

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа дисциплины (модуля)
ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Направление и направленность (профиль)
49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
заочная

Владивосток 2026

Рабочая программа дисциплины (модуля) «История физической культуры» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (утв. приказом Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 г. N245).

Составитель(и):

Панкрашин Д.А.

Утверждена на заседании кафедры спортивно-педагогических дисциплин от 23.04.2026 , протокол № 8

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат	1575558447
Номер транзакции	0000000000FBBF61
Владелец	Барабаш О.А.

1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Целью освоения дисциплины История физической культуры является формирование у студентов, общепрофессиональных компетенций, связанных с дидактической и воспитательной деятельностью в образовательных организациях и организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта

Задачи освоения дисциплины:

- сформировать у студентов историческое знание о процессах и результатах, связанных с развитием методических основ теории и практики физической культуры и спорта.

- сформировать у студентов умения обеспечивать учебно-тренировочный и образовательный процесс организационно-методическими компонентами, с учетом исторической преемственности отечественного и зарубежного опыта.

- развить способности поиска лучших образцов методической практики сферы физической культуры и спорта.

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)	ОПК-14 : Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-14.1к : Демонстрирует знания принципов и направлений методической работы в контексте исторического развития педагогической мысли сферы физического воспитания и спорта	РД1	Знание	Знает исторические этапы развития методических основ теории и практики физической культуры и спорта Обосновывает историческую преемственность и эволюцию содержания компонентов методического обеспечения тренировочного процесса

В процессе освоения дисциплины решаются задачи воспитания гармонично развитой, патриотичной и социально ответственной личности на основе традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, представленные в таблице 1.2.

Таблица 1.2 – Целевые ориентиры воспитания

Воспитательные задачи	Формирование ценностей	Целевые ориентиры
Формирование гражданской позиции и патриотизма		
Воспитание уважения к истории и культуре России	Высокие нравственные идеалы	Любовь к стране

Формирование чувства гордости за достижения России	Историческая память и преемственность поколений	Любовь к стране
Формирование духовно-нравственных ценностей		
Воспитание чувства долга и ответственности перед семьей и обществом	Крепкая семья	Уважение к старшим
Формирование научного мировоззрения и культуры мышления		
Развитие познавательного интереса и стремления к знаниям	Высокие нравственные идеалы	Креативное мышление
Формирование коммуникативных навыков и культуры общения		
Воспитание культуры диалога и уважения к мнению других людей	Коллективизм	Гибкость мышления

2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Согласно требованиям ФГОС ВО дисциплина "История физической культуры" реализуется в рамках обязательной части учебного плана.

3. Объем дисциплины (модуля)

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обуче- ния	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудо- емкость	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттес- тации
				(З.Е.)	Всего	Аудиторная			Внеауди- торная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР		
49.03.01 Физическая культура	ЗФО	Б1.Б	1	4	13	4	8	0	1	0	131	Э

4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Структура дисциплины (модуля) для ЗФО

Тематический план, отражающий содержание дисциплины (перечень разделов и тем), структурированное по видам учебных занятий с указанием их объемов в соответствии с учебным планом, приведен в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля для ЗФО

№	Название темы	Код результата обучения	Кол-во часов, отведенное на				Форма текущего контроля
			Лек	Практ	Лаб	СРС	

1	История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности. Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе	РД1	2	2	0	35	Круглый стол № 1
2	Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Развитие физической культуры и спорта в Новой России.	РД1	2	2	0	30	Круглый стол № 4
3	Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах	РД1	0	2	0	30	Круглый стол № 2
4	Физическая культура в России с древнейших времен до 20-х гг. XX в	РД1	0	2	0	36	Круглый стол № 3
Итого по таблице			4	8	0	131	

4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ЗФО

Тема 1 История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности. Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.

Содержание темы: 1. Предмет, методология и периодизация физической культуры и спорта. 2. Политические, социально-экономические, культурные и военные функции физической культуры и спорта. 3. Методы изучения физической культуры и спорта. 4. Профессиональное и мировоззренческое значение курса истории физической культуры и спорта. .

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: проблемная лекция, обсуждение сообщений, круглый стол;.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Анализ литературных и интернет источников по темам лекций; конспектирование ключевого контента; теоретическая и операционная подготовка к практическим занятиям; комплексная подготовка к оперативному, текущему и промежуточному контролю.

Тема 2 Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Развитие физической культуры и спорта в Новой России.

Содержание темы: 1. Формирование организационно-управленческих основ советской системы физического воспитания в 1920-1930-е гг. 2. Физическая подготовка населения. 3. Создание военно-спортивных клубов и общественных физкультурных организаций. Подготовка научно-педагогических кадров. 4. Пути совершенствования спортивно-массовой работы среди населения. 5. Развитие отдельных видов спорта и создание добровольных спортивных обществ. Всесоюзная Спартакиада 1928 г. Развитие физической культуры на селе. 6. Программно-нормативные основы советской системы физического воспитания: государственные учебные программы, Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР», Единая всесоюзная спортивная классификация (ЕВСК). 7. Военно-прикладная направленность физического воспитания населения СССР в годы Великой Отечественной войны. 8. Советские спортсмены и физкультурники на фронтах Великой Отечественной войны. Развитие лечебной физической культуры в годы Великой Отечественной войны. 9. Восстановление и развитие физической культуры и спорта после Великой Отечественной войны. 10. Научные исследования в области физической культуры и спорта. 11. Первая Спартакиада народов

СССР 1956 г., ее значение для развития советского физкультурного движения и спорта. 12. Участие советских физкультурных организаций в работе международных спортивных движений в послевоенные годы. 13. Вступление спортивных организаций СССР в международные спортивные федерации (МСФ) и международный олимпийский комитет (МОК). 14. Массовые физкультурно-оздоровительные формы работы с населением в 1960-1970 гг. 15. Создание в 1980-х гг. новых форм функционирования физической культуры и спорта. 16. Материально-техническое и финансовое обеспечение советской системы физического воспитания. .

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Проблемная лекция; обсуждение сообщений, круглый стол.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: - анализ литературных и интернет источников по темам лекций; - конспектирование ключевого контента; - теоретическая и операционная подготовка к практическим занятиям; - комплексная подготовка к оперативному, текущему и промежуточному контролю.

Тема 3 Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах.

Содержание темы: 1. Физическая культура раннего средневековья (V-IX вв.). 2. Физические упражнения и игры сельского населения. 3. Физическая культура и спорт горожан. 4. Физическое воспитание феодальной знати. 5. Развитие физической культуры на этапе развитого средневековья (X-XIV вв.). 6. Физические упражнения в трудовой, военной и бытовой деятельности. 7. Образование в Западной Европе рыцарской системы физического воспитания фео-далов. 8. Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XV-XVII вв.). 9. Прогрессивная роль гуманистических идей В. Филitre, Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Кам-панеллы, И. Меркуриалиса, А. Везалия и др. в развитии физического воспитания. 1. Особенности развития физической культуры и спорта в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII и XVIII в. 2. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо, Я.А. Коменского, И. Песталоцци и др. 3. Движение филантропизма в Германии, его роль в развитии физического воспитания в школе. 4. Гимнастическое и спортивно-игровое направления – специфическая черта развития физического воспитания в XIX – начале XX в. в Германии, Швеции, Чехии, Франции, Ан-глии, США и др. странах. 5. Немецкое и шведское гимнастическое движение. Возникновение и развитие сокольской гимнастики. 6. Физическое воспитание в учебных заведениях. 7. Подразделение средств физического воспитания на спорт, гимнастику и игры. 8. Образование современных видов спорта. Зарождение предпринимательского и профессионального спорта. .

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Проблемная лекция; обсуждение сообщений, круглый стол.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: - анализ литературных и интернет источников по темам лекций; - конспектирование ключевого контента; - теоретическая и операционная подготовка к практическим занятиям; - комплексная подготовка к оперативному, текущему и промежуточному контролю.

Тема 4 Физическая культура в России с древнейших времен до 20-х гг. XX в.

Содержание темы: 1. Зарождение физической культуры у народов, проживающих на территории России. 2. Общая направленность физического воспитания детей в VI-IX вв. 3. Физическое воспитание в ранний период феодализма (IX-XII вв.) у восточных славян, народов Украины, Белоруссии, Кавказа, Прибалтики, Средней Азии и других регионов. 4. Военно-физическая подготовка русского войска. 5. Древнеславянские летописи XI-XIII вв. и древнейшие русские былины – источни-ки познания физического воспитания древней Руси. 6. Влияние особенностей развития русской культуры XIII-XVIII вв. на народные и государственные формы физического воспитания. 7. Региональные особенности

содержания народных физических упражнений: воен-но-физическая подготовка казачества, игры народов Севера, физические упражнения во-сточных славян, татар, башкир и др. 8. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы физиче-ского воспитания и развития физической культуры в Российской империи. 9. Введение физического воспитания в среде русского дворянства в качестве одного из обязательных учебных предметов. Физическое воспитание в военных учебных заведениях. Частные школы фехтования. 10. Первые спортивные соревнования. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами, полководцами XVIII в. (М.В. Ломоносов, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев, А.В. Суворов и др.). 11. Развитие физической культуры и спорта во второй половине XIX в. 12. Физическая культура и спорт в России до 20-х гг. XX в. .

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Проблемная лекция; обсуждение сообщений, круглый стол.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: - анализ литературных и интернет источников по темам лекций; - конспектирование ключевого контента; - теоретическая и операциональная подготовка к практическим занятиям; - комплексная подготовка к оперативному, текущему и промежуточному контролю.

5 Методические указания для обучающихся по изучению и реализации дисциплины (модуля)

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины и по обеспечению самостоятельной работы

5.2 Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

При необходимости обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (по заявлению обучающегося) предоставляется учебная информация в доступных формах с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

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

6 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю) созданы фонды оценочных средств. Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков

и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 1.

7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585856> (дата обращения: 19.05.2026).

2. Осипова, А. С. История физической культуры, олимпийское и паралимпийское образование : учебное пособие / А. С. Осипова. — Чита : ЗабГУ, 2022. — 154 с. — ISBN 978-5-9293-3059-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/363392> (дата обращения: 25.05.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.2 Дополнительная литература

1. Анисимов М. П., Трясов В. Б. История возникновения и развития физической культуры : Учебные пособия [Электронный ресурс] : Санкт-Петербургский государственный аграрный университет , 2020 - 78 - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/191308>

2. Лебедева О. Н., Корякина Е. А. Теория и история физической культуры и спорта. Специальность 49.02.01. «Физическая культура» : Учебно-методические пособия [Электронный ресурс] : Воронежская государственная академия спорта , 2021 - 130 - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/253751>

7.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы (при необходимости):

1. Образовательная платформа "ЮРАЙТ"
2. Электронно-библиотечная система "ЛАНЬ"
3. Электронно-библиотечная система "Лань" - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>
4. Open Academic Journals Index (ОАИ). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>
5. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prlib.ru/>
6. Информационно-справочная система "Консультант Плюс" - Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

Основное оборудование:

- Компьютеры
- Проектор

Программное обеспечение:

- Adobe Substance

- ❑ ESRI ArcReader
- ❑ iSpring Suite 6.2 Russian
- ❑ Microsoft Office Professional Plus 2010

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Фонд оценочных средств
для проведения текущего контроля
и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Направление и направленность (профиль)
49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
заочная

Владивосток 2026

1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции и	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)	ОПК-14 : Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-14.1к : Демонстрирует знания принципов и направлений методической работы в контексте исторического развития педагогической мысли сферы физического воспитания и спорта

Компетенция считается сформированной на данном этапе в случае, если полученные результаты обучения по дисциплине оценены положительно (диапазон критериев оценивания результатов обучения «зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). В случае отсутствия положительной оценки компетенция на данном этапе считается несформированной.

2 Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Компетенция ОПК-14 «Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса»

Таблица 2.1 – Критерии оценки индикаторов достижения компетенции

Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине			Критерии оценивания результатов обучения
	Код	Тип	Результат	
ОПК-14.1к : Демонстрирует знания принципов и направлений методической работы в контексте исторического развития педагогической мысли сферы физического воспитания и спорта	РД 1	Знание	Знает исторические этапы развития методических основ теории и практики физической культуры и спорта Обосновывает историческую преемственность и эволюцию содержания компонентов методического обеспечения тренировочного процесса	Обосновывает историческую преемственность и эволюцию содержания компонентов методического обеспечения тренировочного процесса

Таблица заполняется в соответствии с разделом 1 Рабочей программы дисциплины (модуля).

3 Перечень оценочных средств

Таблица 3 – Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)

Контролируемые планируемые результаты обучения	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства и представление его в ФОС	
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Заочная форма обучения			

РД1	Знание : Знает исторические этапы развития методических основ теории и практики физической культуры и спорта Обосновывает историческую преемственность и эволюцию содержания компонентов методического обеспечения тренировочного процесса	1.1. История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности. Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе	Дискуссия	Экзамен в устной форме
			Список вопросов	Экзамен в устной форме
		1.2. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Развитие физической культуры и спорта в Новой России.	Дискуссия	Экзамен в устной форме
			Список вопросов	Экзамен в устной форме
		1.3. Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах	Дискуссия	Экзамен в устной форме
			Список вопросов	Экзамен в устной форме
		1.4. Физическая культура в России с древнейших времен до 20-х гг. XX в	Дискуссия	Экзамен в устной форме
			Список вопросов	Экзамен в устной форме

4 Описание процедуры оценивания

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Вид учебной деятельности	Оценочное средство				
	Собеседование	Собеседование	Тест	Собеседование	Итого
Лекции	10				10
Практические занятия		20			20
Самостоятельная работа		10			10
Текущая аттестация			30	30	60
Итого	10	30	30	30	100

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендовой программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным к

		компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

5 Примерные оценочные средства

5.1 собеседование

Список вопросов для собеседования

1. История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности. Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.
2. Древний спорт на Африканском континенте, Америке и Азиатском регионе.
3. Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах.
4. Влияние вероисповедания на физическую культуру в средние века.
5. Физическая культура и спорт со второй половины 19 в. до конца 20 в.
6. Физическая культура до и после второй мировой войны.
7. История физической культуры и спорта в России. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России.
8. Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 в. и начале 20 в.
9. Становление и развитие Советской системы физического воспитания и спорта.
10. Международное спортивное движение. Олимпийское движение современности.
11. Советский и Российский спорт в олимпийском движении.
12. Зимние и летние олимпийские игры.

Краткие методические указания

Краткие методические указания

При подготовке к дискуссиям необходимо использовать материалы лекций, дополнительную литературу публицистического содержания. Обратить внимание на освоение основных категорий истории ФКиС. В процессе обсуждений занимает активную позицию. Также при подготовке к занятиям обратить внимание на вопросы для самостоятельного изучения. При составлении индивидуальных заданий необходимо учитывать свой практический опыт и других и подключать творческие способности.

Студенту дается 5 минут на доклад. Далее участники дискуссии задают вопросы по существу доклада. Ответы на поставленные вопросы должны быть аргументированы с помощью фактов из истории.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	35-40	Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание о основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.
4	30-34	Студент демонстрирует знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.
3	24-29	Студент демонстрирует фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата.

		йного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой.
2	19-23	Студент демонстрирует незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.
1	0-18	Студент демонстрирует полное незнание материала.

5.2 Контрольный тест

1. Установите соответствие между характеристиками (1–5) и типами обществ (А–Б), к которым они относятся. К каждой характеристике, данной в левом столбце, подберите соответствующий тип общества из правого столбца

Характеристики:		Типы обществ:		
1. Физическая активность как часть ритуальных обрядов и подготовки к охоте.		А) Первобытное общество		
2. Появление организованных спортивных состязаний (Олимпийские игры).		Б) Рабовладельческое общество		
3. Развитие военной подготовки и строевых упражнений.				
4. Физические упражнения как способ выживания и добычи пищи.				
5. Создание систем физического воспитания для элиты (например, спартанская агогэ).				
1	2	3	4	5

2. Установите соответствие между элементами физической культуры (1–6) и регионами их происхождения (А–В). К каждому элементу физической культуры из левого столбца, подберите соответствующий регион из правого столбца

Элементы физической культуры:		Регионы:			
1. Ритуальная игра в мяч «тлачтли» с человеческими жертвоприношениями		А) Азия			
2. Система «варзеш-е бастани» с силовыми упражнениями		Б) Доколумбова Америка			
3. Беговые традиции, предшественники марафонов		В) Африка			
4. Древние единоборства сумо					
5. Соревнования по метанию копья					
6. Гимнастические упражнения с элементами медитации					
1	2	3	4	5	6

3. Проанализируйте, как социально-экономические и культурные изменения в Европе в период с XII по XIX век повлияли на трансформацию физической культуры. В ответе: 1) сравните отношение к физическому воспитанию в Средние века и Новое время; 2) объясните, почему промышленная революция стала катализатором развития организованного спорта; 3) приведите примеры преемственности между средневековыми и современными видами физической активности.

Ответ:

4. Сравните влияние христианства, ислама и восточных религий (буддизма/даосизма) на развитие физической культуры в Средние века. В ответе: 1) раскройте отношение каждой религии к телесным практикам; 2) объясните, как религиозные нормы формировали специфику физического воспитания; 3) приведите примеры современных видов спорта, сохранивших связь с этими традициями.

Ответ:

5. Расположите события в хронологическом порядке от самого раннего к самому позднему:

1. Создание первых профессиональных спортивных лиг (НБА, НФЛ)
2. Включение адаптивного спорта в программу Паралимпийских игр
3. Возрождение Олимпийских игр современности
4. Использование спорта как инструмента холодной войны
5. Массовое развитие физкультурного движения в СССР

6. Коммерциализация футбольных чемпионатов Европы
7. Появление телевизионных трансляций спортивных событий
8. Введение допинг-контроля на международных соревнованиях

3	5	1	7	4	6	8	2
---	---	---	---	---	---	---	---

6. Расположите события в правильном хронологическом порядке. Напишите цифры от 1 (самое раннее) до 5 (самое позднее).

События:

- А) Массовое развитие телевизионных спортивных трансляций
- Б) Создание комплекса ГТО в СССР
- В) Первые Паралимпийские игры для спортсменов с инвалидностью
- Г) Использование спорта для пропаганды в фашистской Германии
- Д) Коммерциализация футбольных чемпионатов в Европе

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7. Какой из перечисленных факторов наиболее значительно повлиял на развитие физической культуры в дореволюционной России?

Варианты ответов:

- а) Создание первых спортивных клубов по европейскому образцу
- б) Традиционные народные игры и состязания
- в) Военно-физическая подготовка в учебных заведениях
- г) Указы царского правительства о массовом спорте

Ответ:

8. Какой фактор в наибольшей степени ограничивал массовое развитие физической культуры в России во второй половине XIX – начале XX века?

Варианты ответов:

- а) Недостаток спортивных сооружений
- б) Элитарный характер спортивного движения
- в) Отсутствие интереса у населения к физической активности
- г) Запреты со стороны церкви на занятия спортом

Ответ:

9. Какие три характеристики наиболее точно описывают советскую систему физической культуры в период 1920-1950-х годов? (Выберите несколько вариантов)

Варианты ответов:

- А) Развитие исключительно профессионального спорта
- Б) Массовое физкультурное движение через систему ГТО
- В) Использование спорта как инструмента идеологии
- Г) Полная изоляция от международных соревнований
- Д) Сочетание военной подготовки и оздоровительных программ
- Е) Приоритет коммерческих спортивных мероприятий

Ответ:

10. Какие три утверждения наиболее точно характеризуют современное олимпийское движение? (Выберите несколько вариантов)

Варианты ответов:

- А) Способствует международному сотрудничеству и популяризации спорта
- Б) Ориентировано исключительно на профессиональных спортсменов
- В) Включает борьбу с допингом и поддержку гендерного равенства
- Г) Полностью избегает коммерциализации и политического влияния
- Д) Развивает инклюзивные программы (Паралимпийские, Сурдлимпийские игры)
- Е) Сохраняет только традиционные виды спорта без изменений

Ответ:

11. Установите соответствие между событиями (1–5) и периодами (А–Б) истории олимпийского спорта в СССР/России.

События:	Период
----------	--------

1) Дебют на Олимпиаде в Хельсинки с мгновенным успехом	А) СССР в Олимпийском движении			
2) Участие под нейтральным флагом из-за санкций WADA	Б) Россия в Олимпийском движении			
3) Золотая серия хоккеистов и гимнасток в Олимпийских играх				
4) Проведение первых зимних Игр в Сочи				
5) Рекордные 80 медалей на домашней Олимпиаде				
1	2	3	4	5

12. Расположите события в хронологическом порядке от самого раннего к самому позднему.

1. Первые зимние Олимпийские игры в Шамони
2. Дебют российских спортсменов под нейтральным флагом
3. Возрождение летних Олимпиад в Афинах
4. Включение кёрлинга и сноуборда в программу зимних Игр
5. Проведение первых юношеских Олимпийских игр
6. Телевизионная революция: трансляции Игр в цвете
7. Совместное проведение Олимпиады и Паралимпиады

8.						
----	--	--	--	--	--	--

Краткие методические указания

Приведенные тесты являются заданиями закрытого и открытого типа. В заданиях закрытого типа (на установления соответствия или последовательности) Вам необходимо внимательно прочитать представленные списки и сопоставить их элементы сформировав пары (тройки) элементов, записать в соответствующие ячейки номер выбранного элемента.

В заданиях открытого типа необходимо внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса, продумать логику и полноту ответа, записать ответ, используя четкие компактные формулировки.

Шкала оценки

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	15-20	92-100% правильных ответов
4	10-14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

Перечень ответов по темам собеседования

Тема 1 История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности. Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.

Ответ: История физической культуры и спорта изучает возникновение, развитие и роль физических практик в жизни общества и личности, раскрывая их социальные, культурные и воспитательные функции. В первобытном обществе физическая активность была неотъемлемой частью выживания, включая охоту, борьбу и ритуальные танцы, которые развивали силу, ловкость и выносливость. С переходом к рабовладельческому строю, особенно в древних цивилизациях (Египет, Месопотамия, Греция, Рим), физическая культура приобрела более организованные формы: военная подготовка, спортивные состязания (например, Олимпийские игры в Древней Греции) и системы физического воспитания, которые подчёркивали гармонию тела и духа, а также служили инструментом укрепления власти и социального контроля.

Тема 2. Древний спорт на Африканском континенте, Америке и Азиатском регионе.

Ответ: Физическая культура и спортивные традиции древних цивилизаций Африки, Америки и Азии отличались самобытностью и тесной связью с ритуальными практиками и военной подготовкой. В Африке, особенно в Древнем Египте, были популярны состязания по борьбе, стрельбе из лука и гребле, а в Эфиопии развивались беговые традиции, предшествовавшие современным марафонам. В доколумбовой Америке ацтеки и майя практиковали ритуальную игру в мяч («тлачтли»), сочетавшую спортивные элементы с религиозными обрядами, а инки устраивали соревнования по бегу и метанию копья. В Азии, помимо известных китайских боевых искусств и индийской йоги, в Персии существовала система физической подготовки «варзеш-е бастани», включавшая силовые упражнения, а в Японии уже в древности формировались традиции сумо и других единоборств. Эти разнообразные практики демонстрируют, как физическая активность становилась неотъемлемой частью культурной идентичности древних народов.

Тема 3 Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах.

Ответ: В Средние века физическая культура в Европе развивалась под влиянием феодального строя и христианской церкви, которая часто осуждала телесные удовольствия, но поддерживала военную подготовку рыцарей, включавшую верховую езду, фехтование и турниры. В то же время в странах Востока (Китай, Индия, арабский мир) сохранялись традиционные системы физического совершенствования, такие как йога, ушу и конные игры. В Новое время (XVI–XIX вв.) в Европе возродился интерес к античным идеалам гармоничного развития личности, что привело к появлению первых систем гимнастики (Я. А. Коменский, И. Г. Песталоцци, Ф. Л. Ян), распространению фехтования, верховой езды и народных игр. Промышленная революция и рост городов способствовали развитию организованного спорта, появлению спортивных клубов и международных соревнований, заложивших основы современного олимпийского движения.

Тема 4. Влияние вероисповедания на физическую культуру в средние века.

Ответ: В Средние века религия оказывала влияние на развитие физической культуры, формируя подходы в христианском и исламском мире. В Европе католическая церковь относилась к телесным упражнениям с подозрением, считая их проявлением греховной плотской природы, однако поддерживала рыцарские турниры как часть системы христианского воспитания, а также допускала народные игры в рамках церковных праздников. Страны, проповедующий ислам, сохраняли традиции физической подготовки (фехтование, стрельба из лука, конный спорт), регламентировали их в соответствии с нормами шариата, запрещая смешанные соревнования и излишнюю зрелищность. На Востоке буддизм и даосизм способствовали развитию духовных практик (цигун, йога), рассматривавших тело как инструмент духовного совершенствования, что создало уникальный синтез физической и религиозной культуры.

Тема 5 Физическая культура и спорт со второй половины 19 в. до конца 20 в.

Ответ: Со второй половины XIX века физическая культура и спорт пережили значительную трансформацию, став частью массовой культуры и общественной жизни. Возрождение Олимпийских игр в 1896 году по инициативе Пьера де Кубертена символизировало глобализацию спорта, а развитие международных соревнований способствовало формированию единых правил и стандартов. В XX веке спорт стал инструментом политики, особенно в период холодной войны, когда СССР и США использовали спортивные достижения для демонстрации превосходства своих систем. Параллельно росла популярность профессионального спорта, коммерциализация которого привела к созданию крупных лиг (НФЛ, НБА, футбольные чемпионаты Европы) и превращению спортсменов в мировых звезд. В то же время во многих странах развивалась система физического воспитания, пропагандировавшая здоровый образ жизни, а к концу века особое внимание стало уделяться адаптивному спорту для людей с ограниченными возможностями.

Тема 6 Физическая культура до и после второй мировой войны.

Ответ: До Второй мировой войны физическая культура в разных странах развивалась в рамках национальных систем воспитания, военной подготовки и идеологических установок: в СССР она стала частью государственной политики (комплекс ГТО, развитие спортивных обществ), в фашистской Германии и Италии использовалась для пропаганды расового превосходства, а в США и Западной Европе набирали популярность профессиональный спорт и студенческие соревнования. После войны физическая культура претерпела значительные изменения: в социалистических странах она оставалась инструментом идеологии и массовой оздоровительной работы, тогда как на Западе акцент сместился на коммерциализацию спорта, развитие телевизионных трансляций и международных соревнований. В этот период также усилилось внимание к спортивной науке, олимпийскому движению и паралимпийским программам, что способствовало глобализации физической культуры как важного элемента здорового образа жизни и международного сотрудничества.

Тема 7 История физической культуры и спорта в России. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России.

Ответ: Физическая культура в дореволюционной России развивалась в основном через народные формы физического воспитания, тесно связанные с традициями, бытом и природными условиями. Среди наиболее распространенных видов физической активности были кулачные бои («стенка на стенку»), борьба, лапта, городки, катание на санях и лыжах, а также верховая езда, особенно у казаков и кочевых народов. В XVIII–XIX веках под влиянием европейских тенденций стали появляться первые спортивные клубы, гимнастические общества и военно-физическая подготовка в учебных заведениях, однако массовый спорт оставался уделом городской элиты, тогда как крестьянство сохраняло традиционные игры и состязания как часть народной культуры. Эти формы физического воспитания заложили основу для последующего развития спорта в России, сочетая национальные традиции с элементами организованной физкультуры.

Тема 8 Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 в. и начале 20 в.

Ответ: Во второй половине XIX – начале XX века в России началось активное становление системы физического воспитания и развитие современных видов спорта под влиянием европейских тенденций. В этот период появились первые спортивные клубы (например, «Петербургский кружок любителей спорта», 1864), стали проводиться соревнования по конькобежному спорту, велоспорту, тяжелой атлетике и футболу, а в 1890-х годах зародилось олимпийское движение, в котором российские спортсмены впервые приняли участие в 1908 и 1912 годах. Одновременно в учебных заведениях внедрялась гимнастика по немецкой и шведской системам, а в армии – военно-физическая подготовка.

Важную роль сыграло создание в 1911 году Российского олимпийского комитета, что способствовало интеграции страны в международное спортивное пространство. Однако, несмотря на прогресс, развитие физической культуры носило в основном элитарный характер, охватывая преимущественно городское население и образованные слои общества.

Тема 9 Становление и развитие Советской системы физического воспитания и спорта.

Ответ: После Октябрьской революции 1917 года в СССР начала формироваться принципиально новая система физического воспитания, основанная на идеях всеобщей доступности, связи с трудовой и военной подготовкой. В 1920-е годы был создан Всеобуч (всеобщее военное обучение), включавший физическую подготовку, а в 1931 году введен комплекс ГТО («Готов к труду и обороне»), ставший основой массового физкультурного движения. Спорт рассматривался как важный инструмент воспитания «нового человека» и пропаганды социалистических ценностей, что выразилось в создании сети спортивных обществ («Динамо», «Спартак»), развитии дворовых спортивных секций и строительстве стадионов. После Второй мировой войны советская система достигла международных высот: СССР дебютировал на Олимпиадах в 1952 году и быстро превратился в спортивную сверхдержаву, демонстрируя успехи в гимнастике, хоккее, легкой атлетике и других дисциплинах, что подчеркивало преимущества социалистического строя в условиях холодной войны.

Тема 10 Международное спортивное движение. Олимпийское движение современности.

Ответ: Современное олимпийское движение, возрожденное Пьером де Кубертенем в 1896 году, превратилось в глобальное явление, объединяющее спортсменов со всего мира под эгидой Международного олимпийского комитета (МОК). Сегодня оно не только сохраняет традиционные ценности fair play, дружбы между народами и стремления к совершенству, но и активно адаптируется к вызовам времени, включая борьбу с допингом, гендерное равенство и экологические инициативы. Наряду с летними и зимними Олимпиадами развиваются Паралимпийские, Сурдлимпийские и другие специализированные игры, расширяя инклюзивность спорта. При этом олимпийское движение сталкивается с политизацией, коммерциализацией и проблемами мега-событий, оставаясь при этом мощным инструментом международного сотрудничества и популяризации здорового образа жизни.

Тема 11 Советский и Российский спорт в олимпийском движении.

Советский спорт впервые громко заявил о себе на Олимпийских играх 1952 года в Хельсинки, где СССР сразу занял второе место в неофициальном командном зачёте, положив начало эпохе спортивного доминирования, которое продолжалось до распада Союза в 1991 году — за это время советские спортсмены завоевали 1204 олимпийские медали, установив рекорды в гимнастике, тяжёлой атлетике, лёгкой атлетике и хоккее. После 1991 года Россия как правопреемница СССР продолжила олимпийские традиции, выступая под собственным флагом с 1994 года, однако на фоне политических и экономических изменений столкнулась с новыми вызовами, включая допинговые скандалы (особенно вокруг ОИ-2014 в Сочи), что привело к ограничениям участия российских атлетов в Играх под национальной символикой. Несмотря на это, российские спортсмены остаются одними из сильнейших в мире, демонстрируя выдающиеся результаты как в традиционно сильных видах (художественная гимнастика, синхронное плавание, борьба), так и в новых дисциплинах, сохраняя преемственность советской спортивной школы.

Тема 12 Зимние и летние олимпийские игры.

Ответ: Зимние и летние Олимпийские игры, проводимые под эгидой Международного олимпийского комитета (МОК), представляют собой главные события мирового спортивного календаря, чередующиеся каждые два года. Летние Игры, возрождённые в 1896 году, включают более 30 видов спорта (от лёгкой атлетики до

плавания) и собирают около 10 000 спортсменов, тогда как зимние (проводятся с 1924 года) объединяют 15 дисциплин (хоккей, фигурное катание, биатлон и др.) с участием 3 000 атлетов. Особое значение имеет разница в географии проведения: если летние Олимпиады часто принимают страны с тёплым климатом (Бразилия-2016, Австралия-2000), то зимние требуют специфической инфраструктуры (Сочи-2014, Пхёнчхан-2018). Несмотря на различия, оба формата сохраняют олимпийские ценности — дружбу, уважение и стремление к совершенству, хотя сталкиваются с общими вызовами: коммерциализацией, политизацией и проблемами устойчивого развития.

Ключи к тестам

1.

1	2	3	4	5
А	Б	Б	А	Б

2.

1	2	3	4	5	6
Б	В	А	В	Б	В

3. Ответ: В период с XII по XIX век физическая культура в Европе претерпела кардинальную трансформацию: если в Средние века она выполняла преимущественно утилитарные функции (военная подготовка рыцарей, народные игры крестьянства) и находилась под контролем церкви, то в Новое время, с возрождением гуманистических идеалов, стала рассматриваться как средство гармоничного развития личности. Промышленная революция XVIII–XIX веков, вызвавшая массовую урбанизацию и необходимость организованного досуга, способствовала институционализации спорта — появились первые гимнастические системы (Яна, Линга), спортивные клубы и стандартизированные правила соревнований. При этом сохранилась преемственность традиций: средневековое фехтование трансформировалось в вид спорта, конные турниры — в современный конный спорт, а народные игры (например, английский «футбол толпой») легли в основу организованных командных видов. Эти изменения отразили переход от сословного общества к индустриальному, где физическая культура стала инструментом не только подготовки к труду, но и формирования гражданской идентичности.

4. Ответ: В Средние века религия играла ключевую роль в формировании физической культуры, создавая уникальные модели в разных регионах мира. Христианская Европа, несмотря на первоначальное осуждение телесных практик как греховных, постепенно интегрировала их в систему ценностей через рыцарские турниры и народные игры в религиозные праздники, подчеркивая воспитательную функцию. В исламском мире физическая культура развивалась в строгих рамках шариата, сохраняя военные традиции (фехтование, стрельба из лука), но исключая излишнюю зрелищность и смешанные соревнования. На Востоке буддизм и даосизм превратили физические практики (цигун, йога) в инструмент духовного совершенствования, создав холистический подход к развитию личности. Эти религиозно-обусловленные различия заложили основы современных спортивных традиций: от европейского спортивного рыцарства до восточных оздоровительных систем, демонстрируя глубокую связь между верой и физическим воспитанием в истории человечества.

5.

3	5	1	7	4	6	8	2
---	---	---	---	---	---	---	---

6.

1	2	3	4	5
Б	Г	В	А	Д

7. Правильный ответ: б) Традиционные народные игры и состязания

Обоснование:

Народные формы (кулачные бои, лапта, городки) были массовыми и охватывали все слои населения, особенно крестьянство, составлявшее большинство. В то время как спортивные

клубы и военная подготовка касались лишь узких групп городского населения, а государственной системы массового спорта не существовало.

8. Правильный ответ: б) Элитарный характер спортивного движения

Обоснование правильного ответа (3–4 предложения):

Развитие физической культуры в этот период охватывало преимущественно городское население и образованные слои общества, о чем прямо сказано в тексте. Спортивные клубы, олимпийское движение и современные виды спорта были доступны в основном аристократии и буржуазии. Крестьянство (основная часть населения) продолжало заниматься традиционными народными играми, не вовлекаясь в организованные формы физкультуры.

9. Правильный ответ Б), В), Д).

Обоснование правильных ответов:

1. **ГТО** – стал основой массового вовлечения населения в физкультуру (упомянуто в тексте)
2. **Идеология** – спорт использовался для пропаганды социализма (прямо указано)
3. **Военная подготовка** – Всеобуч и связь с обороной (подтверждено в тексте)

10. Правильный ответ: А), В), Д).

Международное сотрудничество – Олимпиады объединяют спортсменов разных стран.

Борьба с допингом и гендерное равенство – МОК активно работает над этими вопросами.

Инклюзивность – Паралимпийские и другие игры расширяют доступность спорта.

11.

1	2	3	4	5
А	Б	А	Б	А

12.

3	1	6	7	4	5	2
---	---	---	---	---	---	---