

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Тема занятия, его цель и задачи

Тема: История физической культуры и спорта зарубежных стран.

Цель - узнать особенности становления физической культуры и спорта в зарубежных странах в разные этапы развития.

Задачи: 1. Определить этапы развития физической культуры и спорта в зарубежных странах.

2. Выявить особенности развития физической культуры и спорта в Древнем мире.

3. Выявить особенности развития физической культуры и спорта в Средние века.

4. Выявить особенности развития физической культуры и спорта в Новое и Новейшее время.

Основные понятия, которые должны быть усвоены обучающимися в процессе изучения темы (перечень понятий): спартанская система, гимнасия, палестрика, орхестрика, гладиаторские бои.

Вопросы к занятию:

1. Знать различия спартанской и афинской систем гимнастики.

2. Знать основных педагогических мыслителей в области физического воспитания в зарубежных странах.

3. Физическое воспитание разных слоев общества.

4. Гладиаторские бои.

Вопросы для самоконтроля:

1. Пояснить, почему Спартанская система считалась жесткой системой гимнастики.

2. Что пытались отобразить авторы в своих трудах «Утопия» и «Город Солнца»

3. Кто принимал участие в гладиаторских боях

4. Что такое «рыцарские турниры»

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

| Разделы и темы для самостоятельного изучения | Виды и содержание самостоятельной работы |
|---|---|
| История физической культуры и спорта зарубежных стран | Составить таблицу, в которой отобразить сходства и различия физического воспитания в странах Древнего Мира. |

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема: «Отечественная история физической культуры и спорта».

Цель- познакомиться с зарождением физической культуры и спорта в нашей стране.

Задачи: 1. Выделить этапы становления физической культуры и спорта в России с древнейших времен и до настоящего времени.

2. Определить особенности физической культуры и спорта на каждом этапе.
3. Обозначить особенности развития физической культуры и спорта в период Великой отечественной войны.

Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы

Спортивно-гимнастическое движение

П.Ф. Лесгафт

Сокольническое движение

2. Вопросы к занятию

1. Особенности развития физической культуры в России с древнейших времен до XVIII.
2. Физическое воспитание и спорт в народном быту и у дворян в России (XVIII-XIX в.в.).
3. Физкультурное и спортивное движение в дореволюционной России. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях.
4. Развитие физической культуры и спорта в первые годы советской власти. Значение Всеобуча на становление системы физического воспитания в Советской республике.
5. Становление физической культуры и спорта в СССР 1925-1941 гг. Образование Всесоюзного комитета по делам физической культуры и спорта. Введение физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» и Единой Всесоюзной спортивной классификации.
6. Усиление милитаризации физической культуры и спорта накануне Второй мировой войны.
7. Перестройка советского физкультурного движения накануне и в годы Великой Отечественной войны.
8. Развитие физической культуры и спорта в СССР в период с 1945 до 1991г. Отечественная школа спорта на международной спортивной и олимпийской арене в 1960-х – 1990-х гг.
9. Современное состояние физкультурного движения в России (кадры, массовый спорт, наука, материальная база и др.).

4. Вопросы для самоконтроля

1. Различия в физическом воспитании и спорте в народном быту и в быту дворянства.
2. Современные виды спорта в России в начале 20 века.

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

| Разделы и темы для самостоятельного изучения | Виды и содержание самостоятельной работы |
|---|---|
| Отечественная история физической культуры и спорта. | доклад, таблица, конспект о деятельности П.Ф.Лесгафта |

1) Выступление по следующим темам докладов:

1. Н.Г. Чернышевский, Н.А. Добролюбов о физическом воспитании
2. К.Д. Ушинский о физическом воспитании
3. Вклад Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова в создание научно-теоретических основ русской национальной системы физического воспитания

2) Составить таблицу «Развитие физической культуры и спорта в России к началу XX века»:

| Учебные заведения, в которых проводилось | Крупнейшие спортивные организации в стране | Наиболее распространенные виды спорта в России | Крупнейшие спортивные соревнования в России | Участие спортсменов России в международных | Общая оценка состояния и развития |
|--|--|--|---|--|-----------------------------------|
| | | | | | |

| | | | | | |
|-----------------------|--|--|--|---------------|---------------------------------------|
| физическое воспитание | | | | соревнованиях | физической культуры и спорта в стране |
| | | | | | |

1. Система физического образования П.Ф. Лесгафта (конспект).

Тема: «Олимпийское движение».

Цель – познакомиться с историей олимпийского движения.

Задачи:

1. Определить предпосылки возникновения и первоначального развития международного спортивного и олимпийского движения.
2. Значение Пьер де Кубертена в возрождении Олимпизма
3. История Олимпийского движения в России
4. Паралимпийское движение.

Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы:

Агонистика;

Международный олимпийский комитет;

Антропологические дни;

Олимпийская хартия;

Паралимпизм.

Вопросы к занятию

1. История становления Олимпийских игр древности.
2. История развития Паралимпийских игр.
3. Олимпийские игры современности.
4. Программа летних Олимпийских игр.
5. Программа зимних Олимпийских игр.
6. Олимпийские игры в лицах.
7. Основные символы и атрибутика Олимпийских и Паралимпийских игр.

Вопросы для самоконтроля

1. К какому периоду относятся Олимпийские игры древности
2. Что обозначает одна стадия и чему она равна.
3. Чем награждали победителей Олимпиады древности.
4. Современная атрибутика Олимпиады.
5. Что такое Олимпийская хартия.
6. Что означает «Citius, Altius, Fortius» и в основу чего это легло.
7. Что относится к атрибутике Паралимпийских игр.
8. Когда проводят Паралимпийские игры.

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

| Разделы и темы для самостоятельного изучения | Виды и содержание самостоятельной работы |
|--|--|
| Олимпийское движение. | Составить таблицу основных показателей развития физической культуры и спорта за период (2007 – 2019 гг.) в двух крупнейших странах мира по следующей форме |

Составить таблицу основных показателей развития физической культуры и спорта за период (2007 – 2019 гг.) в двух крупнейших странах мира по следующей форме:

| Страны мира | Органы руководства ФК и спортом | Крупнейшие спортивные организации | Система подготовки спортсменов высокого класса | Формы развития массовой ФК и спорта | Достижения на Олимпийских и Паралимпийских Играх 2007 – 2020гг. |
|--------------------|--|--|---|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |