельные отрасли исторической науки. Физическая культура первобытного общества. Предистория и периодизация первобытного общества. Охота – как предпосылка возникновения и развития физических упражнений. Трудовая деятельность и ее влияние на возникновение элементов физической культуры. Физическое воспитание в родоплеменном обществе. Обряды посвящения и их роль в физическом воспитании молодежи. Физическая культура Античной Греции. Возникновение античной гимнастики, ее содержание и направленность. Системы физического воспитания в Спарте и Афинах. Физическое воспитание в древнегреческой философии, медицине, литературе и искусстве. Физическая культура в Греции в конце классического периода и в период эллинизма. Профессиональный атлетизм. Упадок физического воспитания в Древней Греции. Общеэллинистские игры в Античной Греции. Мифы и легенды о зарождении древнегреческих игр. Панафинейские, Немейские, Истмийские, Пифийские игры, их характеристика и значение в культурной жизни Древней Греции. Организация и программа Олимпийских игр. Подготовка к играм и правила их проведения. Роль Олимпийских игр в общественной жизни Древней Греции. Упадок агонистики и запрещение Олимпийских игр. Гибель древней Олимпии. Физическая культура Древнего Рима. Периодизация истории в Древнем Риме, формы и средства физической культуры в царский, республиканский и императорский периоды. Физическая подготовка в римской армии. Использование физического воспитания как средства упрочения власти господствующего класса. Состязания и игры в Римской империи. Физическая подготовка в гладиаторских школах. Упадок физической культуры в Древне Римской империи.

### **Тема 1.2. Физическая культура в средние века.**

Физическая культура в раннее средневековье (6-9 век). Физическое воспитание на этапе развития средневековья (10-14 вв.), эпохи Возрождения и разложения феодализма (15-17 вв.) Краткая характеристика эпохи. Особенности развития физической культуры в средние века. Физическая культура в Европе в средние века (V-XV вв.). Западноевропейская физическая культура в период раннего средневековья. Отношение церкви к физической культуре народных масс и феодалов. Идеал средневекового человека. Физическая культура в период развитого средневековья. Рыцарское физическое воспитание. Семь рыцарских навыков и добродетелей. Рыцарские турниры. Физические упражнения сельского населения. Физическая культура горожан. Стрелковые и фехтовальные общества. Отношение горожан к гигиене. Поединки с животными

### **Тема 1.3. Развитие физической культуры в странах востока**

Восточные единоборства и оздоровительные силы. Патанджали. Хатха-йога. 8 ступеней хатхи-йоги. Пенджаб гуру Нанак. Асаны. Ушу. Системы упражнений. Шаолинь. Физическая культура. «Орлиные когти». Заповеди. Вредоносные факторы. Буддизм. Дзюдо. Тхэквондо. Кэмбо.

### **Тема 1.4. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени.**

Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени. Буржуазная революция. Спорт. Руссо. Локку. Спенсер. Фит. Гутс-Муст.

## **Раздел 2. История физической культуры и спорта в России**

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

## **Тема 2.1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России. Форма проведения: «практическое занятие».**

Новые зарубежные системы физического воспитания; профессионально-прикладная физическая подготовка; распространение «спортивно - рекреационного» направления; бойскаутское движение; физическая культура в развитых капиталистических странах после II мировой войны. Формирование современного физического воспитания во 2-ой половине XIX и в начале XX в. Кризис систем гимнастики. Создание научных основ физического воспитания. Дифференциация форм и направлений в гимнастике. Формирование соревновательного спорта. Система физического воспитания Ж.Демени. Естественно-натуралистическая система Г.Эбера. Возникновение внешкольных физкультурных организаций и рекреационных движений. Деятельность религиозных организаций по развитию физической культуры. Полувоенные молодежные движения. Роль Р.Пауэлла в зарождении скаутского движения. Создание территориальных и заводских рекреационных организаций. Развитие и укрепление международного спортивного движения. Создание общегосударственных спортивных союзов и международных спортивных федераций. Согласование спортивной техники и правил проведения соревнований. Возникновение системы всемирных соревнований по отдельным видам спорта. Зарождение олимпийского движения современности. Предистория олимпийского движения Нового времени. Ученые и педагоги об олимпийских играх. Раскопки древней Олимпии. Попытки проведения панэллинских игр. Деятельность Пьера де Кубертена. Создание Международного олимпийского комитета. Итоги проведения первых Олимпийских игр современности.

## **Тема 2.2. Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19века и начала 20 веков.**

Новые зарубежные системы физического воспитания; профессионально-прикладная физическая подготовка; распространение «спортивно - рекреационного» направления; бойскаутское движение; физическая культура в развитых капиталистических странах после II мировой войны. Формирование современного физического воспитания во 2-ой половине XIX и в начале XX в. Кризис систем гимнастики. Создание научных основ физического воспитания. Дифференциация форм и направлений в гимнастике. Формирование соревновательного спорта. Система физического воспитания Ж.Демени. Естественно-натуралистическая система Г.Эбера. Возникновение внешкольных физкультурных организаций и рекреационных движений. Деятельность религиозных организаций по развитию физической культуры. Полувоенные молодежные движения. Роль Р.Пауэлла в зарождении скаутского движения. Создание территориальных и заводских рекреационных организаций. Развитие и укрепление международного спортивного движения. Создание общегосударственных спортивных союзов и международных спортивных федераций. Согласование спортивной техники и правил проведения соревнований. Возникновение системы всемирных соревнований по отдельным видам спорта. Зарождение олимпийского движения современности. Предистория олимпийского движения Нового времени. Ученые и педагоги об олимпийских играх. Раскопки древней Олимпии. Попытки проведения панэллинских игр. Деятельность Пьера де Кубертена. Создание Международного олимпийского комитета. Итоги проведения первых Олимпийских игр современности.

## **Тема 2.3. Зарождение и развитие в России современных видов спорта**

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Тяжелая атлетика .Краевский. Клуб любителей атлетики. Пытлясинский В.А. Французская борьба. Петербургская атлетическая общество. Г. Мейер. Конькобежный спорт. А.Н. Паншин. Первый чемпионат по конькобежному спорту. Спорт среди женщин. Шамшуренков Л.Л. Велоспорт Артамонов Е.М. Академическая гребля. Лыжный спорт. Легкая атлетика. Спортивная гимнастика.

### **Раздел 3. Международное спортивное движение**

#### **Тема 3.1. Международное олимпийское движение**

Международное спортивное движение по отдельным видам спорта. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время. Создание международного, рабочего, культурного и спортивного союза. Роль организаций научно-методического характера и других общественных объединений в развитии МСД (ЮНЕСКО, СИЕПС).

## **6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ**

### **Раздел 1. Раздел 1.Физическая культура и спорт в зарубежных странах**

#### **Тема 1.1. 1.Введение. Физическая культура в Древнем мире**

Вопросы к теме:

Очная форма

1.Физическая подготовка в римской армии. Использование физического воспитания как средства упрочения власти господствующего класса.

2. Состязания и игры в Римской империи. Физическая подготовка в гладиаторских школах. Упадок физической культуры в Древне-Римской империи.

Заочная форма

1.Физическая подготовка в римской армии. Использование физического воспитания как средства упрочения власти господствующего класса.


2. Состязания и игры в Римской империи. Физическая подготовка в гладиаторских школах. Упадок физической культуры в Древне-Римской империи.

#### **Тема 1.2. Физическая культура в средние века.**

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Физические упражнения в трудовой, военной, бытовой деятельности.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

2. Образование рыцарской системы воспитания феодалов.
3. Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (15-17 вв.).
4. Взгляды гуманистов на физическое воспитание в период позднего средневековья (В. Фельтре, Рабле, Монтель, Каменский).
5. Первые попытки введения физического воспитания в учебных заведениях.

### **Тема 1.3. Развитие физической культуры в странах востока**

Вопросы к теме:

Очная форма

Восточные единоборства и оздоровительные силы.

2. Патанджали. Хатха-йога. 8 ступеней хатхи-йоги. Пенджаб гуру Нанак. Асаны.
3. Ушу. Системы упражнений. Шаолинь.
4. Физическая культура. «Орлиные когти». Заповеди. Вредоносные факторы.
5. Буддизм. Дзюдо. Тхэквондо. Кэмбо.

### **Тема 1.4. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени.**

Вопросы к теме:

Очная форма

Буржуазная революция. Спорт.

2. Руссо. Локку. Спенсер. Фит. Гутс-Муст.

## **Раздел 2. История физической культуры и спорта в России**

### **Тема 2.1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России. Форма проведения: «практическое занятие».**

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Система физического воспитания народов нашей страны с древнейших времен до второй половины 19 в.
2. Система физического воспитания господствующих классов в России до второй половины 19 века.
3. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

## **Тема 2.2. Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19века и начала 20 веков.**

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К. Д. Ушинского, Е. А. Покровского, Е. М. Дементьева.
2. П. Ф. Лесгафт – его вклад в разработку отечественной системы физического образования. Основные компоненты его системы.
3. Создание частных школ, для детей где нашли свое отражение прогрессивные идеи в области физического воспитания.

## **Тема 2.3. Зарождение и развитие в России современных видов спорта**

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Тяжелая атлетика .Краевский. Клуб любителей атлетики. Пытлясинский В.А.
2. Французская борьба. Петербургская атлетическая общество. Г. Мейер.
3. Конькобежный спорт. А.Н. Паншин. Первый чемпионат по конькобежному спорту.
4. Спорт среди женщин. Шамшуренков Л.Л.
5. Велоспорт Артамонов Е.М. Академическая гребля. Лыжный спорт. Легкая атлетика. Спортивная гимнастика.

## **Раздел 3. Международное спортивное движение**

### **Тема 3.1. Международное олимпийское движение**

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Международное спортивное движение по отдельным видам спорта.
2. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время.

## **7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ**

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Данный вид работы не предусмотрен УП.

## 8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

## 9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ

1. Предмет, задачи и значение курса для профессиональной подготовки специалиста по физической культуре.
2. Физическая культура в первобытном обществе.
3. Физическая культура в рабовладельческом обществе на примере древнегреческих государств-полисов – таких как Спарта и Афины
4. Античная гимнастика как основное средство самообороны государств-полисов и удержания подвластных слоёв населения.
5. Древнегреческая агонистика как система подготовки к агонам (соревнованиям, играм).
6. Агон – соревнование, связанное с культом тела.
7. Олимпийские игры древности. Период с 776 года до н.э. по 632 год н.э.
8. Физическое воспитание в древнем Риме.
9. Физическая культура в средние века. Феодалные формы физической культуры.
10. Физическая культура в странах Востока. Восточные единоборства и оздоровительные стили.
11. Развитие йоги и хатха-йоги в древней Индии.
12. Ушу – «воинское искусство» или «воинская техника».
13. Шао-Линь как центр классических воинских искусств «внешнего стиля» ушу.
14. История возникновения и развития таких боевых искусств как карате и каратедо.
15. Боевое искусство джиу-джитсу как источник зарождения японской борьбы дзюдо.
16. Боевое искусство джиу-джитсу как источник зарождения японской борьбы дзюдо.
17. Корейское национальное боевое искусство таэквондо («таэ» – удар ногой, «квон» - удар рукой).
18. Немецкое гимнастическое (турнерское) движение.
19. Шведское гимнастическое направление.
20. Сокольская система гимнастики
21. Бойскаутское движение.
22. Физическое воспитание в школьной программе в США.
23. Количество уроков физического воспитания в школах развитых стран мира.
24. Физическое воспитание в первобытном обществе на территории Руси.
25. Физическое воспитание восточных славян в 6-9 веках. Образ идеального героя на примерах Ильи Муромца, Добрыни Никитича и Алёши Поповича.
26. Физическое воспитание на Руси в период раннего феодализма. Профессиональные воины-дружинники в древней Руси.
27. Кулачные бои как массовая народная форма физического воспитания на Руси
28. Физическое воспитание в казачестве.
29. Биография П.Ф.Лесгафта – создателя отечественной системы физического воспитания.
30. История создания Общества содействия физическому развитию (ОСФР) в 1893 году и открытия знаменитых курсов Лесгафта «Временные курсы для приготовления руководительниц физических упражнений и игр».
31. Возникновение конькобежного спорта в России.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

32. Возникновение лыжного спорта в России.
33. Возникновение лёгкой атлетики в России.
34. Образование российского Олимпийского комитета.
35. Российские Олимпиады 1913 и 1914 годов.
36. Организационно-управленческие основы советской системы физического воспитания 1920-30 годы.
37. Скаутское движение в советской системе физического воспитания.
38. Роль пионерского движения в советской системе физического воспитания.
39. Научно-методические основы советской системы физического воспитания.
40. Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР».
41. Военно-физическая направленность физической подготовки в годы Великой Отечественной войны.
42. Создание Единой всесоюзной спортивной классификации (ЕВСК).
43. Спорт высших достижений в СССР после Великой Отечественной войны.
44. Материально-техническое и финансовое обеспечение в советской системе физического воспитания.
45. Краткая характеристика всех школьных программ по физической культуре за период с 1917 по 2000 год.
46. Создание первых международных спортивных федераций в конце 19 – начале 20 веков.
47. Возрождение Олимпийского движения современности и его функционирование в настоящее время.
48. Роль барона Пьера де Кубертена в становлении и развитии Олимпийского движения современности.
49. Игры первой Олимпиады современности (1896 год, Афины, Греция).
50. Первое неофициальное выступление шести российских спортсменов в 4-х Олимпийских играх (1908 год, Лондон, Великобритания).
51. Первое официальное участие российских спортсменов в 5-х Олимпийских играх (1912 год, Стокгольм, Швеция).
52. Первое участие спортсменов СССР в Олимпийских играх (1952 год, Хельсинки, Финляндия).
53. 20-е Олимпийские игры (1972 год, Мюнхен, ФРГ).
54. 22-е Олимпийские игры (1980 год, Москва, СССР).
55. Международное студенческое спортивное движение. Участие спортсменов России в универсиадах.


## **10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ**

*Содержание, требования, условия и порядок организации самостоятельной работы обучающихся с учетом формы обучения определяются в соответствии с «Положением об организации самостоятельной работы обучающихся», утвержденным Ученым советом УлГУ (протокол №8/268 от 26.03.2019г.).*

*По каждой форме обучения: очная/заочная/очно-заочная заполняется отдельная таблица*


Форма обучения: очная



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--


<b>Название разделов и тем</b>	<b>Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).</b>	<b>Объем в часах</b>	<b>Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)</b>
<b>Раздел 1. Раздел 1. Физическая культура и спорт в зарубежных странах</b>			
Тема 1.1. 1. Введение. Физическая культура в Древнем мире	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.2. Физическая культура в средние века.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.3. Развитие физической культуры в странах востока	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	
Тема 1.4. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	
<b>Раздел 2. Раздел 2. История физической культуры и спорта в России</b>			
Тема 2.1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России. Форма проведения: «практическое занятие».	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	
Тема 2.2. Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 века и начала 20 веков.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 2.3. Зарождение и развитие в России современных видов спорта	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
<b>Раздел 3. Международное спортивное движение</b>			
Тема 3.1. Международное олимпийское движение	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Форма обучения: заочная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы ( <i>проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.</i> )	Объем в часах	Форма контроля ( <i>проверка решения задач, реферата и др.</i> )
<b>Раздел 1. Раздел 1. Физическая культура и спорт в зарубежных странах</b>			
Тема 1.1. 1. Введение. Физическая культура в Древнем мире	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	16	Тестирование
Тема 1.2. Физическая культура в средние века.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	15	Тестирование
Тема 1.3. Развитие физической культуры в странах востока	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	16	
Тема 1.4. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с 18 в до настоящего времени.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	15	
<b>Раздел 2. Раздел 2. История физической культуры и спорта в России</b>			
Тема 2.1. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России. Форма проведения: «практическое занятие».	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	15	
Тема 2.2. Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 века и начала 20 веков.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	15	Тестирование
Тема 2.3. Зарождение и развитие в России современных видов спорта	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	15	Тестирование

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
<b>Раздел 3. Международное спортивное движение</b>			
Тема 3.1. Международное олимпийское движение	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	20	Тестирование

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) Список рекомендуемой литературы основная

1. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум / Д. С. Алхасов. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2024. - 216 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/539729> . - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-15307-1 : 949.00. / .— ISBN 0\_522884

2. Пельменев Виктор Константинович. История физической культуры : учебное пособие для спо / В.К. Пельменев, Е.В. Конеева ; В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 184 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/517515> (дата обращения: 10.02.2023). - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - Электрон. дан. - ISBN 978-5-534-13023-2 : 649.00. / .— ISBN 0\_491158

### дополнительная

1. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : Учебное пособие Для СПО / Г.Н. Германов, А.Н. Корольков, И.А. Сабирова, О.И. Кузьмина. - Москва : Юрайт, 2021. - 793 с. - (Профессиональное образование). - <https://urait.ru/bcode/475600>. - <https://urait.ru/book/cover/39DB3879-CD8A-4BBC-A4EF-609286FA60FF>. - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - Электрон. дан. - ISBN 978-5-534-10350-2 : 1879.00. / .— ISBN 0\_278134

2. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : Учебное пособие Для СПО / Г.Н. Германов, А.Н. Корольков, И.А. Сабирова, О.И. Кузьмина ; Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А., Кузьмина О. И. - Москва : Юрайт, 2020. - 493 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/456546> (дата обращения: 26.10.2021). - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - Электрон. дан. - ISBN 978-5-534-10352-6 : 1249.00. / .— ISBN 0\_273026

3. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум / Д. С.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Алхасов. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2024. - 216 с. - (Профессиональное образование).  
- URL: <https://urait.ru/bcode/539729> . - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт,  
для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-15307-1 : 949.00. / .— ISBN 0\_522884

## учебно-методическая

1. Феоктистова В. П. История физической культуры : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» / В. П. Феоктистова ; УлГУ, Фак. физ. культуры и реабилитации. - 2019. - Загл. с экрана. - Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 390 КБ). - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. / .— ISBN 0\_41213.

Согласовано:

Специалист ведущий НБ УлГУ/ Стадольникова Д.Р. \_\_\_ 2024 г.

## б) Программное обеспечение

- Операционная система "Альт образование"
- Офисный пакет "Мой офис"

## в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

1.7. ЭБС **Znanium.com** : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

3. **eLIBRARY.RU**: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

4. **Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. **Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. **Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:  
Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / 2024 г. \_  
Должность сотрудника УИТТ ФНО

## 12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:


Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для выполнения лабораторных работ и практикумов, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций (*выбрать необходимое*)

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для представления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе:

- Мультимедийное оборудование: компьютер/ноутбук, экран, проектор/телевизор
- Компьютерная техника

## 13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:


- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Разработчик	Старший преподаватель	Ключникова Елена Анатольевна
	Должность, ученая степень, звание	ФИО

Разработчик  ст. преподаватель Ключникова Е.А.  
подпись должность ФИО