

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ

БАКАЛАВР

Кафедра фізичного виховання і спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Декан факультету ГІСУТ

 / О.В.Нестеренко/

«12» вересня 2022 року

НАВЧАЛЬНА РОБОЧА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ

" Історія фізичної культури »

(назва навчальної дисципліни)

шифр	назва спеціальності
017	Фізична культура і спорт

Розробник(и):

Киселевська С.М. ст. викладач

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)



(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту

протокол № 2 від "12" вересня 2022 року

Завідувач кафедри



(підпис)

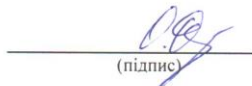
(О.М. Шамич).

(прізвище та ініціали)

Схвалено науково-методичною комісією спеціалізації  
(НКМС): "Фізичне виховання і спорт"

Протокол № 1 від "8" вересня 2022 року

Гарант ОПП



(підпис)

(О.А. Озерова).

(прізвище та ініціали)

)

**ВИТЯГ З НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2022-2023 н.р.**

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання: <b>денна</b>										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних										
				Разом	Л	Пр	Пз	КП	КР	РГ	р			
017	Фізична культура і спорт	3	90	40	24	16	50					<i>E</i>	<i>I</i>	

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання: <b>заочна</b>										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних										
				Разом	Л	Пр	Пз	КП	КР	РГ	р			
017	Фізична культура і спорт	3	90	20	10	10	70					<i>E</i>	<i>I</i>	

## Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета навчальної дисципліни:** ознайомити студентів з історією фізичної культури і спорту як складової частини світової та вітчизняної культури.

### Завдання:

1. Забезпечити теоретичну і практичну підготовку студентів до професійної діяльності.

2. Сприяти процесу формування світогляду студентів – майбутніх фахівців, вихователів нової, молодшої генерації української нації, свідомого громадянина України.

3. Прослідкувати загальні закономірності виникнення та розвитку фізичної культури і спорту з найдавніших часів до наших днів;

4. Висвітлити процес розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах існування людського суспільства, з наукової точки зору;

5. Вивчити історію становлення й розвитку гімнастики, ігор, спорту, ідей і теорій, форм організації та методів в області фізичного виховання.

## Компетенції студентів, що формуються в результаті засвоєння дисципліни

№	Програмний результат навчання	Метод перевірки навчального ефекту	Форма проведення занять	Посилання компетентності
1.	ПРН 01. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.	опитування, заліки, реферативні завдання, презентації, іспити.	лекції, практичні заняття, самостійне навчання, консультації.	ІК ЗК 1, ЗК 3, ЗК 4, ЗК 6, ЗК 10 ФК 1, ФК 6, ФК 12, ФК 13, ФК 14.
2.	ПРН 03. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.	опитування, заліки, реферативні завдання, презентації, іспити	лекцій, практичні заняття, самостійне навчання, консультації.	ІК ЗК - 8. ФК 1, ФК 6, ФК 12, ФК 13, ФК 14.
3.	ПРН 04. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.	опитування, заліки, реферативні завдання, презентації, іспити	лекції, практичні заняття, самостійне навчання, консультації.	ІК ЗК 1, ЗК 3, ЗК 4, ЗК 6, ЗК 10 ФК 1, ФК 6, ФК 12, ФК 13, ФК 14.
4.	ПРН 05. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.	опитування, заліки, реферативні завдання, презентації, іспити	лекції, практичні заняття, самостійне навчання, консультації.	ІК ЗК 1, ЗК 3, ЗК 4, ЗК 6, ЗК 10 ФК 1, ФК 6, ФК 12, ФК 13, ФК 14.

5.	ПРН 12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.	опитування, заліки, реферативні завдання, презентації, іспити	лекції, практичні заняття, самостійне навчання, консультації.	ІК ЗК 1, ЗК 3, ЗК 4, ЗК 6, ЗК 10 ФК 1, ФК 6, ФК 12, ФК 13, ФК 14.
----	--	---	---	--

## Програма навчальної дисципліни /денна/

### МОДУЛЬ 1.

**Змістовий модуль 1. Всесвітня історія фізичної культури і спорту, олімпійського і спортивного руху.**

**Тема 1. Вступ, значення, зміст та завдання предмету. Основний термінологічний апарат та його еволюція.**

Предмет, завдання та зміст дисципліни історії фізичної культури. 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 фізичних вправ та ігор.

**Тема 2. Витоки фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві.**

Передумови виникнення і розвитку фізичних вправ та ігор у первісному суспільстві. Теорії походження фізичної культури.

**Тема 3. Фізична культура стародавнього світу.**

Особливості, провідні форми та суспільне значення фізичної культури стародавнього світу. Значення фізичного виховання в житті Стародавньої Греції. Зміст античної гімнастики. Особливості фізичної культури Стародавнього Риму. Особливості фізичної культури у країнах Стародавнього Сходу та Америки.

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

Особливості європейської фізичної культури в Середні віки. Особливості фізичного виховання у Середні віки в країнах Сходу. 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 5. Фізична культура нового часу.**

Передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII XIX ст. Особливості німецької, шведської, французької та сокільської

систем фізичного виховання. Утворення нових форм та структур фізичного виховання: релігійних, жіночих, робітничих. Скаутський рух. Передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII-XIX ст.

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

Англійська система фізичного виховання. Діяльність Томаса Арнольда. Формування системи міжнародних змагань та організаційних структур міжнародного спорту. Формування наукових основ розвитку спорту.

#### **Тема 7. Витоки фізичної культури в Україні.**

Зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу. Особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби. Розвиток фізичного виховання та спорту в античних державах Північного Причорномор'я. Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян. Особливості, провідні форми та напрямки фізичного виховання у Київській Русі.

#### **Тема 8. Фізична культура та спорт в Україні у XIX-XX ст.**

Історичні передумови розвитку спортивного руху в Україні. Особливості розвитку 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. Особливості спортивного руху в Закарпатті та Буковині у першій третині XX ст. Роль Івана Боберського в розвитку західно-українського спортивно-гімнастичного руху. Розвиток спорту за часів УРСР. Зародження організаційних, програмно-нормативних та науково-методичних основ системи фізичного виховання.

#### **Тема 9. Олімпійські ігри стародавньої Греції.**

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. Значення спорту у житті античних греків.

#### **Тема 10. Відродження олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена.**

Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Піонери відродження Олімпійських ігор. Розкопки Олімпії. Життя та діяльність П. де Кубертена. Атлетичний конгрес 1894 року та його значення. Діяльність О.Бутовського.

#### **Тема 11. Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.**

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. Паралімпійські ігри та їх значення.

## **Тема 12. Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.**

Міжнародний робітничий рух 20-30-х років. Регіональні та континентальні ігри як складова частина міжнародного спортивного руху. Міжнародний студентський спортивний рух, Універсиади. Розвиток неолімпійських видів спорту. Проблеми та перспективи розвитку сучасного міжнародного спортивного та олімпійського рухів.

### **Змістовий модуль 2. Семінарські заняття.**

№	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
1.	Фізична культура в первісному суспільстві. Фізична культура стародавнього світу.	2	2
2.	Фізична культура епохи середньовіччя.	2	
3.	Фізична культура Нового і Новітнього часу.	2	2
4.	Олімпійські ігри Стародавньої Греції.	2	2
5.	Відродження Олімпійських ігор сучасності. Олімпійські ігри в XVII – XIX століттях. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена.	2	
6.	Особливості розвитку міжнародного спортивного та олімпійського руху. Виникнення і розвиток робітничого спортивного руху.	2	2
7.	Фізична культура і спорт в Україні від стародавніх часів до XX ст.	2	2
8.	Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності. Україна в олімпійському спорті.	2	
<b>Усього годин</b>		<b>16</b>	<b>10</b>

### **Методи контролю та оцінювання знань студентів Розподіл балів для дисципліни з формою контролю - екзамен.**

Поточне оцінювання			Підсумковий контроль		Сума балів
Змістовні модулі			Реферат1	к/р	
	1	2			
денна	24	56	10	10	100
заочна	30	50	10	10	100

### **Програма навчальної дисципліни /заочна/**

## **МОДУЛЬ 1.**

### **Змістовий модуль 1. Всесвітня історія фізичної культури і спорту**

#### **Тема 1. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ПЕРВІСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА СТАРОДАВНЬОГО СВІТУ. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЕПОХИ СЕРЕДНЬОВІЧЧЯ.**

Передумови виникнення і розвитку фізичних вправ та ігор у первісному суспільстві. Особливості, провідні форми та суспільне значення фізичної культури стародавнього світу. Значення фізичного виховання в житті Стародавньої Греції. Зміст античної гімнастики. Особливості фізичної культури Стародавнього Риму. Особливості фізичної культури у країнах Стародавнього Сходу та Америки. Особливості європейської фізичної культури в Середні віки. Особливості фізичного виховання у Середні віки в країнах Сходу. Лицарська система фізичного виховання. Розвиток фізичної культури серед селян та ремісників-міщан європейських країн.

#### **Тема 2. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА НОВОГО ЧАСУ.**

Передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII- XIX ст. Особливості англійської, німецької, шведської, французької та сокольської систем фізичного виховання. Утворення нових форм та структур фізичного виховання: релігійних, жіночих, робітничих. Скаутський рух.

#### **Тема 3. ВИТОКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ В УКРАЇНІ У XIX-XX СТОЛІТТЯХ.**

Зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу. Особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби. Розвиток фізичного виховання та спорту в античних державах Північного Причорномор'я. Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян. Особливості, провідні форми та напрямки фізичного виховання у Київській Русі. Історичні передумови розвитку спортивного руху в Україні. Особливості розвитку 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.). Діяльність сокольських, січових, пластових, лугових та спортивних товариств Галичини.

#### **Тема 4. ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ. ВІДРОДЖЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР СУЧАСНОСТІ. ДІЯЛЬНІСТЬ П'ЄРА ДЕ КУБЕРТЕНА.**

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. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Піонери відродження Олімпійських ігор. Розкопки Олімпії. Життя та діяльність П'єра де Кубертена. Атлетичний конгрес 1894 року та його значення. Діяльність О. Бутовського.

#### **Тема 5. ІСТОРИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МІЖНАРОДНОГО ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ.**

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.

### Самостійна робота:

№ з/п	Назва тем для самостійної роботи	Кількість Годин	
		Денна/заочна	
1.	Фізична культура епохи відродження і занепаду феодалізму	2	2
2.	Національні системи фізичного виховання у період нового часу	4	6
3.	Розвиток спорту та утворення міжнародних спортивних федерацій	2	6
4.	Формування наукових основ розвитку спорту (І. Сеченов, П. Лезгафт, Ф. Садолін, Г. Рацине)	4	6
5.	Спортивні споруди Стародавньої Греції.	4	2
6.	Діяльність та роль О. Бутовського у історії сучасного олімпійського руху.	4	6
7.	Особливості формування структури сучасного міжнародного спортивного руху	4	6
8.	Міжнародна олімпійська система	6	6
9.	Олімпійська хартія – основний правовий документ олімпійського руху	4	6
10.	Зародження та розвиток паралімпійського руху. Особливості проведення Паралімпіад.	4	6
11.	Особливості розвитку міжнародного студентського спортивного руху. Універсіади.	4	6
12.	Значення та основні підсумки останніх зимових Олімпійських ігор	4	6
13.	Значення та основні підсумки останніх літніх Олімпійських ігор	4	6
<b>Усього годин</b>		<b>50</b>	<b>70</b>

### Рекомендована література:

#### Основна

1. Бубка С. Н. Олимпийский спорт в обществе: история развития и современное состояние / С. Н. Бубка. – К. : Олимпийская л-ра, 2012. – 260 с.
2. Булатова М. М. Женщины в олимпийском спорте / М. М. Булатова, В. Н. Платонов // Олимпийский спорт; под общ. ред. В. Н. Платонова. – К. : Олимпийская л-ра, 2009. – С. 641–670.
3. Булатова М. М. Культурное наследие Древней Греции и Олимпийские игры / М. М. Булатова, С. Н. Бубка. – К. : Олимпийская л-ра, 2012. – 408 с.
4. Визитей Н. Н. Олимпизм Пьера де Кубертена и исторические



перспективы реализации его идей / Н. Н. Визитей, В. А. Монолаки // Наука в олимпийском спорте. – 2013. – № 3. – С. 5–15.

5. Голощапов Б. Р. История физической культуры и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Б. Р. Голощапов. 4-е изд., испр. – М. : Издательский центр “Академия”, 2007 – 312 с.

6. Золоті сторінки олімпійського спорту України / За ред. І. Федоренко. – К.: Олімпійська література, 2000. – 191 с.

7. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури [Текст]: навчальний посібник / Н. Є. Пангелова. – К. : Освіта України, 2007. – 288 с.

8. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник: в 2-х кн. -К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. - 496 с.

9. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник: в 2-х кн. - К: Олимпийская литература, 1997. - Кн. 2. - 384 с.

10. Філь С. М., Худолій О. М., Малка Г. В. Історія фізичної культури: Навчальний посібник / За ред. проф. С. М. Філя. – Харків, “ОВС”, 2003. – 160 с.

### *Допоміжна*

1. Бубка С. Н. Олімпійське сузір'я України: атлети / С. Н. Бубка, М. М. Булатова. – К. : Олимпийская л-ра, 2010. – 166 с.

2. Вацеба О.М. Нариси з історії західно-українського спортивного руху. - Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 1997. - 232 с.

3. Воробйов П.Г., Фірсель М.И. На славу спорту і в ім'я честі: Нариси про олімпійські види спорту,- К., 1976. - 264 с.

4. Заседа І. Олімпійські нариси. - К., 1957. - 140 с.

5. Заседа І. Олімпійці. - К., 1975. - 224 с.

6. Кордіяк Ю.С. Чемпіони живуть у Львові. - Львів: Каменяр, 1980. - 176с.

7. Кулик В.В. Від Всеобучу до світових рекордів: історія розвитку фізкультурного і спортивного руху на Україні. Нарис. - К.: Здоров'я, 1971. -183 с.

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

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

10. П'єр де Кубертен. Олімпійські мемуари. - К.: Олимпийская литература, 1997. - 178 с.

11. Пилат В.С. Бойовий гопак. - Львів: Галицька Січ, 1994. - 281 с.

12. Попеску І.К. Спорт у долях балканських народів. - Львів: Світ, 1991. - 184 с.

13. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. - Львів, 1995. - 254с.

14. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури.- Львів: Троян, 1991. - 104 с.

15. Теппер Ю. Україна на Спартакіадах / Ю. Теппер. - Київ: Здоров'я, 1972. – 142 с.

16. Трофим'як Б.Е. Фізична культура і спорт в Українській РСР / Б.Е. Трофим'як. – Львів: Вища школа, 1987. – 159 с.

### ***Інформаційні ресурси:***

1. Internet-ресурс [www.library.vspu.edu.ua](http://www.library.vspu.edu.ua)
2. Internet-ресурс [www.nbu.gov.ua](http://www.nbu.gov.ua)
3. Internet-ресурс [bukvar.su](http://bukvar.su)
4. Internet-ресурс [uadoc.zavantag.com/text/3744/index](http://uadoc.zavantag.com/text/3744/index)
5. Internet-ресурс [www.parta.com.ua](http://www.parta.com.ua)
6. [http://ksuonline.kspu.edu/pluginfile.php/49784/mod\\_resource/content/1/IFK%20metod.pdf](http://ksuonline.kspu.edu/pluginfile.php/49784/mod_resource/content/1/IFK%20metod.pdf)
7. <https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=5298&lang=ru>
8. <http://194.44.152.155/elib/local/2075.pdf>
9. [Olympedia.org](http://Olympedia.org) .
10. Sports-reference: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.sports-reference.com/olympics/>
11. The International Olympic Committee: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.olympic.org/ioc>
12. International Olympic Academy: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://ioa.org.gr/en>
13. International university sports federation: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.fisu.net/en/Summer-Universiades-3490.html>
14. The International Paralympic Committee: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.paralympic.org/TheIPC>
15. International Committee of Sports for the Deaf: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.deaflympics.com/icsd.asp>
16. Special Olympics: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.specialolympics.org/default.aspx>
17. Національний Олімпійський комітет України: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/ua/home.html>
18. Олімпійська арена: [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.olimparena.org>