

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТОВ «ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ КОЛЕДЖ «ПОЛІССЯ»»**

Циклова комісія педагогіки та фізичного виховання

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

Освітньої програми:

Фізична культура і спорт

Галузі знань:

01 Освіта / Педагогіка

Спеціальності:

017 Фізична культура і спорт

БЕРЕЗНЕ – 2025

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ:

Викладач _____



Програму розглянуто і схвалено на засіданні циклової комісії педагогіки та фізичного виховання

Протокол №6 від «21» лютого 2025 року

Голова циклової комісії _____



Олександр ІВАЩУК

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Історія фізичної культури і спорту – цікава і захоплююча наука, яка входить до переліку профільюючих дисциплін навчальних планів за якими готують фахівців за напрямом «Фізичне виховання і спорт». Дана дисципліна наочно показує поступальний розвиток фізичної культури і спорту від нижчих форм до сучасного їхнього стану, надає можливість прослідити еволюцію виникнення і розвитку фізичної культури і спорту з найдавніших часів і до наших днів.

1. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Обов'язкова навчальна дисципліна «Історія фізичної культури і спорту» є складовою циклу професійної підготовки фахових молодших бакалаврів. Програма вивчення навчальної дисципліни «Історія фізичної культури і спорту», складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки фахових молодших бакалаврів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

2. МЕТА, ЗАВДАННЯ, ПРЕДМЕТ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни : формування у студентів фундаментальних знань стосовно виникнення, становлення і розвитку фізичної виховання і спорту на різних етапах існування людського суспільства.

Завдання навчальної дисципліни: розвиток професійної самосвідомості майбутніх фахівців; виховання морально-етичних та ідейно-патріотичних переконань фахівця, причетності до світової історичної спадщини та традицій в галузі фізичної культури; прищеплення фахівцям навичок наукового аналізу, спрямованих на забезпечення самостійного осмислення закономірностей історичного розвитку фізичної культури та спорту; навчання практичних навичок роботи з історичною та науковою літературою, критичного осмислення документів та першоджерел; вироблення умінь застосовувати набуті знання у професійній діяльності, для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту, оцінки спортивних явищ та подій.

Предмет вивчення навчальної дисципліни - система знань щодо виникнення й розвитку засобів, форм, методів, ідей та теорій в історії фізичної культури і спорту.

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

В результаті вивчення навчальної дисципліни **здобувач освіти повинен володіти такими предметними компетентностями:**

Інтегральна компетентність. Здатність вирішувати типові спеціалізовані завдання в галузі фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що вимагає застосування положень і методів та може характеризуватися певною

невизначеністю умов; нести відповідальність за результати своєї діяльності; здійснювати контроль інших осіб у визначених ситуаціях.

Загальні компетентності.

ЗК2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місце у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ЗК8. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

Знати:

- історію розвитку спорту на різних континентах від доби первіснообщинного ладу до новітнього часу;

- основні історичні закономірності, факти, дати, події у зародженні та функціонуванні системи сучасного спорту та олімпійського руху;

- основні тенденції, події і закономірності розвитку в галузі фізичної культури на теренах України від найдавніших часів до сьогодення.

Вміти:

- володіти термінологією історії фізичної культури; прищепити розуміння спорту як засобу міжнаціонального спілкування та зміцнення дружби між народами;

- використовувати матеріали з історії фізичної культури при проведенні бесід зі школярами для формування потреби до фізкультурно-спортивної діяльності;

- виховувати усвідомлення причетності нашої нації до формування світової історії фізичної культури;

- прищепити навички наукового аналізу спрямовані на забезпечення самостійного осмислення закономірностей історичного розвитку фізичної культури;

- виробити уміння застосовувати набуті знання у професійній діяльності, для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури, оцінки спортивних подій та явищ;

- знання у професійній діяльності, для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури, оцінки спортивних подій та явищ;

- пояснити як виникло те чи інше явище в історії фізичної культури, які етапи розвитку воно пройшло і яке його значення для сьогодення.

4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ навчальних досягнень здобувачів освіти з дисципліни «Історія фізичної культури і спорту»

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засобами діагностики (оцінювання та демонстрування результатів навчання) є: регулярна перевірка завдань, виконаних як на заняттях, так і позааудиторний час, тематичне тестування, контрольна робота, диференційований залік.

6. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітньо-професійний ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів ECTS – 3 Загальна кількість годин – 90	Галузь знань: 01 Освіта / Педагогіка Спеціальність 017 Фізична культура і спорт Освітня програма: Фізична культура і спорт Освітньо-професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр	Нормативна
		Рік підготовки: 1-й рік
		Семестр – 1
		Лекційні – 30
		Практичні - 30
		Самостійна робота – 30
		Вид контролю: диференційований залік

7. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕМА I. ВИТОКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. Історія фізичної культури як навчальна і наукова дисципліна. Структура курсу, його зв'язок з іншими предметами. Основні терміни і поняття дисципліни та еволюція їх розвитку. Періодизація та джерела вивчення історії фізичної культури. Теорії походження фізичної культури (Теорія трудової діяльності. Теорія гри, ігрової діяльності). Теорія магії, культу, релігійних уявлень. Теорія зайвої енергії. Соціальна спрямованість і завдання фізичного виховання і змагань у рабовласницькому суспільстві. Класичні системи фізичного виховання у Стародавній Греції.

ТЕМА II. РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. Значення спорту у житті античних греків. Передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавній Греції. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор. Спортивні споруди Стародавньої Греції. Причини занепаду давньогрецьких Олімпійських ігор. Особливості європейської фізичної культури та фізичного виховання в країнах Сходу в середні віки. Лицарська система фізичного виховання. Розвиток фізичної культури серед селян та ремісників-міщан європейських країн. Вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання. Зародження науково-методичної думки в галузі фізичного виховання.

ТЕМА III. РОЛЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ. Найважливіші передумови збільшення соціальної ролі фізичного виховання. Основні фактори формування буржуазних національних систем фізичного виховання. Розвиток спорту в Англії і США. Збільшення соціальної ролі спорту у розвинених капіталістичних країнах. Суспільно-історичні передумови становлення міжнародного спортивного руху. Виникнення сучасного олімпійського руху. Зародження робочого спортивного руху.

ТЕМА IV. СТАНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ. Витоки і традиції народної фізичної культури. Фізична культура в період Київської Русі. Фізична культура в період козаччини. Історичні передумови розвитку фізичного виховання та спортивного руху в Україні. Розвиток фізичної культури і спорту в Східній Україні у XIX–XX ст. Особливості розвитку фізичної культури в Західній Україні (кінець XIX– 30-ті рр. XX ст.). Зародження та розвиток спортивно-гімнастичного руху в Західній Україні. Діяльність сокільських, січових, пластових, лугових та спортивних товариств Галичини. Роль Івана Боберського в розвитку західно-українського спортивно-гімнастичного руху. Соціально-економічні умови розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Організаційні засади, структура і матеріальна основа розвитку спортивно-фізкультурного руху в Україні. Соціально-економічні умови розвитку Виступи збірної України на Олімпійських іграх. Історія становлення та розвиток фізкультурно-спортивного руху на Рівненщині. Видатні спортсмени та тренери Рівненщини. Зірки паролімпійського, дефолімпійського спорту Рівненщини. Діяльність спортивно-оздоровчих організацій Рівненщини. Проблеми та перспективи розвитку фізичної культури і спорту на Рівненщині.

ТЕМА V. ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ. Організація, проведення та значення Ігор I Олімпіади. Хронологія та аналіз Олімпійських ігор сучасності. Діяльність Міжнародного Олімпійського Комітету та його президентів. Олімпійська символіка та атрибутика. “Ода спорту” та її гуманістична цінність. Параолімпійські ігри та їх значення.

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При викладанні дисципліни застосовуються словесні, наочні та практичні методи навчання; словесні та наочні – під час лекційних занять та консультацій, практичні – під час практичних та самостійних робіт. Зокрема, застосовуються інтерактивні методи подання навчального матеріалу: створення проблемних ситуацій; робота у великих і малих групах (умовно «фахових»); рольові вправи, наближені до виробничих ситуацій; виконання евристичних вправ; метод «моделювання ситуації (переважно виробничої)» тощо. Застосовуються комп’ютерні, інтернет-технології та спонукання здобувачів освіти до їх використання, що оптимізує, інтенсифікує освітній процес, адже є не тільки джерелом навчальної текстової та відеоінформації, а й дає можливість конструювання, відтворення певних виробничих ситуацій, у яких реалізуються здобуті теоретичні знання, набуті практичні навички за фахом.

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Бакіко І. В., Дмитрук В. С. Історія фізичної культури. Луцьк. 2013. 90 с.
2. Вербицький В. А., Бондаренко І. Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні : [навчальний посібник]. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили. 2014. 340 с.
3. Губарєв І. В. Конспект лекцій з дисципліни «Історія фізичної культури» для здобувачів вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт» очної форми навчання. 2022. 174 с.
4. Степанюк С., Гречанюк О., Маляренко І., Ткачук В. Історія фізичної культури: [навчально-методичний посібник /для здобувачів ступеню вищої освіти «бакалавр» денної та заочної форм навчання спеціальностей 014.11 середня освіта (фізична культура), 017 фізична культура і спорт]. 2016. 272 с.
5. Хоменко С. В., Гриб Т. О., Клименченко Т. Г. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства (частина II). Суми: 2019. 105 с.
6. Губарєв І. В. Конспект лекцій з дисципліни «Історія фізичної культури» для здобувачів вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт» очної форми навчання. 2022. 174 с.
7. Єрмолова В.М. 10 років із П'єром де Кубертенем. – Київ, 2016. – 236 с.
8. Золоті сторінки олімпійського спорту України / За ред. І. Федоренко. – К.: Олімпійська література, 2010. – 191 с.
9. Кулик Я.Л., Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні / Я. Л. Кулик, С.А. Костюк, М.І. Петренко. – Вінниця: Логос, 1997. – 131 с.
10. Липак К. Стрілецький спорт в Україні. Від козацьких звичаїв до олімпійських медалей. – К.: ТОВ «Світ Успіху», 2019 . – 244 с.
11. Степанюк С., Гречанюк О., Маляренко І., Ткачук В. Історія фізичної культури: [навчально-методичний посібник /для здобувачів ступеню вищої освіти «бакалавр» денної та заочної форм навчання спеціальностей 014.11 середня освіта (фізична культура), 017 фізична культура і спорт]. 2016. 272 с.
12. Хоменко С. В., Гриб Т. О., Клименченко Т. Г. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства (частина II). Суми: 2019. 105 с.
13. Цьось А.В. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку ХІХ ст.: навчальний посібник для студ. вищ.навч. закл./ А.В. Цьось, Н.А. Деделюк. Луцьк, Східноєвроп. нац. ун-т ім.Л.Українки, 2020. 456 с.
14. Вацеба О.М. Нариси з історії західно-українського спортивного руху. - ІваноФранківськ: Лілея-НВ, 1997. - 232 с.
15. Воробйов П.Г., Фірсель М.И. На славу спорту і в ім'я честі: Нариси про олімпійські види спорту,- К., 1999.- 264 с.
16. Заседа І. Олімпійські нариси,- К., 1998,- 140 с.

17. Заседа І. Олімпійці,- К., 1996,- 224 с.
18. Кордіяк Ю.С. Чемпіони живуть у Львові. - Львів: Каменяр, 1980,- 176с.
19. Кулик Я.Л., Костюк С.А., Петренко М.І. Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні. - Вінниця: Логос, 1997. - 133 с.
20. На олімпійських хвилях: Довідник УСЦАК (1981-1996) / Упорядник О.Твардовський. - Ньюарк (СІНА), 1997. - 142 с.
21. П'єр де Кубертен. Олімпійські мемуари. К.: Олімпійська література, 1997. 178 с.
22. Пилат В.С. Бойовий гопак. - Львів: Галицька Січ, 1994 - 281 с.
23. Попеску І.К. Спорт у долях балканських народів. - Львів: Світ, 1991. 184 с.
24. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. - Львів, 1995.-254с.
25. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури. - Львів: Троян, 1991.- 104 с.
25. Приймак В. О., Калитка С. В., Романова В. І., Ходаковська Т. В. Аксіологічний підхід у вихованні школярів та досвід фізичного і морального виховання запорізьких козаків. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*. Луцьк: Комунальний заклад вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради, 2023. № 3. С. 48-54.

Інформаційні ресурси

1. Офіційний сайт Верховної Ради України : [http:// www.rada.gov.ua](http://www.rada.gov.ua).
2. Офіційний сайт Міністерства фінансів України: <https://mof.gov.ua/uk>.
3. Офіційний сайт Міністерства економіки України: <http://www.me.gov.ua>.
4. Офіційний сайт Міністерства праці та соціальної політики України: <https://www.msp.gov.ua/>
5. Офіційний сайт Державної податкової служби: <https://tax.gov.ua/> .
6. Офіційний сайт Державної служби статистики України: <http://www.ukrstat.gov.ua/>
7. Офіційний сайт Національної бібліотеки України ім. В.І. Вернадського: <http://www.nbuv.gov.ua/>.