

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  
2024

Форма обучения  
очная

Владивосток 2025

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., старший преподаватель, Кафедра спортивно-педагогических дисциплин, Pankrashin.DA@vvsu.ru*

Утверждена на заседании кафедры спортивно-педагогических дисциплин от 21.05.2025 , протокол № 5

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат	1575558447
Номер транзакции	0000000000E850DB
Владелец	Барабаш О.А.

## 1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

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-Ф3)	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
<b>Формирование гражданской позиции и патриотизма</b>		
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
<b>Формирование духовно-нравственных ценностей</b>		
Воспитание чувства долга и ответственности перед семьей и обществом	Крепкая семья	Уважение к старшим
<b>Формирование научного мировоззрения и культуры мышления</b>		
Развитие познавательного интереса и стремления к знаниям	Высокие нравственные идеалы	Креативное мышление
<b>Формирование коммуникативных навыков и культуры общения</b>		

Воспитание культуры диалога и уважения к мнению других людей	Коллективизм	Гибкость мышления
--	--------------	-------------------

## 2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

### 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 обучения	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоемкость (з.е.)	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттестации		
					Всего	Аудиторная			Внеаудиторная					
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР				
49.03.01 Физическая культура	ОФО	Б1.Б	1	4	55	18	36	0	1	0	89	Э		

## 4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

### 4.1 Структура дисциплины (модуля) для ОФО

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 ОФО

№	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	4	0	10	Собеседование
2	Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах.	РД1	2	4	0	10	Собеседование
3	Физическая культура и спорт со второй половины 19 в. до конца 20 в.	РД1	2	4	0	8	Собеседование
4	Физическая культура до и после второй мировой войны.	РД1	2	4	0	8	Собеседование

5	История физической культуры и спорта в России. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России.	РД1	2	4	0	10	Собеседование
6	Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 в. и начале 20 в.	РД1	2	4	0	9	Собеседование
7	Становление и развитие Советской системы физического воспитания и спорта.	РД1	2	4	0	10	Собеседование
8	Международное спортивное движение. Олимпийское движение современности.	РД1	2	4	0	10	Собеседование
9	Советский и Российский спорт в олимпийском движении.	РД1	2	4	0	14	Собеседование
<b>Итого по таблице</b>			<b>18</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>89</b>	

#### 4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ОФО

*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. 5. Зарождение физической культуры в первобытно-общинном обществе. 6. Развитие физической культуры в древних государствах Ближнего Востока (Месопотамия, Египет и др.). 6. Система физического воспитания в Древней Греции и Риме. 7. Олимпийские игры в Древней Греции.

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.

*Тема 2 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 феодалов. 8. Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XV-XVII вв.). 9. Прогрессивная роль гуманистических идей В. Фильltre, Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Кампанеллы, 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 вв. 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, Англии, 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 операциональная подготовка к практическим занятиям; - комплексная подготовка к оперативному, текущему и промежуточному контролю.

### *Тема 3 Физическая культура и спорт со второй половины 19 в. до конца 20 в.*

Содержание темы: Новые зарубежные системы физического воспитания; профессиональноприкладная физическая подготовка; распространение «спортивно - рекреационного» направления; бойскаутское движение; физическая культура в развитых капиталистических странах после II мировой войны. Формирование современного физического воспитания во 2-ой половине XIX и в начале XX в. Кризис систем гимнастики. Создание научных основ физического воспитания. Дифференциация форм и направлений в гимнастике. Формирование соревновательного спорта. Система физического воспитания Ж.Демени. Естественнонатуралистическая система Г.Эбера. Возникновение внешкольных физкультурных организаций и рекреационных движений. Деятельность религиозных организаций по развитию физической культуры. Полувоенные молодежные движения. Роль Р.Пауэлла в зарождении скаутского движения. Создание территориальных и заводских рекреационных организаций. Развитие и укрепление международного спортивного движения. Создание общегосударственных спортивных союзов и международных спортивных федераций. Согласование спортивной техники и правил проведения соревнований. Возникновение системы всемирных соревнований по отдельным видам 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 операциональная подготовка к практическим занятиям; - комплексная подготовка к оперативному, текущему и промежуточному контролю.

### *Тема 4 Физическая культура до и после второй мировой войны.*

Содержание темы: В предвоенные годы свои коррективы внесли сложная международная обстановка и реальная угроза войны. В 1939 г. был утвержден новый комплекс ГТО. В немнезначительно усиlena военно-физическая направленность. К обязательным нормам были отнесены бег на различные дистанции, преодоление полосы препятствий (для юношей — 150 м с винтовкой), плавание в одежде, стрельба из малокалиберной винтовки, гимнастика (упражнения типа «зарядки»), лыжная подготовка (для районов со снежной зимой), пеший поход (для бесснежных районов), теоретические знания основ советской системы физической культуры и основ гигиены. В 1942 г. Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта внес изменения в комплекс ГТО с целью его соответствия требованиям военного времени. Нормализация работы по физическому воспитанию и развитию спорта после Второй мировой войны столкнулась с большими трудностями. На оккупированной территории было разрушено более 4 тыс.

спортивных залов в начальных и средних школах и 334 – в институтах. На Украине и в Белоруссии почти не осталось ни одного учреждения, занимавшегося ранее физическим воспитанием. Погибли или стали нетрудоспособными 18% специалистов по физическому воспитанию и 15% дипломированных тренеров. В то же время перед физкультурным и спортивным движением в СССР были поставлены большие задачи. Советское государство, несмотря на трудности, связанные с восстановлением народного хозяйства, уделяло постоянное внимание деятельности физкультурных организаций. И к 1947 г. в спортивном движении страны были ликвидированы последствия военных разрушений. Число спортсменов, регулярно занимающихся спортом, увеличилось до 5,4 млн. человек, т.е. превысило почти 100000 показатели 1940 года. В целях повышения спортивного мастерства были учреждены должности государственного тренера по видам спорта и открыто 80 спортивных школ для молодежи. В 1951 г. вводятся новые программы по физической культуре, согласно которым на 1-м и 2-м курсах вузов были введены обязательные занятия физической культурой.

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.

#### *Тема 5 История физической культуры и спорта в России. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России.*

Содержание темы: Физическое воспитание в первобытном обществе, в период раннего феодализма; кулачные бои; народные формы физического воспитания; государственные формы физического воспитания, развития теории и практики государственных форм физического воспитания. Физическая культура народов бывшего СССР с древнейших времен до 2-ой половины XIX в. Народные игры и забавы. Традиции в физическом воспитании молодежи. Популярные виды физических упражнений в России, на Кавказе, в Средней Азии. Петровские реформы, их вклад в распространение физической культуры в России. Физическая подготовка в армии и учебных заведениях России в дооктябрьский период. Первые официальные указы. Деятельность А.В.Суворова, М.И.Кутузова и других военноначальников по физической подготовке в армии. Подготовка физкультурных кадров. Деятельность министерства народного просвещения.

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.

#### *Тема 6 Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 в. и начале 20 в.*

Содержание темы: Педагогические и естественно - научные основы отечественной физической культуры. Создание системы физического воспитания в России. Физическое воспитание в образовательных учреждениях и общественных физкультурно-спортивных организациях. Зарождение современных видов спорта. Образование Российского Олимпийского комитета. Российские Олимпиады 1913 и 1914 годов. Возникновение и развитие естественно-научной и педагогической мысли в области физического воспитания в России. Труды ученых, врачей, педагогов, государственных деятелей по проблемам физического воспитания. Педагогическая деятельность П.Ф. Лесгафта, сущность его системы физического воспитания. Спортивное движение в России со 2-ой половины XIX в.

до 1917 г. Создание первых спортивных команд, клубов, лиг, союзов. Появление спортивной литературы. Проведение первых соревнований. Участие российских спортсменов в международных встречах. Участие в Олимпийских играх. Роль и деятельность А.Д. Бутовского в распространении олимпизма в России. Организация и проведение Всероссийских олимпиад.

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.

*Тема 7 Становление и развитие Советской системы физического воспитания и спорта.*

Содержание темы: Становление государственных органов управления физической культурой и спортом. Научно-методические основы советской системы физического воспитания. Программная и нормативная основа советской системы физического воспитания. Военнофизическая направленность в подготовке населения СССР в годы ВОВ. Развитие спортивной направленности в системе физического воспитания. Организационные формы советской системы физического воспитания. Материально-техническое и финансовое обеспечение советской системы физического воспитания. Начало развития советской системы физической культуры (1917-1920 гг.). Работа врачебно-санитарных органов. Роль Всевобуча в развитие спорта. Съезды по физической культуре, спорту и допризывной подготовке. Создание высшего совета физической культуры. Физическая культура в СССР в 20-30-е годы. Организация государственного органа физической культуры. Создание спортивных обществ. Общесоюзные соревнования. Итоги международных спортивных встреч. Проведение Всесоюзной спартакиады 1928 г.: сущность, содержание и идейная направленность. Роль партийных и профсоюзных органов. Борьба с уклонизмом в физкультурном движении. Подготовка физкультурнопедагогических кадров. Создание и развитие программно-нормативных основ советской системы физического воспитания. Создание комплекса ГТО, его сущность и задачи функционирования. Роль комсомола в развитии комплекса ГТО. Создание Единой всесоюзной спортивной классификации: цели и задачи классификации, ее содержание и сущность. Физическая культура в СССР накануне и в годы Великой Отечественной войны. Организация всесоюзных чемпионатов и первенств. Проведение Всесоюзных парадов физкультурников. Подготовка физкультурных кадров. Состояние материальной базы. Становление советской спортивной науки. Военизация физкультурного движения. Спортивная жизнь в годы войны. Создание ДСО «Трудовые резервы». Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Форма Ф-Рабочая программа дисциплины Тема 12.Программные и нормативные основы советской системы.

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.

*Тема 8 Международное спортивное движение. Олимпийское движение современности.*

Содержание темы: Международное спортивное движение по отдельным видам спорта. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время. Олимпийская хартия. Игры Олимпиад и олимпийские зимние игры. МОК и его президенты.

Олимпийские конгрессы. Создание международного, рабочего, культурного и спортивного союза. Роль организаций научно-методического характера и других общественных объединений в развитии МСД (ЮНЕСКО, СИЕПС). Развитие международного олимпийского движения во второй половине 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.

### *Тема 9 Советский и Российской спорт в олимпийском движении.*

Содержание темы: Возрождение НОК. Вступление СССР в международное олимпийское движение. Олимпийский триумф спортсменов СССР. Создание ОКР. Выступление российских спортсменов на международной арене и ОИ. Политика и российский спорт.

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. История физической культуры: практикум : учебное пособие / составители В. Г. Петрякова, В. С. Денисенко. — Ставрополь : СКФУ, 2021. — 106 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/386582> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
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: 09.09.2025). — 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. Теория и история физической культуры и спорта. Специальность 49.02.01. «Физическая культура» : учебно-методическое пособие / О. Н. Лебедева, Е. А. Корякина. — Воронеж : ВГАС, 2021. — 130 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/253751> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

1. Электронно-библиотечная система "ЛАНЬ"
2. Электронно-библиотечная система "Лань" - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>
3. Open Academic Journals Index (OAJI). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>
4. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prlib.ru/>
5. 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  
2024

Форма обучения  
очная

Владивосток 2025

## 1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
49.03.01 «Физическая культура» (Б-Ф3)	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 ре- з- та	Тип ре- з- та	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
Очная 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.	Тест	Собеседование
		1.2. Физическая культура в средние века. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах.	Тест	Собеседование
		1.3. Физическая культура и спорт со второй половины 19 в. до конца 20 в.	Тест	Собеседование
		1.4. Физическая культура до и после второй мировой войны.	Тест	Собеседование
		1.5. История физической культуры и спорта в России. Народные формы физического воспитания в дореволюционной России.	Тест	Собеседование
		1.6. Создание и развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине 19 в. и начале 20 в.	Тест	Собеседование
		1.7. Становление и развитие Советской системы физического воспитания и спорта.	Тест	Собеседование
		1.8. Международное спортивное движение. Олимпийское движение современности.	Тест	Собеседование
		1.9. Советский и Российский спорт в олимпийском движении.	Тест	Собеседование

#### 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.

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, обнаживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умеет применять их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: освоенные 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 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 подготовки 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 сновной 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 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 характеристики, 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
2	3
3	4
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 «гладиаторы» 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
2	3
3	4
4	5
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»), сочетающую 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 Всевобуч (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 Кубертеном 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 Российской 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 зачете, 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, тяжелой атлетике, легкой 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, возрожденные в 1896 году, включают более 30 видов спорта (от легкой 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 стандартизованные 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** – Всевобуч 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
---	---	---	---	---	---	---