Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ганеев Винер Валиахметович
Должность: Директор
Дата подписания: 02.11.2026 13:45:05
Уникальный программный ключ:
fceab25d7092f3bff743e8ad3f8d57fddc1f5e66

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий»

Бирский филиал

ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

УТВЕРЖДАЮ:
Декан
подписано ЭЦП Ардеев Р.Г.
(подпись, инициалы, фамилия)

«26» 02 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

История физической культуры и спорта
(наименование дисциплины)

ОПОП ВО программа бакалавриата
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
шифр и наименование направления подготовки (специальности)

направленность (профиль, специализация)

Физическая культура, Биология
наименование направленности (профиля, специализации)

форма обучения
очная
(очная, очно-заочная, заочная)

Бирск 2026 г.

Рабочая программа составлена на основании учебного плана основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профиль Физическая культура, Биология, одобренного ученым советом Бирского филиала Уфимского университета науки и технологий (протокол №7 от 27.02.2026 г.) и утвержденного директором Бирского филиала 27.02.2026.

Зав.кафедрой кафедры физической культуры и спорта *(наименование кафедры разработчика программы)*	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.
Разработчик программы	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.
Руководитель образовательной программы	*подписано ЭЦП*	Кудисова Е.А.

1. Цель дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

1.1. Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины: формирование знаний в области истории физической культуры и спорта, умений и владений анализировать основные этапы и закономерности исторического развития физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества для реализации образовательного процесса.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 1. – Результаты обучения по дисциплине

Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)		Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной
код компетенции	наименование компетенции	
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК-5.1. Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп
		УК-5.2. Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России
		УК-5.3. Демонстрирует понимание основных положений мировых религий, философских и этических учений

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 3 зачетные единицы (з.е.), 108 академических часов.

Таблица 2 – Объем дисциплины

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
Общая трудоемкость дисциплины	108	1 семестр - 108
Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (всего)	50	1 семестр - 50
в том числе:		
лекции	20	1 семестр - 20
лабораторные занятия	0	

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
практические занятия	30	1 семестр - 30
Другие виды работ в соответствии с УП:		
контрольная работа	0	
консультации	1	1 семестр - 1
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	58	1 семестр - 58
Из них:		
контроль	34.8	
ФКР:		
зачет	0	
зачет с оценкой	0	
курсовая работа (проект)	0	
экзамен	1.2	1 семестр - 1

3 Содержание дисциплины

Таблица 3 – Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности				Форма текущего контроля успеваемости
		Лек, час.	П, час.	Эк, час.	СРС, час.	
1 курс / 1 семестр						
1	История физической культуры и спорта в зарубежных странах					
1.1	Введение. Физическая культура в Древнем мире. Предмет, его составные части, содержание, цель, задачи, источники и значение ИФКиС. Связь ИФКиС с другими дисциплинами, ее роль в процессе интеграции профилирующих дисциплин, основной метод ее познания. Особенности физической культуры первобытного строя. Физическое воспитание в периоды родового и рабовладельческого общества. Направленность спартанской и афинской системы физического воспитания. Первые древние Олимпийские игры. Зарождение педагогической теории физического воспитания. Направленность физического воспитания в древнем Риме. Особенности физической культуры в странах Древнего Востока.	2	2		2	Тестирование, Практическое задание, Семинар
1.2	Физическая культура в средние века. Физическая культура раннего средневековья (V-IX вв.) (роль мировых религий на развитие физической культуры). Физическая	2	2		2	Семинар, Тестирование, Практическое задание

	культура на этапе развитого средневековья (X-XIV в.). Рыцарская система воспитания феодалов (основная направленность физического воспитания рыцарей, основная форма военно-физической подготовки феодалов). Физическая культура эпохи Возрождения (социалисты-утописты, педагоги, гуманисты о физическом воспитании человека).					
1.3	Физическая культура и спорт в зарубежных странах в период новой истории. Взгляды мыслителей на физическое воспитание. Гимнастическое и спортивно-игровое направления в конце XIII начале XX века. Национально-буржуазные гимнастические системы (виды и основоположники). Новые зарубежные системы физического воспитания. Внешкольное физическое воспитание (бойскаутское движение, «спорт на местности»). Милитаризация физического воспитания. Физическая культура и спорт в капиталистических странах. Физическая культура и спорт в социалистических странах. Создание профессионально-прикладной физической культуры и «спортивно-рекреационного» направления.	2	4		2	Семинар, Практическое задание, Тестирование
1.4	Создание и развитие систем физической культуры в странах Востока. Восточные системы физической культуры как часть общей культуры и образа жизни с философской и морально-этической базой. Истоки зарождения религиозной, философской йоги и йоги, основанной на применении системы физических упражнений. Исторические причины зарождения ушу в Китае. Развитие оздоровительного направления ушу. Исторические причины возникновения каратэ-до. Джиу-джитсу – источник зарождения японской борьбы дзюдо. Истоки зарождения боевого искусства таэквондо. Развитие в России в 20-е гг. джиу-джитсу В.С. Ощепковым, совершенствование его приемами национальных видов борьбы.	2	2			Тестирование, Практическое задание, Семинар
2	История отечественной физической культуры и спорта					

2.1	Физическая культура в России с древнейших времен до второй половины XIX в. Общая направленность воспитания детей в VI-IX вв. Воспитание в ранний период феодализма (IX-XII вв.). Древнеславянские летописи - источники познания физического воспитания древней Руси. Исторические условия развития русской культуры в XIII-XVIII вв. Региональные особенности содержания народных физических упражнений. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно-физического воспитания. Значение сочинения «Гражданство обычаев детских» для становления нового направления в детской педагогике – обучение этике поведения, личной гигиене физического воспитания. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами.	2	2		2	Тестирование, Практическое задание, Семинар
2.2	Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине XIX – начале XX в. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К.Д. Ушинского, Е.А. Покровского, Е.М. Дементьева и др. Развитие естественнонаучных основ физического воспитания в трудах русских физиологов И.М. Сеченова, И.П. Павлова, Н.И. Пирогова, Н.Е. Введенского. П.Ф. Лесгафт – его вклад в разработку отечественной системы физического образования (воспитания). Прогрессивная роль передовой интеллигенции, военных в создании общественных физкультурно-спортивных организаций (В.И. Срезневский, Г.А. Дюпперон, А.Д. Бутовский, Г.И. Рибопьер и др.). Зарождение и развитие современных видов спорта. Первые публикации по истории физической культуры и спорта.	2	2		2	Семинар, Тестирование, Практическое задание
2.3	Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Становление организационно-управленческих основ советской системы физического воспитания (различные	2	2		2	Практическое задание, Тестирование, Семинар

	направления развития физического воспитания в 20-30-е гг.), подготовка научно педагогических кадров; развитие научно-методических основ советской системы физического воспитания. Программно-нормативные основы советской системы физического воспитания: государственные учебные программы, Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР». Военно-физическая подготовка в годы Великой Отечественной войны. Развитие спортивной направленности в системе физического воспитания после великой отечественной войны: вступление спортивных организаций СССР в МСФ и МОК. Единая всесоюзная спортивная классификация (ЕВСК). Становление и развитие организационных форм советской системы физического воспитания. Массовые организационные формы работы с детьми по физической культуре и спорту (60-70 г.). Материально-техническое и финансовое обеспечение советской системы физического воспитания.					
2.4	Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в Российской федерации. Основы законодательства РФ о физической культуре и спорте. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ». Развитие массовой и оздоровительной физической культуры населения РФ. Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений. Разработка физкультурно-оздоровительных образовательных проектов по массовой физической культуре населения России.	2	2		2	Практическое задание, Семинар, Тестирование
2.5	Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе. Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1918-1930 гг.). Комплекс ГТО – программная и нормативная основа физического воспитания в школе. Школьная физическая культура предвоенного, военного		4		2	Семинар

	и послевоенного времени (1940-е гг.). Школьная физическая культура в период 1950-1980 гг. Спортивная направленность в физическом воспитании. Школьная физическая культура в Российской Федерации. Процесс дифференциации содержания школьных программ в РФ.					
3	Международное спортивное движение					
3.1	Международное спортивное движение по отдельным видам спорта. Образование международных спортивных федераций (МСФ) (причины создания МСФ, задачи и виды международных спортивных объединений), проведение международных соревнований по отдельным видам спорта, начиная с конца XIX века. Выдающиеся советские спортсмены. Участие российских и советских спортсменов в чемпионатах мира и Европы.	1	2		2	Семинар, Тестирование
3.2	Международное олимпийское движение. Возрождение современного международного олимпийского движения (МОД). Прогрессивная роль П. де Кубертена в МОД. Олимпийская хартия – единый кодекс основополагающих принципов организации и функционирования МОД. Краткая хронология летних олимпийских игр и участие в них советских и российских спортсменов. Краткая хронология зимних олимпийских игр и участие в них советских и российских спортсменов.Основные проблемы МСД, их состояние и разрешение: расовая дискриминация, взаимоотношение спорта с идеологией и политикой, демократизация МСД, коммерциализация, любительство и профессионализм, допинг в спорте, выбор городов на право проведения олимпийских игр, олимпийское образование.	1	2		2	Практическое задание, Семинар, Тестирование
3.3	Международное рабочее спортивное движение. Зарождение международного рабочего спортивного движения. Создание Лютеранского спортивного интернационала (ЛСИ) и красного спортивного интернационала (КСИ) как отражение	1	2		2	Семинар

	противостояния в МРСД на идеологической почве. Олимпиады рабочих спортсменов. Участие СССР в МРСД. Проведение Всемирных Олимпиад рабочих-спортсменов (1925, 1931, 1937). Участие советских спортсменов в соревнованиях по линии МРСД.					
3.4	Международное спортивное движение студентов. Международное студенческое спортивное движение: начало проведения чемпионатов мира, проведение Всемирных студенческих игр, начало проведения Универсиад. Международное спортивное движение в области массовой и оздоровительной физической культуры: создание первых международных организаций по физическому воспитанию, развитие в мире движения «Спорт для всех», вступление в него в конце 80-х гг. СССР.	1	2			Семинар
4	Экзамен			1	36	
Итого по 1 курсу 1 семестру		20	30	1	58	
Итого по дисциплине		20	30	1	58	

Таблица 4 – Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Наименование семинарских и практических работ	Объем, час.

4. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины. Баллы, выставляемые за конкретные виды деятельности представлены ниже.

Контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости

Тестовые задания

Описание тестовых заданий: тестовые задания включают тесты закрытого типа (с одним правильным ответом), тесты на установлении последовательности и на установление соответствия. Оценка за выполнение тестовых заданий выставляется на основании процента заданий, выполненных студентами в процессе прохождения промежуточного и рубежного контроля знаний

Тестирование, вариант 2

1. Причина появления античных Олимпийских игр
1) религиозный, языческий праздник в честь бога Зевса;
2) укрепление экономических, политических и культурных связей с другими народами;
3) демонстрация силы, ловкости, смелости атлетов;
4) соревнования атлетов по особой программе.
2. Форма движений, положенная в основу классификации упражнений в немецкой гимнастике
1) внешняя;
2) динамическая;
3) статическая;
4) сложная.
3. Сокольская гимнастическая система возникла
1) Чехия;
2) Швеция;
3) Франция;
4) Дания.
4. Создатель спортивно-игровой системы
1) Томас Арнольд;
2) Баден Пауэлл;
3) Иоганн Мюллер;
4) Лорд Байрон.
5. Гимнастическая система – основа современной спортивной гимнастики
1) сокольская;
2) немецкая;
3) французская;
4) индивидуальная.
6. Впервые советские спортсмены приняли участие в зимних Олимпийских играх в ### году.
7. Впервые советские спортсмены приняли участие в летних Олимпийских играх в ### году.

Тестирование, вариант 2

1. Установите соответствие между гимнастическими системами и их содержанием

1. шведская гимнастика	А) занятия на снарядах, разнообразные игры, собственно физические упражнения
2. немецкая гимнастика	Б) педагогическая, военная, врачебная, эстетическая
3. сокольская гимнастика	В) создание многообразных гимнастических снарядов
4. французская гимнастика	Г) упражнения без снарядов, снарядовые упражнения, групповые, боевые
5.	Д) гражданская, военная, лечебная, сценическая

2. Установите соответствие между гимнастическими системами и их создателями

1. Фридрих Ян	А) шведская гимнастическая система
2. Пьер Линг	Б) сокольская гимнастическая система
3. Франциско Аморос	В) немецкая гимнастическая система
4. Герхард Фит	Г) французская гимнастическая система
5. Фридрих Ницше	
6. Мирослав Тырша	

3.Установите соответствие между физкультурно-образовательными проектами и их целями

1. «СпАрт»	А) воспитание всесторонне развитых людей
2. «Презитенсткие состязания»	Б) создание детско-юношеского физкультурного движения
3. «Олимп»	В) выявление истоков и сохранение мировой и национальной культур
	Г) гуманизация современного спорта

4. Установите последовательность этапов формирования методики физвоспитания.
1: Платон
2: Матвеев Л.П.
3: Бернштейн Н.А.
4: Ленин В.И.
5: Лесгафт П.Ф.

5. Установите хронологическую последовательность событий.
1: Принята в рамках Европейского экономического сообщества Европейская хартия движения «Спорт для всех».
2: Состоялись первые Боливарианские спортивные игры.
3: Первое участие в олимпийских играх русских спортсменов.
4: Впервые проведены Олимпийские игры современности.
5:Впервые произнесена Олимпийская клятва судей.
6: Впервые произнесена Олимпийская клятва участников.
7: Впервые состоялись Международные университетские игры.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения тестовых заданий

Описание методики оценивания выполнения тестовых заданий: оценка за выполнение тестовых заданий ставится на основании подсчета процента правильно выполненных тестовых заданий.
Критерии оценки (в баллах)*:*

- **9-10** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 81 – 100 %;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 61 – 80 %;
- **4-6** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 41 – 60 %;
- **до 4** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 40 %;

Контрольная работа

Вариант 1.
1. Биологическая теория происхождения физических упражнений и игр.
2. Спартанская система физического воспитания.
3. Немецкая гимнастическая система.

Вариант 2.
1. Трудовая теория происхождения физических упражнений и игр.
2. Афинская система физического воспитания.
3. Французская гимнастическая система.

Вариант 3.
1. Научно-методологическая основа предмета ИФКиС.
2. Система физической подготовки рыцарей.
3. Шведская гимнастическая система.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания контрольной работы

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом контрольной работы максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно в теоретическом вопросе раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит аргументацию и пояснения.

Критерии оценки (в баллах):
- **9-10** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит пояснения; тестовые задания решены свыше, чем на 80%; уровень знаний, умений, владений – высокий;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если В теоретическом вопросе раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; кейс-задание решено верно, но решение не доведено до завершающего этапа; тесты решены на 60-80%. Уровень знаний, умений, владений – средний;
- **5-6** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе усвоено основное, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, практических занятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности невысокий, наблюдаются пробелы и неточности; в решение кейс-задания верно выполнены некоторые этапы; тесты решены на 40-60%; уровень знаний, умений, владений – удовлетворительный;

- менее 5 баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе не изложено основное содержание учебного материала, изложение фрагментарное, не последовательное; определения понятий не четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности очень низкий; тесты решены менее, чем на 40 %; уровень знаний, умений, владений – недостаточный.

Вопросы для семинаров

Особенности физической культуры первобытного строя.
Физическое воспитание в периоды родового и рабовладельческого общества.
Направленность спартанской и афинской системы физического воспитания.
Первые древние Олимпийские игры.
Зарождение педагогической теории физического воспитания.
Направленность физического воспитания в древнем Риме.
Особенности физической культуры в странах Древнего Востока.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на семинаре

При оценивании ответа на семинаре следует уделять внимание тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто ли содержание понятий, верно ли использованы научные термины; использованы ли при ответе ранее приобретенные знания; раскрыты ли в процессе причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать знениями, анализировать информацию.
Критерии оценки (в баллах):
- 5 баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания; раскрыты причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- 4 балла выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; демонстрируются хороший уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- 3 балла выставляется студенту, если недостаточно раскрыто основное содержание учебного материала, не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию низкий;
- 0-2 балла выставляется студенту, если не раскрыто содержание учебного материала, изложено фрагментарно, определения понятий не четкие; допущены значительные ошибки в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию очень низкий.

Практическое задание

1. Составить таблицу «Ученые и философы древности о физическом воспитании» и дать сравнительный анализ.

Ученый	**Влад в физическое воспитание**
Платон	
Аристотель	
Сократ	

Гиппократ	
Демокрит	

2. Составить таблицу о трудностях и перспективах российского спорта на основе выписок из периодической печати и проанализировать их.

Трудности российского спорта	Перспективы российского спорта

3. Составить таблицу «Основные системы физического воспитания в зарубежных странах» и проанализировать их:

Название системы	Авторы системы	Цели и задачи системы	Средства и методы физического воспитания	Снаряды, оборудование, инвентарь	Особенности системы и общая оценка

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения практических заданий

Описание методики оценивания: при оценке выполнения практического задания наибольшее внимание должно быть уделено тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны ли определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, использованы ли аргументированные доказательства, опыт деятельности, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высок уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.

Критерии оценки (в баллах) (должны строго соответствовать рейтинг плану по макс. и мин. колич. баллов и только для тех, кто учится с использованием модульно-рейтинговой системы обучения и оценки успеваемости студентов):

- **2 балла** выставляется студенту, если задание грамотно проанализировано, установлены причинно-следственные связи, демонстрируются умения работать с источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено оптимальное решение практического задания;
- **1 балл** выставляется студенту, если задание проанализировано поверхностно, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируются слабые умения работать с источниками информации, неуверенное владение навыками практической деятельности, найдено решение практического задания, но имеет значительные недочеты;
- **0 баллов** выставляется студенту, если задание не проанализировано, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируется отсутствие умения работать с источниками информации, не сформированы навыки практической деятельности, решение практического задания не найдено.

Реферат

1. История развития физической культуры и спорта в России.
2. История различных видов спорта (легкая атлетика, волейбол, баскетбол, гимнастика и т.д.) в мире, России, в регионах.
3. История Олимпийских игр как международного спортивного движения.
4. Проблемы Олимпийского образования.
5. Олимпийские игры современности.
6. Проблема олимпийского образования школьников РФ и РБ.
7. Участие российских и советских спортсменов в чемпионатах мира и Европы.
8. История научно-методических основ отечественной физической культуры и спорта.
9. Историко-теоретический анализ школьных программ по физической культуре в России.

10. Нормативные основы системы физического воспитания школьников в СССР и РФ.
11. Физкультурно-оздоровительные образовательные проекты по развитию массовой физической культуры школьников РФ.
12. Проблема олимпийского образования школьников.
13. Спорт как средство интернационального воспитания молодежи.
14. Анализ участия отечественных спортсменов в летних олимпийских играх.
15. Анализ участия отечественных спортсменов в зимних олимпийских играх.
16. Международное рабочее спортивное движение и участие в нем отечественных спортсменов.
17. Зарождение и развитие современных видов спорта в дореволюционной России.
18. П.Ф. Лесгафт – основоположник отечественной системы физического образования.
19. Участие спортсменов РБ в чемпионатах мира и Европы.
20. Участие отечественных спортсменов в Паралимпийском движении.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения реферата

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом реферата максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию.

Критерии оценки

- **9-10** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию, владение навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки в умении анализировать информацию, есть недочеты во владении навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **5-6** баллов выставляется студенту, если усвоено основное содержание материала, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы выводы и обобщения; уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы невысокий;
- **менее 5** баллов выставляется студенту, если не изложено основное содержание материала, изложение фрагментарное, не последовательное; не использованы выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы очень низкий.

Рабочая тетрадь

Тема: Физическая культура в средние века.

1. Заполните таблицу: «Развитие физической культуры в разных регионах мира в средние века».

Регион мира	Основные виды физической культуры	Характерные особенности и черты развития физической культуры	Общая оценка	Основные труды гуманистов эпохи Возрождения

Вопросы для самоконтроля:
1. Каковы особенности развития физической культуры и спорта в средние века?
2. Как относилась средневековая церковь к физическому воспитанию в различных регионах мира?
3. Каким было содержание физической подготовки рыцарей? В чём значение рыцарских турниров?
4. Как народные массы использовали физические упражнения и игры в борьбе за свои интересы?
5. Какова роль фехтовальных и стрелковых обществ в средневековых городах Европы?
6. Каковы особенности развития физической культуры в период средневековья в странах других регионов земного шара?
7. Каковы взгляды гуманистов и ранних социалистов-утопистов на физическое воспитание человека? В чём их различие?
8. Какое значение имело развитие физической культуры и спорта в средние века для последующих столетий?

Тема. Развитие физической культуры в СССР.

1. Составить таблицу основных показателей Всесоюзной Спартакиады 1928 года.

Время и место проведения Спартакиады	Задачи Спартакиады	Количество участников от СССР и зарубежных стран	Программа Спартакиады	Чемпионы Спартакиады (выборочно)	Трудности и недостатки спартакиады

2. Составить таблицу основных показателей Спартакиад народов СССР.

Годы проведения Спартакиад	Программа Спартакиад	Чемпионы Спартакиад (выборочно)	Значение Спартакиад	Особенности Спартакиад

3. Составить таблицу достижений советских спортсменов на Играх Олимпиад и зимних Олимпийских Играх.

№, год и место проведения Игр Олимпиад и зимних Олимпийских игр	Завоёванные медали			Неофициальный командный зачет		Имена 2-3 и более кратных олимпийских чемпионов
	золото	серебро	бронза	очки	место	

Вопросы для самоконтроля:
1. Каково было состояние физкультурного движения в стране в период от февраля к октябрю 1917 г.?
2. Какие установки были приняты партией большевиков и советской властью после победы Октябрьской революции?
3. Какие задачи стояли перед физкультурным движением в годы гражданской войны?
4. Какие изменения были внесены в организацию физического воспитания в школах?
5. Каковы были первые успехи в развитии спорта к началу 20-х гг.?
6. Какие задачи стояли в области физической культуры и спорта в связи с переходом к мирному строительству?
7. Чем знаменателен 1923 год для советского физкультурного движения?

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания рабочей тетради

Описание методики оценивания: при оценке заданий рабочей тетради наибольшее внимание должно быть уделено тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны ли определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, использованы ли аргументированные доказательства, опыт деятельности, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высок уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.

Критерии оценки (в баллах)

- 2 балла выставляется студенту, если задание грамотно проанализировано, установлены причинно-следственные связи, демонстрируются умения работать с источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено оптимальное решение или ответ;
- 1 балл выставляется студенту, если задание проанализировано поверхностно, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируются слабые умения работать с источниками информации, неуверенное владение навыками практической деятельности, найдено решение или ответ, но имеет значительные недочеты;
- 0 баллов выставляется студенту, если задание не проанализировано, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируется отсутствие умения работать с источниками информации, не сформированы навыки практической деятельности, решение не найдено ,правильный ответ не дан.

Экзаменационные билеты

Экзамен (зачет) является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций. Структура экзаменационного билета: в билете указывается кафедра в рамках нагрузки которой реализуется данная дисциплина, форма обучения, направление и профиль подготовки, дата утверждения; билет может включать в себя теоретический(ие) вопрос(ы) и практическое задание (кейс-задание).

Примерные вопросы к экзамену, 1 курс / 1 семестр

1. ИФК как учебная дисциплина, основные части, содержание, цели и задачи.
2. Физическое воспитание в периоды родового и рабовладельческого общества.
3. Физическая культура в Древней Греции.
4. Олимпийские игры в Древней Греции. Их значение для современного олимпийского движения.
5. Физическая культура в Древнем Риме.
6. Физическая культура в странах Древнего Востока.
7. Физическая культура на этапе раннего средневековья (V-IX вв.).
8. Физическая культура развитого средневековья (X-XIV вв.). Физическое воспитание светских феодалов.
9. Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XV-XVII вв.).
10. Гимнастическое и спортивно-игровое направления – основная характерная черта развития физического воспитания. Особенности их интеграции в конце XIX - начале XX вв.
11. Создание профессионально-прикладной физической культуры и «спортивно-рекреационного» направления в зарубежных странах.
12. Внешкольное физическое воспитание. Усиление его милитаризации в период между первой и второй мировыми войнами.
13. Физическая культура в развитых капиталистических странах после второй мировой войны.
14. История развития йоги. Значение йоги для решения оздоровительных задач физического воспитания на современном этапе.
15. Исторические причины зарождения ушу и его дальнейшее развитие.
16. Исторические причины возникновения каратэ-до.
17. Возникновение в Японии джиу-джитсу.

18. Истоки зарождения национального боевого искусства таэквандо.
19. Общая направленность воспитания детей в VI-IX вв.
20. Воспитание в ранний период феодализма (IX-XII вв.).
21. Историческое развитие русской культуры (XIII-XVIII вв.).
22. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно-физического воспитания в военных учебных заведениях.
23. Значение сочинения «Гражданство обычаев детских» для физического развития и воспитания детей.
24. П.Ф. Лесгафт – его вклад в разработку отечественной системы физического воспитания.
25. Зарождение и развитие в дореволюционной России современных видов спорта – тяжелой атлетики, конькобежного спорта, велоспорта и др.
26. Становление организационно-управленческих основ советской системы физического воспитания.
27. Развитие научно-методических основ советской системы физического воспитания.
28. Программно-нормативные основы советской системы физического воспитания.
29. Военно-физическая направленность в подготовке населения СССР в годы Великой Отечественной войны.
30. Организационные формы функционирования советской системы физического воспитания.
31. Материально-техническое и финансовое обеспечение советской системы физического воспитания.
32. Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1918-1930 гг.).
33. Школьная физическая культура предвоенного, военного и послевоенного времени (1940-ые гг.).
34. Школьная физическая культура в период 1950-1980 гг.
35. Школьная физическая культура в Российской Федерации.
36. Российские государственные структуры и общественные организации управления физической культурой и спортом.
37. Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений в России.
38. Разработка физкультурно-оздоровительных образовательных проектов по массовой физической культуре населения России («СпАрт», Президентские состязания», «Олимп» и др.).
39. Международное спортивное движение по отдельным видам спорта, участие в нем российских и советских спортсменов.
40. Возрождение современного олимпийского движения и его функционирование в настоящее время.
41. Международное рабочее спортивное движение, участие в нем спортсменов СССР.
42. Международное спортивное движение студентов, участие в нем спортсменов РФ.
43. Международное спортивное движение в области массовой и оздоровительной физической культуры.
44. Основные проблемы Международного спортивного движения.

Образец экзаменационного билета

<table>
<tr><td colspan="2">МИНОБРНАУКИ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ
Кафедра физической культуры и спорта</td></tr>
<tr><td>Дисциплина: История физической культуры и спорта</td><td>Курсовые экзамены 20__-20__ г.
Направление 44.03.05 Педагогическое</td></tr>
</table>

очная форма обучения 1 курс 1 семестр	образование (с двумя профилями подготовки) Профиль: Физическая культура, Биология
Экзаменационный билет № 1 1. Физическое воспитание в периоды родового и рабовладельческого общества. 2. П.Ф. Лесгафт – его вклад в разработку отечественной системы физического воспитания. 3. Решить практическое задание	
Дата утверждения: __.__._____	Заведующий кафедрой _____

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на экзамене

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10.
При оценке ответа на экзамене максимальное внимание должно уделяться тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, насколько ответ самостоятельный, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли раскрыты причинно-следственные связи, насколько высокий уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.
Критерии оценки (в баллах):
- **25-30 баллов** выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы билета, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Студент без затруднений ответил на все дополнительные вопросы. Практическая часть работы выполнена полностью без неточностей и ошибок;
- **17-24 баллов** выставляется студенту, если студент раскрыл в основном теоретические вопросы, однако допущены неточности в определении основных понятий. При ответе на дополнительные вопросы допущены небольшие неточности. При выполнении практической части работы допущены несущественные ошибки;
- **10-16** баллов выставляется студенту, если при ответе на теоретические вопросы студентом допущено несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Заметны пробелы в знании основных методов. Теоретические вопросы в целом изложены достаточно, но с пропусками материала. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос. Студент не решил задачу или при решении допущены грубые ошибки;
- **1-10 баллов** выставляется студенту, если ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при выполнении практических заданий. Студент не смог ответить ни на один дополнительный вопрос.

Перевод оценки из 100-балльной в четырехбалльную производится следующим образом:
- отлично – от 80 до 110 баллов (включая 10 поощрительных баллов);
- хорошо – от 60 до 79 баллов;
- удовлетворительно – от 45 до 59 баллов;
- неудовлетворительно – менее 45 баллов.

Задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме:

1 семестр - экзамен.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины.

Для проверки *знаний* используются вопросы и задания в различных формах.

Умения, навыки (или опыт деятельности) и компетенции проверяются с помощью компетентностно-ориентированных задач (ситуационных, производственных или кейсового характера) и различного вида конструкторов.

Все задачи являются многоходовыми. Некоторые задачи, проверяющие уровень сформированности компетенций, являются многовариантными. Часть умений, навыков и компетенций прямо не отражена в формулировках задач, но они могут быть проявлены обучающимися при их решении.

В каждый вариант включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине при использовании модульно-рейтинговой системы

Критериями оценивания при модульно-рейтинговой системе являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины:

для экзамена: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10.

Шкалы оценивания:

для экзамена:

от 45 до 59 баллов – «удовлетворительно»;

от 60 до 79 баллов – «хорошо»;

от 80 баллов – «отлично».

Рейтинг-план дисциплины

Таблица перевода баллов текущего контроля в баллы рейтинга

	5	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	5	3	2	2	1	1	1	1	1	1
2		5	4	3	2	2	2	2	2	1
3			5	4	3	3	3	2	2	2
4				5	4	4	3	3	3	2
5					5	5	4	4	3	3
6						5	5	4	4	3
7							5	5	4	4
8								5	5	4
9									5	5
10										5

Рейтинг-план дисциплины представлен в Приложении 1.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1. Основная учебная литература

1. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. – 2-е изд. – Москва : Спорт, 2017. – 432 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=475389.
2. История физической культуры и спорта : уч. пособие для студ. вузов, обуч.по спец.033100-Физическая культура / Б. Р. Голощапов .— 2-е изд., перераб. — Москва : Академия, 2004 .— 312 с.

5.2. Дополнительная учебная литература

1. История физической культуры : учеб. пособие для студ. фак. физич. культуры / И. Р. Федулина, Е. А. Голощапов ; Министерство образования РФ; БГПУ .— Уфа : Изд-во БГПУ, 2001 .— 86 с.
2. История физической культуры и спорта: учебнометодическое пособие для студентов (направления подготовки 44.03.01 и 44.03.05 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности») / Авт.-сост. В.С. Кругликова. – Бирск: Бирский филиал БашГУ, 2018. – 155 с.
3. История Древнего мира : учеб. и практ. для академ. бакалавриата / Т. В. Кудрявцева [и др.] ; под ред. Т. В. Кудрявцевой .— Москва : Юрайт, 2018 .— 437 с.
4. Олимпийское образование: история и развитие Международного олимпийского движения : учебное пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет» ; авт.-сост. О.В. Горбатых. – 2-е изд., доп. – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 124 с. URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457483
5. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов / Башкирский государственный университет ; авт. - сост. В.С. Кругликова .— Бирск : Бирский филиал БашГУ, 2018 .— Электрон. версия печ. публикации .— Доступ возможен через Электронную библиотеку БашГУ .— <URL:https://elib.bashedu.ru/dl/corp/Kruglikova_avt-sost_Istorija fiz kult i sporta_ump_Birsk_2018.pdf>.

5.3. Другие учебно-методические материалы

6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/.
2. Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/.

3. Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/.
4. Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elib.bashedu.ru/.
5. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru/.
6. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/.
7. Национальная платформа открытого образования npoed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://npoed.ru/.
8. Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://edu.bashkortostan.ru/.
9. Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.garant.ru/.

Программное обеспечение

1. Браузер Google Chrome - Бесплатная лицензия https://www.google.com/intl/ru_ALL/chrome/privacy/eula_text.html
2. LIBREOFFICE - Договор №0301400003023000002 от 14.03.2023 (бессрочный)
3. Операционная система Astra Linux - Договор 0301400003023000002 от 14 марта 2023 бессрочно

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория 1 а (компьютерный класс)(БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Компьютер, мебель. Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE 2. Браузер Google Chrome
Аудитория 203(ФМ)	Лекционная, Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Доска, мебель, проектор, экран.
Аудитория 301 Читальный зал (электронный каталог)(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютер, мебель, принтер, сканер hp scanyet g2410. Программное обеспечение 1. Браузер Google Chrome 2. LIBREOFFICE
Аудитория 4(БФ)	Для хранения оборудования	Ноутбук, учебно-методические пособия.
Читальный зал(ФМ)	Для курсового проектирования, Для самостоятельной работы	Компьютер, ксерокс, мебель, принтер, учебно-методические материалы.

		Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE 2. Операционная система Astra Linux