

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Богдалова Елена Викторовна  
Должность: Проректор по образовательной деятельности  
Дата подписания: 23.12.2025 12:05:39  
Уникальный программный ключ:  
ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение инклюзивного высшего образования

**«Российский государственный  
университет социальных технологий»  
(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)**

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по образовательной деятельности

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ОСВОЕНИЮ МОДУЛЯ**

**Б1.О.21 ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

образовательная программа направления подготовки

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

(адаптивная физическая культура)

шифр, наименование

**Направленность (профиль)**

**Адаптивное физическое воспитание**

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения очная

Курс 1 семестр 1

Москва 2025

## **Содержание**

- 1. АННОТАЦИЯ/ВВЕДЕНИЕ**
- 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ЛЕКЦИЯМ**
- 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**
- 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ**

## **Аннотация**

Настоящие методические рекомендации разработаны для обучающихся 1 курса очной формы обучения с учетом ФГОС ВО и рабочей программы модуля «История физической культуры и спорта»

«История физической культуры и спорта»

Цель:

- формирование готовности студентов к использованию полученных знаний, умений о причинах и механизмах происхождения физической культуры и спорта, закономерностей и специфических принципов их развития, а также приобщение будущих специалистов к ценностям физической, духовной и нравственной культуры, формирование способности к восприятию межкультурного разнообразия общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

Задачи:

1. Изучить генезис и эволюцию физической культуры и спорта в мировом историческом процессе, их социальные функции.

2. Проанализировать историю становления и развития отечественной системы физического воспитания и спорта.

3. Проследить историю возникновения и развития адаптивной физической культуры и Паралимпийского движения.

4. Сформировать ценностное отношение к культурно-историческому наследию в сфере физической культуры.

## **В результате изучения дисциплины студент должен:**

Знать:

- основные категории философии, этапы и тенденции исторического развития России и мировой истории, понимает значение исторического знания, опыта и уроков истории, опирается на это знание в межкультурной коммуникации.

- систему организации контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся

Уметь:

- устанавливать логические связи между событиями, явлениями и процессами истории России и мировой истории; вести коммуникацию с представителями различных культур, воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

- осуществлять процедуры контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся

Владеть:

- практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; создания условий для социальной интеграции и конструктивного взаимодействия людей с учетом их социокультурных особенностей

- методами и приемами контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ЛЕКЦИЯМ**

В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах

поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. В ходе подготовки к семинарам изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар. Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления. Продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью. Своевременное и качественное выполнение самостоятельной работы базируется на соблюдении настоящих рекомендаций и изучении рекомендованной литературы. Студент может дополнить список использованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы, и в дальнейшем использовать собственные подготовленные учебные материалы при написании курсовых и дипломных работ.

### **Тема 1. История физической культуры и спорта в зарубежных странах**

1. Предмет, значение и содержание курса ИФКиС.
2. Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности.
3. Физическая культура в родовом обществе, его связь с трудовой деятельностью, природными условиями, всеобщность.
4. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе.
5. Возникновение и развитие античной гимнастики и агонистики в Древней Греции.
6. Спартанская система физического воспитания.
7. Афинская система физического воспитания.
8. Взгляды философов Древней Греции.
9. Олимпийские игры в Древней Греции.
10. Физическая культура Древнего Рима.
11. Физическая культура в эпоху средневековья (X – X IV в.в.).
12. Физическая культура в эпоху Возрождения (XV – XVII в.в.).
13. Прогрессивная роль гуманистических идей В.да Фельтре, Ф.Рабле, И. Меркуриалиса и др. в развитии физического воспитания.
14. Первые попытки введения физического воспитания в учебные заведения.
15. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.Коменского и Д.Локка.
16. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Ж.-Ж. Руссо и И. Песталоцци.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцTex: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 2. История физической культуры и спорта в России.**

1. Физическая культура на Руси в период феодализма (VI –XII в.в.).
2. Попытки теоретического обоснования физического воспитания в трудах Авиценны и Е. Славинецкого.
3. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно- физического воспитания в России.

4. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями и просветителями XVIII в.
5. Значение военно-прикладного направления А. Суворова. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К. Ушинского и Е. Покровского.
6. Развитие естественно-научных основ физического воспитания в трудах Н. Сеченова и И. Павлова.
7. П. Лесгафт – основоположник отечественной системы физического образования.
8. Прогрессивная роль в создании общественных спортивных организаций В. Краевского, В. Срезневского и А. Бутовского.
9. Развитие спорта в России.
10. Первое участие российских спортсменов в Олимпийских играх.
11. Становление государственных органов управления физической культурой и спортом.
12. Комплекс ГТО и ЕВСК – программно-нормативная основа советской системы физического воспитания.
13. Различные направления в работе физической культуры и спорта.
14. Организация первых добровольных спортивных обществ.
15. Физическое воспитание в школе (1930 – 1940 г.г.).
16. Создание институтов физической культуры, кафедр физического воспитания.
17. Научные исследования в области физической культуры и спорта Н. Озолина, М. Иваницкого и др.
18. Значение I Спартакиады народов СССР в дальнейшем развитии физической культуры и спорта в стране.
19. Внедрение массовых форм работы с детьми: «Веселый дельфин», «Золотая шайба», «Кожаный мяч» и др.
20. Возникновение и развитие новых форм массой и оздоровительной физической культуры, и спорта в России в настоящее время.
21. Материально-техническое и финансовое обеспечение физической культуры и спорта в России в настоящее время.
22. Возрождение Олимпийского движения.
23. Олимпийские игры до II мировой войны.
24. Участие советских спортсменов в XV Олимпийских играх.
25. Участие российских спортсменов в последних Олимпийских играх.
26. Классификация паралимпийского движения.
27. Возникновение и развитие сумо.
28. Возникновение и развитие айкидо.
29. Возникновение и развитие тхэквондо.
30. Возникновение и развитие кикбоксинга.
31. Создание и развитие самбо в СССР в 1920-е годы.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).
2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный //

Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.
3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. MAPK-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцTex: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 3. История международного спортивного движения**

1. Возникновение и развитие международного спортивного движения.
2. Возникновение и развитие международного студенческого спортивного движения.
3. Гимнастические и спортивно-игровые направления в развитии национальных систем физического воспитания.
4. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания в Германии.

5. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания в Швеции.
6. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания во Франции.
7. Спортивно-игровая направленность национальной системы физического воспитания в Англии.
8. Возникновение современного футбола, баскетбола, волейбола.
9. Особенности систем Ф. Садолина и Г. Рацине.
10. Возникновение и развитие «сокольской гимнастики» в Чехии.
11. Возникновение и развитие бойскаутского движения.
12. Система физического воспитания в Германии перед II мировой войной.
13. «Спорт для всех» – направление совершенствования массовой физической культуры и спорта в странах Западной Европы.
14. Истоки развития философской йоги и йоги, основанной на применении системы физических упражнений.
15. Возникновение и развитие каратэ-до на острове Окинава.
16. Исторические причины зарождения ушу в Китае.
17. Возникновение и развитие джиу-джитсу и дзюдо в Японии.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).
2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.
3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.

3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференцсвязи
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

Практическое занятие – форма систематических учебных занятий, с помощью которых обучающиеся изучают тот или иной раздел определенной научной дисциплины, входящей в состав учебного плана. Для того чтобы практические занятия приносили максимальную пользу, необходимо помнить, что упражнение и решение задач проводятся по вычитанному на лекциях материалу и связаны, как правило, с детальным разбором отдельных вопросов лекционного курса. Следует подчеркнуть, что только после усвоения лекционного материала с определенной точки зрения (а именно с той, с которой он излагается на лекциях) он будет закрепляться на практических занятиях как в результате обсуждения и анализа лекционного материала, так и с помощью решения проблемных ситуаций, задач. При этих условиях студент не только хорошо усвоит материал, но и научится применять его на практике, а также получит дополнительный стимул (и это очень важно) для активной проработки лекции. При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении. При подготовке к практическим занятиям следует использовать основную литературу из представленного списка, а также руководствоваться приведенными указаниями и рекомендациями. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном списке. На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные

решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий. Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана семинарского занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. Проработать тестовые задания и задачи;
6. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Занятия могут проводиться в форме беседы со всеми студентами группы или с отдельными студентами. Этот вид занятия называется коллоквиумом (собеседование). Коллоквиумы проводятся по конкретным вопросам дисциплины. Коллоквиум отличается, в первую очередь тем, что во время этого занятия могут быть опрошены все студенты или значительная часть студентов группы. В ходе коллоквиума выясняется степень усвоения студентами понятий и терминов по важнейшим темам, умение студентов применять полученные знания для решения конкретных практических задач. Для подготовки к коллоквиуму студенты заранее получают у преподавателя задание. В процессе подготовки изучают рекомендованные преподавателем источники литературы, а также самостоятельно осуществляют поиск релевантной информации, а также могут собрать практический материал. Коллоквиум может проходить также в форме ответов студентов на вопросы билета, обсуждения сообщений студентов, форму выбирает преподаватель.

### **Тема 1. История физической культуры и спорта в зарубежных странах**

1. Предмет, значение и содержание курса ИФКиС.
2. Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности.
3. Физическая культура в родовом обществе, его связь с трудовой деятельностью, природными условиями, всеобщность.
4. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе.
5. Возникновение и развитие античной гимнастики и агонистики в Древней Греции.
6. Спартанская система физического воспитания.
7. Афинская система физического воспитания.
8. Взгляды философов Древней Греции.
9. Олимпийские игры в Древней Греции.
10. Физическая культура Древнего Рима.
11. Физическая культура в эпоху средневековья (X – X IV в.в.).
12. Физическая культура в эпоху Возрождения (XV – XVII в.в.).
13. Прогрессивная роль гуманистических идей В.да Фельтре, Ф.Рабле, И. Меркуриалиса и др. в развитии физического воспитания.
14. Первые попытки введения физического воспитания в учебные заведения.
15. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.Коменского и Д.Локка.
16. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Ж.-Ж. Руссо и И. Песталоцци.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст :

электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.

2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.

3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.

4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.

5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.

6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).

7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>

2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>

3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>

4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>

5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>

6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>

7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>

8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 2. История физической культуры и спорта в России.**

1. Физическая культура на Руси в период феодализма (VI –XII в.в.).

2. Попытки теоретического обоснования физического воспитания в трудах Авиценны и Е. Славинецкого.

3. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно-физического воспитания в России.
4. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями и просветителями XVIII в.
5. Значение военно-прикладного направления А. Суворова. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К. Ушинского и Е. Покровского.
6. Развитие естественно-научных основ физического воспитания в трудах Н. Сеченова и И. Павлова.
7. П. Лесгафт – основоположник отечественной системы физического образования.
8. Прогрессивная роль в создании общественных спортивных организаций В. Краевского, В. Срезневского и А. Бутовского.
9. Развитие спорта в России.
10. Первое участие российских спортсменов в Олимпийских играх.
11. Становление государственных органов управления физической культурой и спортом.
12. Комплекс ГТО и ЕВСК – программно-нормативная основа советской системы физического воспитания.
13. Различные направления в работе физической культуры и спорта.
14. Организация первых добровольных спортивных обществ.
15. Физическое воспитание в школе (1930 – 1940 г.г.).
16. Создание институтов физической культуры, кафедр физического воспитания.
17. Научные исследования в области физической культуры и спорта Н. Озолина, М. Иваницкого и др.
18. Значение I Спартакиады народов СССР в дальнейшем развитии физической культуры и спорта в стране.
19. Внедрение массовых форм работы с детьми: «Веселый дельфин», «Золотая шайба», «Кожаный мяч» и др.
20. Возникновение и развитие новых форм массой и оздоровительной физической культуры, и спорта в России в настоящее время.
21. Материально-техническое и финансовое обеспечение физической культуры и спорта в России в настоящее время.
22. Возрождение Олимпийского движения.
23. Олимпийские игры до II мировой войны.
24. Участие советских спортсменов в XV Олимпийских играх.
25. Участие российских спортсменов в последних Олимпийских играх.
26. Классификация паралимпийского движения.
27. Возникновение и развитие сумо.
28. Возникновение и развитие айкидо.
29. Возникновение и развитие тхэквондо.
30. Возникновение и развитие кикбоксинга.
31. Создание и развитие самбо в СССР в 1920-е годы.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

#### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

#### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцTex: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

#### **Тема 3. История международного спортивного движения**

1. Возникновение и развитие международного спортивного движения.
2. Возникновение и развитие международного студенческого спортивного движения.
3. Гимнастические и спортивно-игровые направления в развитии национальных систем физического воспитания.

4. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания в Германии.
5. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания в Швеции.
6. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания во Франции.
7. Спортивно-игровая направленность национальной системы физического воспитания в Англии.
8. Возникновение современного футбола, баскетбола, волейбола.
9. Особенности систем Ф. Садолина и Г. Рацине.
10. Возникновение и развитие «сокольской гимнастики» в Чехии.
11. Возникновение и развитие бойскаутского движения.
12. Система физического воспитания в Германии перед II мировой войной.
13. «Спорт для всех» – направление совершенствования массовой физической культуры и спорта в странах Западной Европы.
14. Истоки развития философской йоги и йоги, основанной на применении системы физических упражнений.
15. Возникновение и развитие каратэ-до на острове Окинава.
16. Исторические причины зарождения ушу в Китае.
17. Возникновение и развитие джиу-джитсу и дзюдо в Японии.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчкова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчкова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ**

При освоении материала дисциплины необходимо:  
спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;  
конкретизировать для себя план изучения материала;  
ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, подготовьтесь к сдаче экзамена.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочтайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к практическим занятиям.

Работа с научно-методической литературой и текстовым материалом Интернет-ресурсов является одним из основных видов самостоятельного учебного труда студентов и наиболее важным средством овладения будущей специальностью. Для того чтобы информация сохранилась надолго, необходимо ее зафиксировать. Формы фиксации прочитанного могут быть разными: составление аннотации, различных видов планов, тезисов, конспектов, рецензий, подготовка сообщений.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке к экзамену;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

Аннотация - краткая характеристика литературного источника с точки зрения содержания, назначения, формы и других особенностей. Аннотация включает сведения о содержании источника, его авторе и достоинствах работы, носит пояснительный или рекомендательный характер. По содержанию и целевому назначению аннотации подразделяются на справочные и рекомендательные. По полноте охвата содержания аннотируемого произведения и его назначению аннотации подразделяются на общие и специализированные.

Тезис - это положение, отражающее смысл значительной части текста, то, что доказывает или опровергает автор, то, в чем он стремится убедить читателя, вывод, к которому он подводит. Тезисы позволяют обобщить материал, представить его суть в кратких формулировках, раскрывающих смысл всего произведения. Порядок составления тезисов - составление назывного плана, прочтение фрагмента текста, который имеет свой подзаголовок - пункт плана, и, уяснив его суть, сформулировать отдельные положения.

Конспект - это сокращенная запись информации. В конспекте отражаются основные положения текста. Порядок конспектирования: написать исходные данные источника, прочитать весь текст, выделить информативные центры, продумать главные положения, сформулировать их своими словами и записать, подтвердить отдельные положения цитатами или примерами из текста. Объем конспекта примерно не должен превышать одну треть исходного текста.

Рецензия - это статья, содержащая в себе критический обзор какого- либо научного произведения или отзыв на научную работу, дает критическую оценку как отдельным положениям, так и рецензируемому документу в целом. Порядок написания рецензии - выбор объекта анализа, актуальность темы, краткое содержание, формулировка основного тезиса, общая оценка, недостатки, недочеты, выводы.

Реферат - это сжатое изложение основной информации первоисточника на основе ее смысловой переработки. Этапы работы над рефератом: выбор темы, подбор и изучение основных источников по теме, составление библиографии, обработка и систематизация информации, разработка плана реферата, написание реферата. Примерная структура реферата: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, приложение.

Разработка глоссария предполагает использование разнообразных источников информации, однако следует учесть, что некоторые понятия раскрыты в законах и их формулировки в глоссарии не должны противоречить формулировкам, данным в нормативно-правовых документах.

Выполнение итоговой работы предполагает разработку программы исследования для оценки, сформулированной коллегиально с преподавателем проблемы. Технология разработки указанного проекта включает следующие этапы:

1) подготовительный этап проектирования (выбор тематики проекта, определение методов анализа; подбор и изучение литературы по проблеме; формулировка цели и задач проекта; определение методов, с помощью которых планируется решить поставленные задачи; обдумывание содержательного аспекта проекта; определение форм реализации проекта);

2) организация и проведение эмпирического исследования;

3) разработка проекта (конкретизация идеи проекта; разработка содержательного аспекта; разработка форм и методов реализации содержания; документальное оформление проекта; прогнозирование результатов);

4) презентация проекта (подготовка презентации проекта; просмотр презентаций, обсуждение);

5) анализ и самоанализ разработанных и представленных результатов.

### **Тема 1. История физической культуры и спорта в зарубежных странах**

1. Предмет, значение и содержание курса ИФКиС.
2. Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности.
3. Физическая культура в родовом обществе, его связь с трудовой деятельностью, природными условиями, всеобщность.
4. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе.
5. Возникновение и развитие античной гимнастики и агонистики в Древней Греции.
6. Спартанская система физического воспитания.
7. Афинская система физического воспитания.
8. Взгляды философов Древней Греции.
9. Олимпийские игры в Древней Греции.
10. Физическая культура Древнего Рима.
11. Физическая культура в эпоху средневековья (X – X IV в.в.).
12. Физическая культура в эпоху Возрождения (XV – XVII в.в.).
13. Прогрессивная роль гуманистических идей В.да Фельтре, Ф.Рабле, И. Меркуриалиса и др. в развитии физического воспитания.
14. Первые попытки введения физического воспитания в учебные заведения.
15. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Я.Коменского и Д.Локка.
16. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Ж.-Ж. Руссо и И. Песталоцци.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. -

192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 2. История физической культуры и спорта в России.**

1. Физическая культура на Руси в период феодализма (VI –XII в.в.).
2. Попытки теоретического обоснования физического воспитания в трудах Авиценны и Е. Славинецкого.
3. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно- физического воспитания в России.
4. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями и просветителями XVIII в.
5. Значение военно-прикладного направления А. Суворова. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К. Ушинского и Е. Покровского.
6. Развитие естественно-научных основ физического воспитания в трудах Н. Сеченова и И. Павлова.
7. П. Лесгафт – основоположник отечественной системы физического образования.
8. Прогрессивная роль в создании общественных спортивных организаций В. Краевского, В. Срезневского и А. Бутовского.
9. Развитие спорта в России.
10. Первое участие российских спортсменов в Олимпийских играх.

11. Становление государственных органов управления физической культурой и спортом.
12. Комплекс ГТО и ЕВСК – программно-нормативная основа советской системы физического воспитания.
13. Различные направления в работе физической культуры и спорта.
14. Организация первых добровольных спортивных обществ.
15. Физическое воспитание в школе (1930 – 1940 г.г.).
16. Создание институтов физической культуры, кафедр физического воспитания.
17. Научные исследования в области физической культуры и спорта Н. Озолина, М. Иваницкого и др.
18. Значение I Спартакиады народов СССР в дальнейшем развитии физической культуры и спорта в стране.
19. Внедрение массовых форм работы с детьми: «Веселый дельфин», «Золотая шайба», «Кожаный мяч» и др.
20. Возникновение и развитие новых форм массой и оздоровительной физической культуры, и спорта в России в настоящее время.
21. Материально-техническое и финансовое обеспечение физической культуры и спорта в России в настоящее время.
22. Возрождение Олимпийского движения.
23. Олимпийские игры до II мировой войны.
24. Участие советских спортсменов в XV Олимпийских играх.
25. Участие российских спортсменов в последних Олимпийских играх.
26. Классификация паралимпийского движения.
27. Возникновение и развитие сумо.
28. Возникновение и развитие айкидо.
29. Возникновение и развитие тхэквондо.
30. Возникновение и развитие кикбоксинга.
31. Создание и развитие самбо в СССР в 1920-е годы.

### **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

### **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст :

электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференцсвязи
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 3. История международного спортивного движения**

1. Возникновение и развитие международного спортивного движения.
2. Возникновение и развитие международного студенческого спортивного движения.
3. Гимнастические и спортивно-игровые направления в развитии национальных систем физического воспитания.
4. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания в Германии.
5. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания в Швеции.
6. Гимнастическая направленность национальной системы физического воспитания во Франции.
7. Спортивно-игровая направленность национальной системы физического воспитания в Англии.
8. Возникновение современного футбола, баскетбола, волейбола.
9. Особенности систем Ф. Садолина и Г. Рацине.
10. Возникновение и развитие «сокольской гимнастики» в Чехии.
11. Возникновение и развитие бойскаутского движения.
12. Система физического воспитания в Германии перед II мировой войной.
13. «Спорт для всех» – направление совершенствования массовой физической культуры и спорта в странах Западной Европы.
14. Истоки развития философской йоги и йоги, основанной на применении системы физических упражнений.
15. Возникновение и развитие каратэ-до на острове Окинава.
16. Исторические причины зарождения ушу в Китае.
17. Возникновение и развитие джиу-джитсу и дзюдо в Японии.

## **Основная литература**

1. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебник для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564727> (дата обращения: 27.10.2025).

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 27.10.2025).

## **Дополнительная литература**

1. Глинчикова, Л. А. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Л. А. Глинчикова, И. Р. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. — 215 с. — ISBN 978-5-87978-715-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/56657> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896982> (дата обращения: 27.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

3. История физической культуры и спорта : учебное пособие / составитель М. Р. Мухамедьяров. — Уфа : ВЭГУ, 2011. — 156 с. — ISBN 978-5-87865-564-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338045> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

## **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.

2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.

3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций

4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.

5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.

6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).

7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

## **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>

2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>

3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>

4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>

5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>

6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>

7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>

8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ