

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталья Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.04.2025 14:18:07  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**НОГИНСКИЙ ФИЛИАЛ**  
Федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Государственный университет просвещения»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Ногинского филиала Университета  
Д.С. Аксенов  
«28» февраля 2025 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.11. ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

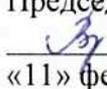
*«Общепрофессиональный цикл»  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»*

*Очная форма обучения*

**Московская область**  
**г. Ногинск**  
**2025**

## ОДОБРЕНО

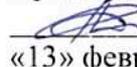
Предметной (цикловой) комиссией  
здоровьесберегающих и естественно-  
научных дисциплин  
Протокол №5  
от «11» февраля 2025 г.

Председатель ПЦК  
 М.П. Вышкварко  
«11» февраля 2025 г.

## СОСТАВЛЕНА

В соответствии с государственными  
требованиями к минимуму содержания и  
уровню подготовки выпускника по  
специальности: 49.02.01 «Физическая  
культура»

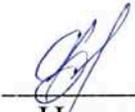
## СОГЛАСОВАНО

Методическим советом  
Ногинского филиала Университета  
Протокол №5  
от «13» февраля 2025 г.  
Председатель Методического совета  
 А.А. Дерябкин  
«13» февраля 2025 г.

Составители: Алхасов Д.С., к.п.н., преподаватель Ногинского филиала  
Университета

## Эксперты:

Внутренняя экспертиза

Техническая экспертиза:  Зеленина В.А., методист высшей  
квалификационной категории Ногинского филиала Университета

Содержательная экспертиза:  Вышкварко М.П., преподаватель  
высшей квалификационной категории Ногинского филиала Университета

Внешняя экспертиза

Содержательная экспертиза:  Коренкова С.Ю., директор МБОУ ЦО №3  
г. Ногинска

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного  
образовательного стандарта среднего профессионального образования по  
специальности 49.02.01 «Физическая культура», утвержденного приказом  
Министерства просвещения РФ от 11.11.2022 N 968.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами  
программы подготовки специалистов среднего звена по специальности  
49.02.01 «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС СПО.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Название разделов</b>	<b>стр.</b>
1. Паспорт программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	6
3. Условия реализации учебной дисциплины	12
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	15
5. Лист изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу	18

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.12 Теория и история физической культуры и спорта»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.12 Теория и история физической культуры и спорта» является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 08

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.5/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.6  ОК 01., ОК 2., ОК 04., ОК 08.,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения;</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта;</li> <li>- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;</li> <li>- правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры;</li> <li>- историю становления и развития зарубежных систем и отечественной системы физической культуры;</li> <li>- классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания;</li> <li>- основы обучения двигательным умениям и навыкам;</li> <li>- основы воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- нагрузка и отдых в физическом воспитании и способы их определения;</li> <li>- основные составляющие спортивной тренировки.</li> </ul>

	<p>и спортивной тренировки; - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.</p>	
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	114
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	32
в том числе:	
теоретическое обучение	62
практические занятия	32
<i>Самостоятельная работа</i>	12
<i>Консультации</i>	2
<b>Промежуточная аттестация (экзамен)</b>	<b>6</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта</b>		<b>24/6</b>	
<b>Тема 1.1</b> <b>Понятие о теории и истории физической культуры и спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6/2</b>	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.5/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	1. Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта	4	
	2. Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие 1. Привести примеры реализации основных задач физического воспитания применительно к системе общего образования, дополнительного образования, физкультурно-спортивной работе	1	
Практическое занятие 2. Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: общее образование, дополнительное образование, физкультурно-спортивная работа	1		
<b>Тема 1.2.</b> <b>Зарождение и развитие зарубежных систем физической культуры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/2</b>	ПК 1.2; ПК 1.3; ПК 2.4; ПК 3.2 ОК 2.
	1. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе	6	
	2. Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока		
	3. Физическая культура в Европе в буржуазном и капиталистическом обществе		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
Практическое занятие 3. Сравнительный анализ развития зарубежных систем физической культуры	2		
<b>Тема 1.3</b> <b>Зарождение и</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/2</b>	ПК 1.2; ПК 1.3; ПК 1.5
	1. Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в	8	

развитие отечественной системы физической культуры	период феодализма		ПК 2.4; ПК 3.2; ОК 02;
	2. Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с конца XVIII века и до 1917 года		
	3. Становление и развитие советской системы физической культуры		
	4. Современная физическая культура и спорт в Российской Федерации		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие 4. Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры	2	
<b>Раздел 2. Теоретико-методические основы физического воспитания</b>		<b>52/20</b>	
Тема 2.1. Средства физического воспитания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/2</b>	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	1. Классификация средств физического воспитания		
	2. Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики.	6	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие 5. Характеристика формы физического упражнения	2	
Тема 2.2. Методы физического воспитания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/4</b>	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2.,
	1. Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания.		
	2. Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания	6	
	3. Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	
	Практическое занятие 6. Применение методов физического воспитания	4	

			ОК 08.
<b>Тема 2.3. Принципы физического воспитания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4/2</b>	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	1. Система принципов физического воспитания и их характеристика	2	
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие 7. Реализация системы принципов физического воспитания	2	
<b>Тема 2.4. Нагрузка и отдых в физическом воспитании</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	1. Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки	4	
	2. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий.		
<b>Тема 2.5 Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/2</b>	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3/ <b>ВД 3 (2):</b>
	1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании	6	
	2. Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие 8. Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию	2	

			ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
<b>Тема 2.6</b> <b>Воспитание</b> <b>физических</b> <b>качеств</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>18/10</b>	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.3; ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 04, ОК 08.
	1. Понятие о физических качествах и способностях.	8	
	2. Силовые способности и методика их воспитания.		
	3. Скоростные способности и методика их воспитания.		
	4. Координационные способности и методика их воспитания.		
	5. Выносливость и методика её воспитания.		
	6. Гибкость и методика её воспитания.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>10</b>	
	Практическое занятие 9. Методическая разработка воспитания силовых способностей	2	
	Практическое занятие 10. Методическая разработка воспитания выносливости	2	
Практическое занятие 11. Методическая разработка воспитания скоростных способностей	2		
Практическое занятие 12. Методическая разработка воспитания двигательно-координационных способностей	2		
Практическое занятие 13. Методическая разработка воспитания гибкости	2		
<b>Раздел 3. Понятие о спорте</b>		<b>14/4</b>	
<b>Тема 3.1.</b> <b>Спорт как</b> <b>специфическая</b> <b>деятельность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ПК 1.2., ПК 1.3; ПК 1.5, ПК 1.6 ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.2/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.2, ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.2 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	1. Предпосылки возникновения спорта, специфические признаки спорта, 2. Социальные функции спорта	4	

<b>Тема 3.2.</b> <b>Характеристика</b> <b>тренировочно-</b> <b>соревнователь-</b> <b>ной</b> <b>деятельности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/4</b>	ПК 1.2., ПК 1.3; ПК 1.5, ПК 1.6 ПК 2.4; <b>ВД 3 (1):</b> ПК 3.1. – ПК 3.2/ <b>ВД 3 (2):</b> ПК 3.1. – ПК 3.2, ПК 3.5/ <b>ВД 3 (3):</b> ПК 3.1. – ПК 3.2 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	1. Структура спортивного движения в Российской Федерации. Цель и задачи спортивной тренировки	6	
	2. Основные стороны спортивной тренировки. Соревновательная деятельность в спорте		
	3. Разновидности тренировочных занятий и построение тренировки в циклах		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	
	Практическая работа 14. Подбор средств спортивной тренировки	2	
Практическая работа 15. Подбор методов спортивной тренировки	2		
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>12</b>	
<b>Промежуточная аттестация</b>		<b>6</b>	
<b>Всего:</b>		<b>94/32</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта».

Технические средства обучения:

- интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор или телевизор, подключенный к компьютеру;
- персональные компьютеры;
- принтер и сканер.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### **Основные источники:**

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.

2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с.

3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с.

5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с.

6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с.

7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с.

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3.

Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с.

### Электронные издания

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06071-3. — Текст: электронный.

2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва: КноРус, 2020. — 448 с. — ISBN 978-5-406-07304-9.— Текст : электронный.

3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л. П. Матвеев. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 342 с. — ISBN 978-5-906132-50-5. — Текст: электронный

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

5. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд., с измен. и дополн. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 432 с. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст: электронный

6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 793 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10350-2. — Текст: электронный

7. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10352-6. — Текст: электронный

8. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры: учебное пособие для среднего профессионального

образования / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст: электронный

#### **Дополнительные источники**

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный

#### Профессиональные базы данных

[pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru) - Официальный интернет-портал правовой информации

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Федеральный портал Российское образование

<https://sportrf.gov.ru/> - Государственная информационная система «Спорт»

<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/> - Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры;</li> <li>- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;</li> <li>- классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания;</li> <li>- основы теории обучения двигательным действиям;</li> <li>- основы обучения двигательным умениям и навыкам;</li> <li>- основы воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения;</li> <li>- основные составляющие спортивной тренировки.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет основные понятия теории физической культуры и спорта;</li> <li>- устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта;</li> <li>- описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;</li> <li>- перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки;</li> <li>- даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений»;</li> <li>- перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности;</li> <li>- описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности;</li> <li>- перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений;</li> <li>- даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»;</li> </ul>	<p>Устный опрос, проверочные работы, тестирование</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка;</li> <li>-перечисляет этапы обучение двигательному действию;</li> <li>-определяет особенности этапов обучения двигательному действию;</li> <li>- дает определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»;</li> <li>-перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- объясняет особенности методики воспитания физических качеств и способностей;</li> <li>- определяет понятия «нагрузка» «отдых»;</li> <li>- перечисляет функции спорта;</li> <li>-перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки;</li> <li>-описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении задач спортивной тренировки;</li> <li>- даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка»;</li> <li>-определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки;</li> <li>- даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»;</li> <li>-перечисляет признаки соревновательной деятельности;</li> </ul>	
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-перечисляет функций соревновательной деятельности;</li> <li>- описывает классификацию спортивных соревнований</li> </ul>	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения;</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта;</li> <li>- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;</li> <li>-правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности;</li> <li>- применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала;</li> <li>- определяет педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>- находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональной задачи</li> </ul>	Оценка результатов выполнения практической работы

## 5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

№ изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением;	
<b>БЫЛО</b>	<b>СТАЛО</b>
Основание:	
Подпись лица , утвердившего изменения	