

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КУЗБАССКОЕ УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

Приложение
к ППСЗ по специальности
49.02.01 Физическая культура
год начала подготовки – 2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.11 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ленинск-Кузнецкий
2026

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.11 «Теория и история физической культуры и спорта»** разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г. № 968.

Организация – разработчик: ГПОУ «Кузбасское УОР»

Составитель: Химич Галина Александровна, преподаватель высшей квалификационной категории ГПОУ «Кузбасское УОР»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	41

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.11 «ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.11 «Теория и история физической культуры и спорта» является обязательной частью общепрофессионального цикла программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08. ПК 1.1. – ПК1.6., ПК 2.1-ПК2.4., ПК3.1. – ПК 3.6., ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32, ЛР.33, ЛР.35

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 2.1. – ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01, ОК 2, ОК 04, ОК 08	- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта; - использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; - правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; - находить и анализировать	- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры; - историю становления и развития зарубежных систем и отечественной системы физической культуры; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы обучения двигательным умениями навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки.

	информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.	
--	--	--

Личностные результаты

ЛР.1	Осознанно выражающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе.
ЛР.12	Проявляющий деятельное ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, их традициям, праздникам.
ЛР.14	Испытывающий чувство гордости за собственные спортивные достижения и достижения российских спортсменов
ЛР.19	Понимающий и деятельно выражающий понимание ценности межнационального, межрелигиозного согласия, способный вести диалог с людьми разных национальностей и вероисповеданий, находить общие цели и сотрудничать для их достижения
ЛР.29	Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию.
ЛР.32	Демонстрирующий и развивающий свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
ЛР.33	Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ЛР.35	Понимающий профессиональные идеалы и ценности, уважающий труд, результаты труда, трудовые достижения российского народа, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	104
В т. ч. в форме практической подготовки	42
В том числе:	
Теоретическое обучение	62
Практические занятия	36
Промежуточная аттестация/экзамен	6 (4+2)

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
Раздел 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта		5/2	
Тема 1.1	Содержание учебного материала	3	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
Понятие о Теории и истории физической культуры и спорта	1. Теория и история физической культуры как учебная дисциплина, понятийный аппарат теории и истории физической культуры и спорта.	2	
	2. Цель и задачи физического воспитания, система физического воспитания в Российской Федерации.	1	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	<i>Практическое занятие 1.</i> Анализ реализации основных задач Физического воспитания применительно к системе общего образования, Дополнительного образования, физкультурно-спортивной работе.	1	
	<i>Практическое занятие 2.</i> Характеристика различных направлений системы физического воспитания и спорта в РФ: общее образование, дополнительное образование, физкультурно-спортивная работа.	1	
Раздел 2. История физической культуры		29/8	
Тема 2.1.	Содержание учебного материала	8	ПК 1.1. – ПК 1.6; ПК 2.1. – ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.6 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
Становление и развитие зарубежных систем	1. Физическая культура в первобытнообщинном и рабовладельческом строе.	2	
	2. Физическая культура в Средние века в Европе и странах Востока.	2	
	3. Физическая культура в Европе в буржуазном капиталистическом обществе.	2	

физической культуры	4. Международное спортивное движение.	2	ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32, ЛР.33, ЛР.35
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	<i>Практическое занятие 3. Семинар «Сравнительный анализ развития зарубежных систем физической культуры».</i>	4	
Тема 2.2. Становление и развитие отечественной системы физической культуры	Содержание учебного материала	13	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
	1. Физическая культура древних славян. Народные формы физической культуры в период феодализма.	3	
	2. Зарождение государственных форм физической культуры в России в период с конца XVIII века и до 1917 года.	3	
	3. П.Ф. Лесгафт как основоположник физического воспитания и образования в России.	2	
	4. Становление и развитие советской системы физической культуры.	3	
	5. Современная физическая культура и спорт в Российской Федерации.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	<i>Практическое занятие 4. Сравнительный анализ развития отечественной системы физической культуры в разные периоды.</i>	4	
Раздел 3. Теоретические основы физического воспитания		55/22	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
Тема 3.1. Средства физического воспитания	Содержание учебного материала	8	
	1. Классификация средств физического воспитания.	2	
	2. Физические упражнения как основное средство физического воспитания.	2	
	3. Классификация, форма и содержание физических упражнений.	2	
	4. Техника физического упражнения и её основные характеристики.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	<i>Практическое занятие 5. Характеристика формы физического упражнения.</i>	2	
Тема 3.2. Методы физического воспитания	Содержание учебного материала	6	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
	1. Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания.	2	
	2. Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания.	2	
	3. Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания.	2	

	В том числе практических и лабораторных занятий	4	
	<i>Практическое занятие 6.</i> Планирование применения методов физического воспитания на учебных занятиях.	4	
Тема 3.3. Нагрузка и отдых в физическом воспитании	Содержание учебного материала	2	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
	1. Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки.	1	
	2. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями в системе занятий.	1	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	<i>Практическое занятие 7.</i> Характеристика и применение интервалов отдыха.	2	
Тема 3.4. Принципы физического воспитания	Содержание учебного материала	3	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32, ЛР.33, ЛР.35
	1. Система принципов физического воспитания и их характеристика.	1	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	<i>Практическое занятие 8.</i> Анализ реализации системы принципов физического воспитания.	2	
Тема 3.5 Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам	Содержание учебного материала	4	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
	1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.	2	
	2. Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям. Характеристика и содержание этапов.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	<i>Практическое занятие 9.</i> Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию.	2	
Тема 3.6 Воспитание физических качеств	Содержание учебного материала	12	ПК 1.1. – ПК 1.3; ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
	1. Понятие о физических качествах и способностях.	2	
	2. Силовые способности и методика их воспитания.	2	
	3. Скоростные способности и методика их воспитания.	2	
	4. Координационные способности и методика их воспитания.	2	
	5. Выносливость и методика её воспитания.	2	
	6. Гибкость и методика её воспитания.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	10	

	<i>Практическое занятие 10.</i> Презентация методических разработок воспитания силовых способностей.	2	
	<i>Практическое занятие 11.</i> Презентация методических разработок воспитания выносливости.	2	
	<i>Практическое занятие 12.</i> Презентация методических разработок воспитания скоростных способностей.	2	
	<i>Практическое занятие 13.</i> Презентация методических разработок воспитания двигательно- координационных способностей.	2	
	<i>Практическое занятие 14.</i> Презентация методических разработок воспитания гибкости.	2	
Раздел 4. Понятие о спорте		9/4	ПК 1.1. – ПК 1.3;
Тема 4.1. Спорт как специфическая деятельность	Содержание учебного материала	2	ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2,
	1. Предпосылки возникновения спорта, специфические признаки спорта.	1	ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08.
	2. Социальные функции спорта.	1	ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
Тема 4.2. Характеристика тренировочно-соревновательной деятельности	Содержание учебного материала	3	ПК 1.1. – ПК 1.3;
	1. Структура спортивного движения в Российской Федерации. Цель и задачи спортивной тренировки.	1	ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2, ПК 2.4; ПК 3.1. –
	2. Основные стороны спортивной тренировки. Соревновательная деятельность в спорте.	1	ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08. ЛР.1, ЛР.12,
	3. Разновидности тренировочных занятий и построение тренировок в циклах.	1	ЛР.14, ЛР.19,
	В том числе практических и лабораторных занятий	4	ЛР.32,
	<i>Практическая работа 15.</i> Подбор средств спортивной тренировки.	2	
	<i>Практическая работа 16.</i> Подбор методов спортивной тренировки.	2	
Промежуточная аттестация		6	ПК 1.1. – ПК 1.3;
Консультация		2	ПК 1.5; ПК 2.1., ПК 2.2,
Экзамен		4	ПК 2.4; ПК 3.1. – ПК 3.4 ОК 01., ОК 2., ОК 08. ЛР.1, ЛР.12, ЛР.14, ЛР.19, ЛР.32,
Всего:		104/42(6)	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 образовательной программы по данной специальности.

Кабинет «Теории и истории физической культуры и спорта».

№	Наименование оборудования ¹	Техническое описание ²
I Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование		
1	Рабочие места обучающихся	Столы и стулья, 26 посадочных мест
2	Рабочее место преподавателя	Рабочий стол, стул
Дополнительное оборудование		
1	Шкафы для книг	3 шкафа

II Технические средства		
Основное оборудование		
1	Демонстрационное и/или интерактивное оборудование	Ноутбук ASUSVivoBookMax; Проектор BENQ, Проекционный экран с ручным управлением Ecompu.
2	Лицензионное программное обеспечение	имеется
3	Компьютер с выходом в локальную и глобальную сеть Интернет	имеется
III Демонстрационные учебно-наглядные пособия		
1	Учебно-методический комплекс по дисциплине	Электронный
2	Учебные пособия	По разделам программы
2.1	Видеофильмы	
2.2	Презентации к урокам	
3	Дидактический и демонстрационный материал необходимый для организации качественного обучения	По разделам программы

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

¹

²

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Д.С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования/ Д.С.Алхасов.— Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 216 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.

3.2.2. Основные 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.—191с.—(Профессиональноеобразование).—ISBN978-5-534-06071-3.
— Текст: электронный.
2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + е 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-еизд. —Москва:Спорт-Человек,2021.— 520с.—ISBN978-5-907225-59-6.
— 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.—(Профессиональноеобразование).—ISBN978-5-534-10350-2.—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.—493с.—(Профессиональноеобразование).—ISBN978-5-534-10352-6.

— 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

9. Агеева,Г.Ф. Теорияи методика физической культуры и спорта/Г.Ф.Агеева,Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5- 507-45936-0.— Текст: электронный// Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292016>(дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.3. 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-еизд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN978-5-907225- 59-6.
— Текст: электронный

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>		
- основной понятийный аппарат теории и истории физической культуры; - историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - классификация и содержание средств, методов и принципов физического воспитания; - основы теории обучения двигательным действиям; - основы обучения двигательным умениям и навыкам; - основы воспитания физических качеств и способностей; - нагрузка и отдых в физическом воспитании, и способы их определения; - основные составляющие спортивной тренировки.	- Определяет основные понятия теории физической культуры и спорта; - Устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта; - описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки; - даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений»; - перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности; - описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности; - перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений; - даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»; - перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка; - перечисляет этапы обучения двигательному действию; - определяет особенности этапов обучения двигательному действию; - даёт определение понятиям «сила»,	Устный опрос, проверочные работы, тестирование

	«быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость»; -перечисляет и объясняет закономерности воспитания физических качеств и способностей; - объясняет особенности методики воспитания физических качеств и способностей; - определяет понятия «нагрузка» «отдых»; - перечисляет функции спорта; -перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки; -описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении задач спортивной тренировки; - даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка»; -определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки; - даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»; -перечисляет признаки соревновательной деятельности; -перечисляет функций соревновательной деятельности; - описывает классификацию спортивных соревнований	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- определять профессиональные цель и задачи и находить способы их решения; - осуществлять выбор средств и методов для решения задач физического воспитания и спорта;	- применяет знания истории физической культуры и спорта с учетом задачи профессиональной деятельности; - применяет терминологию в области физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала; - определяет педагогические	Оценка результатов выполнения практической работы

- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; - правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта; - оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки; - находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.	возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм в соответствии с целями и задачами физического воспитания и спортивной тренировки; -находит и использует информацию по теории и истории физической культуры и спорта в соответствии с профессиональной задачи	
--	--	--