

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Мурманский арктический государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.18.08 История физической культуры и спорта**

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

**основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки**

**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность (профили) Физическая культура.  
Безопасность жизнедеятельности**

(код и наименование направления подготовки  
с указанием направленности (наименования магистерской программы))

**высшее образование – бакалавриат**

уровень профессионального образования: высшее образование – бакалавриат / высшее образование –  
специалитет, магистратура / высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации

**бакалавр**

квалификация

**очная**

форма обучения

**2021**

год набора

**Составитель(и):** (указывается ФИО,  
ученое звание, степень, должность)  
Чуракова А.В., ст. преподаватель ка-  
федры физической культуры, спорта и  
безопасности жизнедеятельности

Утверждена на заседании кафедры  
физической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности факультета  
физической культуры  
и безопасности жизнедеятельности  
(протокол № 9 от 24.03.2021 г.)  
Переутверждена на заседании кафедры фи-  
зической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности факультета физической  
культуры и безопасности жизнедеятельности  
(протокол № 12 от 28.06.2021 г., № 9 от  
11.05.2022 г.)  
Зав. кафедрой



подпись

Ерохова Н.В.  
Ф.И.О.



**1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** - изучение общих закономерностей возникновения и развития физической культуры и спорта в жизни человеческого общества.

**2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

В результате освоения дисциплины (модуля) формируются следующие компетенции:

УК-5 - способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

| Компетенция   | Индикаторы компетенций  | Результаты обучения   |
|---|---|---|
| <p>УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p> | <p>УК-5.1. Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп.</p> <p>УК-5.2. Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России (включая основные события, основных исторических деятелей) в контексте мировой истории и ряда культурных традиций мира (в зависимости от среды и задач образования), включая мировые религии, философские и этические учения.</p> <p>УК-5.3. Умеет конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции.</p> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- термины и понятия по физической культуре и спорту;</li> <li>- основные этапы развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания;</li> <li>- историю развития основных форм международного спортивного движения;</li> <li>- становление и развитие физической культуры в общеобразовательной школе дореволюционной России, СССР и РФ;</li> <li>- эстетические, нравственные и духовные ценности основных систем физического воспитания и международного спортивного движения;</li> <li>- научно-прикладные основы использования физической культуры в различные периоды жизни человека.</li> </ul> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать процесс олимпийского образования школьников в соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию;</li> <li>- определить формы и методы включения олимпийского образования школьников в общую систему воспитательной работы в школе для решения задач воспитания и духовно-нравственного развития;</li> <li>- подобрать вопросы для школьников всех возрастов при проведении физкультурно-спортивных викторин, классных часов и т.п.;</li> <li>- доходчиво для школьников объяснить происхождение тех или иных физических упражнений (видов спорта);</li> <li>- формировать у детей потребности к физкультурно-спортивной деятельности для решения задач воспитания и духовно-нравственного развития;</li> <li>- применять полученные знания для формирования гражданской позиции.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- системой знаний об общих закономерностях возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на различных этапах существования человеческого общества.</li> </ul> |
|--|--|---|

### **3. УКАЗАНИЕ МЕСТА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.**

Дисциплина (модуль) «История физической культуры и спорта» относится к обязательной части образовательной программы.

**4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы или 108 часов (из расчета 1 ЗЕТ= 36 часов).

| Курс   | Семестр  | Трудоемкость в ЗЕТ | Общая трудоемкость (час.) | Контактная работа |          |           | Всего контактных часов | Из них в интерактивной форме | Кол-во часов на СРС       |                             | Курсовые работы | Кол-во часов на контроль | Форма контроля |
|--|----------|--------------------|---------------------------|-------------------|----------|-----------|------------------------|------------------------------|---------------------------|-----------------------------|-----------------|--------------------------|----------------|
|  |          |                    |                           | ЛК                | ПР       | ЛБ        |                        |                              | Общее количество часов на | из них – на курсовую работу |                 |                          |                |
| 2  | 4        | 3                  | 108                       | 10                | 16       | -         | 26                     | 8                            | 82                        | -                           | -               | -                        | зачет          |
| <b>ИТОГО в соответствии с учебным планом</b> |          |                    |                           |                   |          |           |                        |                              |                           |                             |                 |                          |                |
| <b>Итого:</b>                                | <b>3</b> | <b>108</b>         | <b>10</b>                 | <b>16</b>         | <b>-</b> | <b>26</b> | <b>8</b>               | <b>82</b>                    | <b>-</b>                  | <b>-</b>                    | <b>-</b>        | <b>-</b>                 | <b>зачет</b>   |

Интерактивная форма реализуется в виде дискуссий.

**5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.**

| № п/п | Наименование раздела, темы   | Контактная работа |    |    | Всего контактных часов | Из них в интерактивной форме | Кол-во часов на СРС | Кол-во часов на контроль |
|-------|--|-------------------|----|----|------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------------|
|       |  | ЛК                | ПР | ЛБ |                        |                              |                     |                          |
| 1     | Физическая культура в древнем мире   | 1                 | 1  | -  | 2                      | -                            | 8                   | -                        |
| 2     | Физическая культура в средние века   | 1                 | 1  | -  | 2                      | -                            | 8                   | -                        |
| 3     | Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока                   | 1                 | 1  | -  | 2                      | 1                            | 8                   | -                        |
| 4     | Зарубежные системы физической культуры и спорта                                    | 1                 | 1  | -  | 2                      | 1                            | 8                   | -                        |
| 5     | Физическая культура и спорт в России с древнейших времен до начала XX в.           | 2                 | 2  | -  | 4                      | 1                            | 8                   | -                        |
| 6     | Физическая культура и спорт в России с 20-х XX века до Великой Отечественной войны | 2                 | 2  | -  | 4                      | 1                            | 8                   | -                        |

|                            |   |           |           |          |           |          |           |          |
|----------------------------|---|-----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|
| 7                          | Физическая культура и спорт в России со второй половины 40-х годов до начала 90-х годов XX века | 2         | 2         | -        | 4         | 1        | 8         | -        |
| 8                          | Физическая культура и спорт в Российской Федерации  | -         | 2         | -        | 2         | 1        | 8         | -        |
| 9                          | Возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения                     | -         | 2         | -        | 2         | 1        | 8         | -        |
| 10                         | Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX-начале XXI века           | -         | 2         | -        | 2         | 1        | 10        | -        |
| <b>Итого за 4 семестр:</b> |   | <b>10</b> | <b>16</b> | <b>-</b> | <b>26</b> | <b>8</b> | <b>82</b> | <b>-</b> |
| <b>Зачет:</b>              |   | -         | -         | -        | -         | -        | -         | -        |
| <b>ИТОГО:</b>              |   | <b>10</b> | <b>16</b> | <b>-</b> | <b>26</b> | <b>8</b> | <b>82</b> | <b>-</b> |

### Содержание дисциплины (модуля)

#### Тема 1. Физическая культура в древнем мире

Предмет, его составные части, содержание задачи и значение. Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности. Физическое воспитание в родовом обществе. Физическая культура в рабовладельческом обществе. Физическая культура в Древнем Риме.

#### Тема 2. Физическая культура в средние века

Физическая культура раннего средневековья (5-9 в.в.). Физическая культура на этапе развитого средневековья (10-11 в.в.). Нормы, формы и средства военно-физической подготовки рыцарей. Физическая культура эпохи Возрождения. Гуманистические идеи Ф.Рабле, Т. Мора и др.

#### Тема 3. Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока

Восточные системы физической культуры как часть общей культуры. Истоки религиозной, философской йоги и йоги основанной на применении системы физических упражнений. Исторические причины зарождения ушу в Китае. Становление и развитие оздоровительного направления ушу. Исторические принципы возникновения каратэ на острове Окинава.

#### Тема 4. Зарубежные системы физической культуры и спорта

Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.А. Каменского и др. Движение филантропизма в Германии. Гимнастические и спортивно-игровые направления в конце 18 в. в Европе. Причины распространения гимнастического движения и спорта в мире. Взаимопроникновение средств физического воспитания, входящих в гимнастику и спорт. Влияние национально-буржуазных гимнастических и спортивно-игровых систем на современную физическую культуру.

### **Тема 5. Физическая культура и спорт в России с древнейших времен до начала XX в.**

Общая направленность воспитания детей в 6-9 веках. Воспитание в ранний период феодализма 9-12 веках. Игрища – основная форма занятий физическими упражнениями славян. Исторические условия развития русской культуры в 13-18 веках. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями. Вклад в дело развития физического воспитания научных трудов К.Д. Ушинского и других специалистов. П.Ф. Лесгафт – его вклад в разработку отечественной системы физического образования. Создание физкультурно-спортивных общественных организаций. Зарождение и развитие физических видов спорта. Издательская деятельность в области истории физической культуры и спорта.

### **Тема 6. Физическая культура и спорт в России с 20-х XX века до Великой Отечественной войны**

Наследие дореволюционного этапа теории, методики и практики физического воспитания и спорта. Становление государственной системы управления физической культуры и спорта. Создание Центрального научно-исследовательского института физической культуры. Роль общественных ученых в разработке проблем теории и практики физической культуры. Становление и развитие физического воспитания населения СССР. Становление и развитие физического воспитания в общеобразовательной школе. Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1918-1930). Комплекс ГТО – программная и нормативная основа физического воспитания в школе. Спортивная направленность в физическом воспитании школьников. Изменение приоритетной направленности физического воспитания в школе в сторону решения оздоровительных задач.

### **Тема 7. Физическая культура и спорт в России со второй половины 40-х годов до начала 90-х годов XX века**

Восстановление и дальнейшее развитие физкультурного движения. Спартакиада народов СССР. Развитие науки о физическом воспитании и спорте. Физическое воспитание и спорт в учебных заведениях.

### **Тема 8. Физическая культура и спорт в Российской Федерации**

Формирование федеральных и общественных структур управления физической культурой и спортом. Создание и деятельность Олимпийского комитета России. Физическая культура и спорт на современном этапе. Развитие адаптивной физической культуры и спорта. Научное и кадровое обеспечение физической культуры и спорта.

### **Тема 9. Возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения**

Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения. Первый международный атлетический конгресс. От олимпийской идеи к практике олимпийского движения.

### **Тема 10. Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX-начале XXI века.**

Развитие и демократизация международного спортивного и олимпийского движения. Олимпизм, МОК и его президенты. Игры Олимпиад. Олимпийские зимние игры. Проблемы современного олимпийского движения.

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМОГО ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).**

### **Основная литература:**

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/574B30DC-C56E-462D-9988-A7A560759B56](http://www.biblio-online.ru/book/574B30DC-C56E-462D-9988-A7A560759B56)
2. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебное пособие для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/447196>

### **Дополнительная литература:**

3. Олимпийское образование в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для академического бакалавриата / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 531 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-11112-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444498>

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

В образовательном процессе используются:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебная мебель, ПК, оборудование для демонстрации презентаций, наглядные пособия;
- помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду МАГУ.

### **7.1 ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ:**

- 7.1.1. Лицензионное программное обеспечение отечественного производства:
  - Kaspersky Anti-Virus
- 7.1.2. Лицензионное программное обеспечение зарубежного производства:
  - MS Office;
  - Windows 7 Professional;
  - Windows 10
- 7.1.3. Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства:
  - 7Zip;
  - DJVuReader;
  - FAR Manager
- 7.1.4. Свободно распространяемое программное обеспечение зарубежного производства:
  - Adobe Reader;
  - FlashPlayer;
  - K-Lite\_Codec\_Pack;
  - Mozilla FireFox;
  - VLC

### **7.2 ЭЛЕКТРОННО-БИБЛИОТЕЧНЫЕ СИСТЕМЫ:**



ЭБС «Издательство Лань» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Издательство Лань». – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>;

ЭБС «Электронная библиотечная система ЮРАЙТ» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>;

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]: электронно-периодическое издание; программный комплекс для организации онлайн-доступа к лицензионным материалам / ООО «НексМедиа». – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>.

### **7.3 СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ**

1. Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX
2. Электронная база данных Scopus

### **7.4. ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

1. Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

2. ООО «Современные медиа технологии в образовании и культуре».  
<http://www.informio.ru/>

## **8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ НА УСМОТРЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ КАФЕДРЫ**

Не предусмотрено.

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ**

Для обеспечения образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины может осуществляться в адаптированном виде, с учетом специфики освоения и дидактических требований, исходя из индивидуальных возможностей и по личному заявлению обучающегося.

