

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

**Кафедра теорії та методики фізичної культури**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Проректор із науково-педагогічної  
роботи \_\_\_\_\_ Н. І. Василькова

05 вересня 2018 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**СТУПІНЬ БАКАЛАВРА**

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Код та найменування спеціальності 014 Середня освіта

Предметна спеціалізація 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Освітні програми Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм, Фізична культура та Захист Вітчизни

**Факультет фізичної культури та спорту**

**Миколаїв – 2018**

Розроблено та внесено: Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського.

Розробник програми: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор філософії в галузі управління та адміністрування.

Програму схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури

Протокол від «27» серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри теорії та методики

фізичної культури \_\_\_\_\_ (Литвиненко О. М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету фізичної культури та спорту

Протокол від «28» серпня 2018 року № 1

Голова навчально-методичної комісії \_\_\_\_\_ (Литвиненко О. М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від «05» вересня 2018 року № 2

Голова навчально-методичної комісії університету \_\_\_\_\_ (Василькова Н. І.)

## ВСТУП

Програма вивчення варіативної навчальної дисципліни «Історія фізичної культури» складена Борецькою Н.О. відповідно до освітньо-професійної програми підготовки ступеня бакалавра спеціальності 014 Середня освіта, предметна спеціалізація 014.11 Середня освіта (Фізична культура), освітні програми: Фізична культура, спортивно – масова робота та туризм, Фізична культура та Захист Вітчизни.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є: загальні закономірності виникнення, становлення і розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах існування людського суспільства. У склад предмету історії фізичної культури входить вивчення засобів, форм і методів, ідей, теорій і систем фізичної культури. Історія просліджує еволюцію фізичної культури і спорту із стародавніх часів до наших днів.

**Міждисциплінарні зв'язки:** Історія фізичної культури має тісні зв'язки з дисциплінами і в першу чергу з історією України, теорією та методикою фізичного виховання, соціологією фізичної культури і спорту, управлінням фізичною культурою, педагогікою.

Програма навчальної дисципліни складається з таких **кредитів:**

**Кредит 1. Світова історія фізичної культури.**

**Кредит 2. Історія міжнародного спортивного та олімпійського руху.**

**Кредит 3. Історія фізичної культури і спорту в Україні.**

### **1. Мета та завдання навчальної дисципліни.**

**1.1 Мета** вивчення дисципліни: дати уявлення про виникнення та розвиток фізичних вправ, виникнення видів спорту, гімнастичних та спортивно – ігрових систем, Олімпійських ігор, спортивних рухів.

**1.2 Основними завданнями** вивчення дисципліни «Історія фізичної культури» є:

1. Визначення місця фізичної культури як суспільного явища і галузі в Україні.

2. Набуття знань про виникнення фізичних вправ та їх розвиток на різних етапах розвитку людського суспільства.

3. Визначення особливостей розвитку фізичної культури на різних етапах людського суспільства.

4. Набуття знань з історії виникнення Олімпійських ігор, з історії відродження Олімпійських ігор сучасності, хронології Олімпійських ігор.

5. Ознайомлення з розвитком педагогічних ідей фізичного виховання у різні епохи розвитку людського суспільства.

6. Набуття знань про розвиток спорту і міжнародного спортивного руху в період кінця XIX – початку XX століття.

7. Набуття знань про міжнародний спортивний рух і фізкультурно-спортивний рух в Україні.

8. Вивчення історії розвитку фізичної культури і спорту на Миколаївщині.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

**Загальні компетентності:**

**ЗК 1.** Здатність діяти етично, соціально відповідально та свідомо.

**ЗК 2.** Здатність працювати в команді та автономно.

**ЗК 4.** Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

**ЗК 6.** Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.

**ЗК 9.** Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності.

**ЗК 11.** Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня.

**Фахові компетентності:**

**ФК 14.** Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.

**Програмні результати навчання:**

**ПРН 1.** Знає нормативні акти у галузі освіти, сфері фізичної культури і спорту; підходи до забезпечення якісного виконання завдань професійної діяльності на основі інструкцій, методичних рекомендацій, встановлених норм, нормативів, технічних умов тощо; вносить рекомендації щодо введення нових чи зміни існуючих вимог до якості послуг у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 3.** Демонструє уміння планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології, які сприятимуть ефективній організації навчально-виховного процесу.

**ПРН 10.** Розвиває педагогічну думку, застосовувати методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології.

**ПРН 11.** Демонструє готовність до освоєння нового матеріалу та вміння оцінювати себе критично; поглиблює базові знання за допомогою самоосвіти; вміє представити і оцінити власний досвід та аналізує й застосовує досвід колег.

**ПРН 15.** Описує особливості розвитку фізичної культури і спорту в різні історичні періоди у світі та Україні; аналізує процес становлення та розвитку спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

**ПРН 16.** Демонструє дотримання етичних норм поведінки, вміє формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками;

**ПРН 17.** Демонструє ефективну співпрацю учнів і вихованців, ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях); несе відповідальність за результати своєї

професійної діяльності; дотримується етичних норм ділового спілкування та поведінки.

**ПРН 18.** Виявлена здатність вчитися упродовж життя і вдосконалюватися, з високим рівнем автономності, набутої під час навчання кваліфікації.

**ПРН 19.** Здатність аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства.

**ПРН 21.** Здатність до критики й самокритики, наполегливість у досягненні мети; турбуватися про якість виконуваної роботи; володіти високою мотивацією до виконання професійної діяльності.

**У результаті вивчення дисципліни студент повинен:**

**Знати:**

- а) історію виникнення і розвитку фізичних вправ;
- б) погляди гуманістів на фізичне виховання;
- в) гімнастичні та спортивно – ігрові системи фізичного виховання ;
- г) історію виникнення , відродження , хронологію Олімпійських ігор;
- д) виникнення видів спорту, розвиток професійного та аматорського спорту;
- є) який внесок у розвиток фізичної культури зробили видатні вчені, педагоги XIX –XX ст.. ;
- ж) витоки фізичної культури України;
- з) участь України в олімпійському русі;
- і) прізвища видатних спортсменів України, Миколаївщини.

**Уміти:**

- а) порівнювати фізичну культуру різних країн у різні періоди їх розвитку;
- б) аналізувати історичні події , які спричиняли умови для розвитку фізичної культури;
- в) використовувати знання у професійній діяльності.

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин/3 кредити ECTS.

### **Кредит 1. Світова історія фізичної культури**

#### **Тема 1. Значення, зміст та завдання предмету.**

«Історія фізичної культури» у галузі фізичне виховання і спорт як навчальна дисципліна. Предмет її вивчення. Засоби, форми, і методи, ідеї, теорії і системи фізичного виховання. Еволюція фізичної культури і спорту з стародавніх часів до наших днів. Місце фізичної культури в загальній культурі людства. Фізичне виховання як педагогічна система фізичного удосконалення людини. Міжпредметні зв'язки.

Спорт як органічна частина фізичної культури. Стислий історичний огляд зародження та розвитку спорту. Зародження Стародавніх

Олімпійських ігор. Відродження Олімпійських ігор сучасності. Організація Міжнародного спортивного комітету.

Міжнародні спортивні організації. Проблеми сучасного розвитку міжнародного спортивного руху.

Фізична культура в Україні – її витоки, розвиток та проблеми на сучасному етапі.

## **Тема 2. Витоки фізичної культури. Фізична культура у первісному суспільстві.**

Погляди вчених на виникнення фізичних вправ та ігор. Вплив географічного середовища, кліматичних умов на виникнення фізичних вправ. Функції фізичного виховання у первісному суспільстві. Фізичне виховання дітей та молоді. Фізична культура і обряди.

## **Тема 3. Фізична культура в Стародавньому світі.**

Фізична культура у країнах Стародавнього Сходу: Індії, Персії, Єгипті.

Фізична культура у Стародавній Греції. Фізична культура Спарти і Афін. Погляди філософів та вчених на фізичну культуру.

Фізична культура у стародавньому Римі. Фізична культура рабовласників, народу, гладіаторів.

## **Тема 4. Фізична культура епохи середньовіччя.**

Фізичне виховання у країнах Західної і Східної Європи. Фізичне виховання феодалів, городян, селян. Лицарські турніри, їх класифікація, значення. Відношення духовенства до фізичного виховання.

Особливості фізичної культури народів Азії, Америки, Африки.

Розвиток педагогічних ідей фізичного виховання в епоху Відродження.

## **Тема 5. Фізична культура нового часу.**

Фізичне виховання як частина загального виховання. Історія видів спорту.

Погляди філософів, вчених на фізичну культуру у перший та другий періоди нового часу.

Педагогічні основи буржуазної системи фізичного виховання. Розвиток гімнастичних та спортивно – ігрових систем фізичного виховання.

Виникнення робочих спортивних рухів.

## **Тема 6. Особливості розвитку спорту нового часу.**

Спортивний рух у європейських країнах та країнах Латинської Америки. Розвиток аматорського та професійного спорту. Мілітаризація фізичної культури й спорту.

## **Кредит 2. Історія міжнародного спортивного та олімпійського руху.**

### **Тема 1. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.**

Зародження Олімпійських ігор у Стародавній Греції. Місце проведення Стародавніх Олімпійських ігор. Організація і програма Олімпійських ігор. Участь у змаганнях, визначення переможців і нагородження. Підготовка атлетів до Олімпійських ігор. Кризисні явища у старогрецькому спорті і кінець Олімпійських ігор.

### **Тема 2. Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена.**

Спроби відродження Олімпійських ігор.

П'єр де Кубертен і відродження Олімпійських ігор.

Конгрес 1894 року і його роль в олімпійському русі. Створення Міжнародного олімпійського комітету.

### **Тема 3. Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.**

Міжнародний спортивний рух до першої світової війни. Міжнародний спортивний рух між двома світовими війнами .

Нова історична обстановка та її вплив на розвиток міжнародного спортивного руху після другої світової війни. Боротьба прогресивних сил за розширення та демократизацію міжнародного спортивного руху.

### **Тема 4. Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.**

Розвиток спорту і створення міжнародних спортивних об'єднань. Розвиток науки про фізичну культуру та спорт. Фізичне виховання молоді. Місце і роль спортсмена в олімпійському спорті. Конкуренція у спорті. Засоби масової інформації та олімпійський рух.

## **Кредит 3. Історія фізичної культури і спорту в Україні.**

### **Тема 1. Витоки фізичної культури в Україні.**

Фізичне виховання скіфів, сарматів, слов'ян. Фізичне виховання Київської Русі. Фізичне виховання українських козаків у Запорізькій Січі.

### **Тема 2. Фізична культура та спорт в Україні у ХХ столітті.**

Організація товариств з різних видів спорту. Участь українських спортсменів в олімпійському русі. Фізична культура і спорт у навчальних закладах України.

### **Тема 3. Україна в олімпійському русі. Проблеми та перспективи спортивного руху в Україні.**

Передумови зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні. Офіційне визнання України міжнародним спортивним співтовариством. Український національний олімпійський комітет.

Традиції Українського спорту. Внесок Українців в олімпійський рух.

Сучасні досягнення та проблеми українського спорту. Перспективи розвитку українського спорту.

Структура, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України.

### **Тема 4. Спортивний рух української діаспори.**

Організація українського спорту у США. Фізична культура і спорт на території західних зон окупації Німеччини у перші повоєнні роки. Українська Спортивна Централь Америки і Канади та її діяльність.

## **3. Рекомендована література**

### **Базова**

1. История физической культуры /Учебник для институтов физической культуры/ Под ред. Столбова В.В., М. :ФиС, 1983.

2. Леонова В.А. Через науку к олимпийским вершинам.- Харьков:»ОВС», 2003.- 352с.

3. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004. - 16с.

4. Кулик Я.Л., Костюк С.А., Петренко М.І. Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні. - Вінниця: Логос, 1997. - 133 с

5. Нога О.П. Світ львівського спорту 1900-1939 рр. спортивні досягнення, товариства, архітектура, вбрання, мистецтво. - Л.: Українські технології, 2004. - 784 с.

6. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: В 2 т. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. - 496 с; кн. 2. - 480 с.

7. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури. - Львів: Троян, 1991. - 102 с.

8. Профессиональный спорт / Под общ. ред. С.И. Гуськова, В.Н. Платонова. - К.: Олімпійська література, 2000. - 391 с.

9. Свістельник І.Р. Спортивний інформаційний простір України у мережі Інтернет. - Л., 2004. - 32 .

10. Украина: Полная энциклопедия /Авт.-составители В.М.Скляренко, Т.В. Иовлева, В.В. Мирошникова, М.А.Панкова; Худож.-оформитель Л.Д.Киркач – Осипова.- Харьков: Фолио, 2007.- 463с.

11. Філь С.М., Худолій О.М., Малка Г.В. Історія фізичної культури: Навчальний посібник / За ред. С.М. Філя. - Х.: «ОВС», 2003. - 160 с.



12. Физическая культура и спорт в цивилизациях и эпохах: Учебное пособие / Лабский В.М. и др./ Под общ. Ред. В.М. Лабского. – Харьков : НТУ «ХПИ», 2005. – 180 с. – На русск. яз.

13. Шахлин Б.А. Олимпийский ордено. - К.: Олимпийская литература, 2004. - 254 с.

#### **Допоміжна література**

1. Вацеба О.М. Нариси з історії західноукраїнського спортивного руху. - Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 1997. - 232 с.

2. Грушевский, Михаил. Иллюстрированная история Украины. – К.: МП «Левада», 1995., с. 19-35. :ил.

3. Гуськов С.И. Государство и спорт (о государственной политике зарубежных стран в области физического воспитания и спорта). - М.: Физкультура и спорт, 1996. - 176 с.

4. Зайдовий Ю. Історико-політичні та організаційні аспекти формування і розвитку Національних олімпійських структур в Україні та країнах Європи. - Л.: Українські технології, 2004. - 176 с.

5. Золоті сторінки олімпійського спорту України / За ред. І.Н. Федоренка. - К.: Олімпійська література, 2000. - 192 с

6. Закон України «Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (від 18 червня 1999 року) // Голос України. - 1999. - 17 липня.

7. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». - К., 1994. - 22 с.

8. Леонова В.А. Через науку к олімпійским вершинам. - Харьков: «ОВС», 2003. - 352 с.

9. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004. - 16 с.

10. Кулик Я.Л., Костюк С.А., Петренко М.І. Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні. - Вінниця: Логос, 1997. - 133 с

11. На олімпійських хвилях: Довідник УСЦАК (1981-1996) / Упорядник О. Твардовський. - Ньюарк (США), 1997. — 142 с.

12. Профессиональный спорт / Под общ. ред. С.И. Гуськова, В.Н. Платанова. - К.: Олімпійська література, 2000. - 391 с.

13. Свістельник І.Р. Спортивний інформаційний простір України у мережі Інтернет. - Л., 2004. - 32 .

14. Столбов В.В. История физической культуры: Учебн. для студентов пед. Ин-тов по спец. №2114 «Физ. воспитание» и № 2115 «Нач. воен. Обучение и физ. воспитание». - М. Просвещение, 1989. - 288 с.

15. Трескин А.В. История Олимпийских игр. Медали. Значки. Плакаты/ Алексей Трескин, Валерий Штейнбах. – М.: АСТ : Олимп, 2008. - 208 с., ил.

#### **Інформаційні ресурси:**

Степанюк С.І., Гречанюк О.О., Малярєнко І.В. Методичний посібник для вивчення дисципліни “Історія фізичної культури” за блочно-модульною системою: Для студентів денної та заочної форми навчання факультету

фізичного виховання та спорту. – Херсон: Видавництво ХДУ, 2006. – 236 с. -  
Режим доступу: <http://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/IFK%20metod.pdf?id=d53d9dcb-dd32-4ed3-849b-0f4af9d88ca8>

Тягур Р. С., Тягур Т. Р. Історія фізичної культури і олімпійського руху: 180 базових термінів. – Івано-Франківськ: Видавець Віктор Дяків, 2013. – 374 с.  
<http://194.44.152.155/elib/local/2075.pdf>

#### **4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік у II семестрі.**

##### **5. Засоби діагностики успішності навчання**

- Опитування під час проведення практичних занять.
- Оцінювання контрольних робіт.
- Контроль самостійної роботи студентів :
  - аналізуючи дані літературних джерел підготувати реферативну роботу або оформити завдання у вигляді мультимедійного проекту на одну з тем :

**до кредиту 1:** 1.«Розвиток педагогічних ідей фізичного виховання у епоху Відродження »;  
2.«Життя та діяльність П.Ф.Лесгафта»;  
3.«Фізична культура в навчальних закладах та армії»;  
4.«Розвиток ідейно – теоретичних і наукових основ фізичного виховання у другій половині 19 століття»;

**до кредиту 2:** 1.«Історія виникнення Олімпійських ігор Стародавньої Греції»;  
2.«Види змагань в програмі Олімпійських ігор»;  
3.«Діяльність П'єра де Кубертена»;  
4.«Президенти Міжнародного олімпійського комітету: життя та діяльність»;

**до кредиту 3:** 1. «Фізична культура у період козаччини»;  
2.«Виникнення та розвиток спортивного руху української діаспори»;  
3.«Україна в олімпійському русі»;  
4.«Проблеми в олімпійському русі України».  
5.«Історія виникнення та розвиток обраного виду спорту».

- перевірка та оцінювання самостійної роботи студентів відбувається під час опитування. Питання контрольних робіт та тестового контролю складаються з урахуванням тем, які винесені на самостійну підготовку.

- Використання пакетів тестів.
- Індивідуальне науково – дослідне завдання - це написати статтю та прийняти участь у науково – практичних

конференціях по тематиці дисципліни «Історія фізичної культури та спорту».

- Використання пакетів завдань для підсумкового контролю знань.

За семестр студент може отримати максимально **300 балів**. 100% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного і підсумкового контролю, що регламентується робочою програмою викладача.