Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение

Республика Башкортостан

«Белебеевский медицинский колледж»

(ГАПОУ РБ «Белебеевский медицинский колледж»)

УТВЕРЖДАЮ

Зав. отделом по учебной работе ГАПОУ РБ

«Белебеевский медицинский колледж»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Логанова Л.Р.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г.

Методическая разработка семинарского занятия

для преподавателей по дисциплине «Физическая культура»

на тему: «История развития физической культуры и спорта»

для специальности:

32. 01. 02. Сестринское дело

2016 год

|  |  |
| --- | --- |
| СогласованоМетодист­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т. Т. Ленчевская | Рассмотрено и утверждено на заседании ЦМК общеобразовательных, ОГСЭ и ЕН дисциплин Протокол № \_\_\_ «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_ 2016 г.Председатель \_\_\_\_\_\_\_ И.А Полякова |

Аннотация на методическую разработку семинарского занятия.

В методической разработке по теме: «История развития физической культуры и спорта» проводится обобщение знаний по изучаемой дисциплине. Данное занятие, приуроченное к дате - Международный день спорта на благо развития и мира.

Автор

преподаватель дисциплины «Физической культура» Л.А. Садовникова

Рецензент:

преподаватель дисциплины «Медико- социальной реабилитации»

Н.И. Тихонова

Содержание

1. Пояснительная записка…………………………………………….4

2. Технологическая карта ……………………………………………7

 3.План семинарского занятия…………………………………………9

 4. История возникновения и развития физической культуры ……….

и спорта............................................................................................................11

 5. История возникновения и развития аэробики……………………..12

 6. История возникновения и развития настольного тенниса ………..13

 7. История возникновения и развития конкура…………………........15

 8. История возникновения и развития бобслея……………………....16

 9. История возникновения и развития художественной……………..

гимнастики………………………………………………………………..….17

 10. История возникновения и развития волейбола…………………...19

 11. История возникновения и развития шахмат……………………....21

 12. История возникновения и развития плавания…………………....23

 13. История возникновения и развития футбола………………….….26

 14. История возникновения и развития легкой атлетики………….....28

 15. История возникновения и развития баскетбола…………………..30

 16. Литература………………………………………………………..…31

 17. Приложения………………………………………………………....33

Пояснительная записка

Дисциплина «Физическая культура» проводится на протяжении всего периода обучения студента. Основное содержание учебной дисциплины реализуется в процессе теоретических и практических занятий и представлено двумя разделами: теоретическая часть и практическая часть.

Теоретическая часть направлена на формирование у обучающихся мировоз­зренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности в профес­сиональном росте и адаптации к требованиям изменяющемуся рынку труда.

Методологической основой организации занятий по физической культуре является системно - деятельностный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся. Таким образом, освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» предполагает, что студентов, освобожденных от занятий физическими упражнениями, практически нет. Вместе с тем в зависимости от заболеваний двигательная активность обучающихся может снижаться или прекращаться. Студены, временно освобож­денные по состоянию здоровья от практических занятий, осваивают теоретический и учебно-методический материал, готовят рефераты, презентации, санбюллетени. Данная методическая разработка может быть использована, как на уроке в виде лекционного материала, так и для проведения внеклассного мероприятия по физической культуре, где обучающиеся самостоятельно готовятся к уроку. Данный урок является теоретическим занятием, на которое отводится 2 часа. Цель занятия - популяризация физической культуры и спорта, пропаганда здорового образа жизни.Для контроля знаний используют тестовые задания (Приложение 1)

Тема урока: «История развития физической культуры и спорта»

Тип урока: семинар

Вид урока: урок – доклады с взаимным рецензированием

Продолжительность занятия: 90 минут

Место проведения: аудитория Белебеевского медицинского колледжа

Цели урока:

Основная цель: Закрепить знания по истории развития физической культуры и спорта.

Образовательные:

1. Выявление, закрепление и контроль теоретических знаний студентов по данной теме.
2. Выработка навыков использования теоретических знаний в практической работе.
3. Формирование навыков систематизации и обобщения полученных знаний.

Воспитывающие:

1. Воспитать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и здоровому образу жизни.
2. Формировать интерес к изучаемой дисциплине.
3. Воспитывать чувство коллективизма и дисциплинированность.

Развивающие:

1. Развивать познавательный интерес.
2. Развивать внимание, умственную активность, творческие способности.
3. Развивать умение грамотно, четко и точно выражать мысли.

Методические:

1. Продемонстрировать методику проведения семинарского занятия.
2. Разработать план семинарского занятия.
3. Обеспечить самостоятельную работу студентов литературой, интернет источниками.

Студент должен знать:

1. Историю развития физической культуры и спорта.

2. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.

3. Основы здорового образа жизни.

Студент должен уметь:

1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Доступно донести доклад слушателям.

3. Выполнить тестовые задания по пройденной теме.

Содержание семинарского занятия должно быть ориентировано на овладение общих компетенций (ОК)

ОК. 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК. 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК. 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях, нести за них ответственность.

ОК. 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

Оснащение урока:

1. Методическое:

- методическая разработка для преподавателей, сопровождаемая презентацией;

- доклады по избранному виду спорта;

- пакет контрольных заданий.

2. Техническое:

1. Учебно-методический комплекс по теме.
2. Пакет тестовых заданий.
3. Экран.
4. Проекционная система.
5. Указка.
6. Оборудование.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №№п/п | Название этапа | Описание этапа | Цели этапа | Методы | Время |
| II | Организационный момент | Отметить отсутствующих, оценить внешний вид, проверить готовность аудитории к занятию.Сообщить тему, цели занятия. Подчеркнуть актуальность темы.Изложить план работы студентов на занятии, методы работы и критерии оценок. | Дисциплинированность.Подготовить студентов к работеСоздать у студентов цельное представление о занятии, мобилизовать внимание, нацелить на работу.Создать у студентов рабочий настрой. | Беседа | 7 мин. |
| III | Контроль исходного уровня знаний. | Проведение опроса студентов по данной теме и анализ ошибок допущенных ими. | Контроль исходного уровня знаний | Опрос | 3 мин. |
| IIII | Теоретический разбор материала по вопросам семинарского занятия | Студенты выступают с подготовленными им сообщениями с просмотром презентаций и видеофильмов, делают выводы.Отвечают на вопросы. | Выявление и закрепление знаний по теме | доклады с взаимным рецензированием | 70 мин |
| IIV | Проверка итогового уровня знаний студентов | Тестовый контроль. | Контроль итогового уровня знаний | Тесты | 5 мин |
| IV | Подведение итогов урока.  | Студентам сообщаются итоговые оценки.  | Оценка деятельности студента | Беседа |  5 мин. |
| Итого: |  |  90мин. |

**План семинарского занятия**

 Семинарское занятие по теме: История развития физической культуры и спорта посвященный «Международному дню спорта на благо развития и мира»

1. Пояснительная записка.

Занятие проводится со студентами, занимающимися в специальной медицинской группе по дисциплине «Физическая культура». Студенты выступают с заранее подготовленными сообщениями по избранным им видам спорта. После выступления они отвечают на поставленные вопросы (приложение 2)

1. Обоснование темы урока.

Тема урока: «История развития физической культуры и спорта» выбрана не случайно, так как она является одной из тем для самостоятельной работы студентов. Где, основное внимание уделяется, самостоятельному изучению материала, используя литературу, журналы ФИС, интернет источники, получить знания о физической культуре и спорте, истории их развития.

1. Актуальность темы.

 Физическая культура и спорт начали развиваться еще с глубокой древности, в наш век - высоких технологий они продолжают совершенствоваться и разнообразиться. На протяжении всего существования человечества будет использоваться для развития физических качеств и лечебного воздействия.

4. Введение в семинарское занятие. Физкультура – это среда общественной деятельности, которая нацелена на здоровый образ жизни человека. Показателем развития физкультуры в жизни людей является: степень здоровья и физического состояния общества; частое использование систем физических упражнений в жизни людей.

Развитие физкультуры стало проявляться в конце 19 века в Англии во время расцвета современного спорта. В городах России физкультура стала развиваться в начале 20 века. В целях развития физкультуры в обществе людей в Москве в 1918 году создали институт физкультуры. Начиная с 1922 года, стал издаваться журнал под названием «Физическая культура». В 1925 году стали публиковать журнал «Теория и практика физической культуры», который существует и на сегодняшний день.

Со временем развитие физкультуры стало доступным и в странах социалистического лагеря и неразвитых странах. Понятие «физическая культура» судя по названию, имеет отношение к культуре. Развитие физкультуры можно отнести к общественной культуре, которая является источником совершенствования, поддержания и формирования человека в области физического воспитания.

С появлением в жизни человека физкультура стала частичкой культуры всего человечества. К развитию физкультуры можно отнести не только физическую подготовку человека к жизненным ситуациям, но и моральные, нравственные качества человека, которые сформировались с появлением и дальнейшим развитием физкультуры. Если говорить точнее о развитии физкультуры, то это сфера деятельности, которая отражает успехи человечества в физических, нравственных и психических качествах. Степень формирования этих человеческих качеств объединяются в единую ценность физической культуры человека, как частички общей культуры человека.

В наше время большинство специалистов теории спорят о применении слова «Физическая культура», так как многие страны в мире не имеют понятия о существовании термина «физическая культура». Странами исключениями являются страны Европы, расположенные на востоке, где развитие физкультуры существовало еще с давних времен по системе советского союза. В нынешнее время все ученые спорта полагают, что термин «физическая культура» должен применятся всюду. Одни ученые полагают, что необходимо термин «физическая культура» сменить термином «спорт», а другие считают, что термин «физическая культура» является шагом в современную жизнь спорта.

23 августа 2013 года Генеральная Ассамблея ООН единогласно приняла решение отмечать 6 апреля как Международный день спорта. Официальное название Дня — Международный день спорта на благо развития и мира.

 Не одно столетие создавался фундамент истории русского спорта и физической культуры. Если рассматривать истоки его традиций, то, пожалуй, трудно найти точку отсчета: эти истоки - в основе нации, в основе характера нашего народа.

 В древних летописях не раз встречается упоминание, что люди еще в былые времена были выносливые, сильные. А если есть сила - как не похвастаться ею? И, как утверждают историки, редкий праздник обходился без игрищ. Самые ловкие фехтовали на пиках, ходили по натянутым канатам, дюжие силачи поднимали лошадей, валили наземь быка, впрягались в груженые возы, гнули подковы. Бывало, боролись с медведем, состязались в умении бросать тяжелые валуны…

Воспитание физических качеств основывается на постоянном стремлении сделать сверх возможное для себя, удивить окружающих своими возможностями. Но для этого со времени рождения нужно постоянно и регулярно заниматься физкультурой.

5. Выступление обучающихся с демонстрацией презентаций и ответами на вопросы (Приложение 3)

**1. Тезисы сообщения на тему: «История развития физической культуры и спорта»**

Физическая культура - часть общей культуры общества, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека, спортивных достижений. Составной частью физической культуры является спорт - средство и метод физического воспитания, система организации соревнований по различным физическим упражнениям.

Историю развития физической культуры в России можно условно разделить на три этапа: с древнейших времен до 1917 г., развитие физической культуры в СССР и в Российской Федерации после 1991 г.

Олицетворением гармонично развитой личности в древности является образ былинного богатыря. Основной формой физической подготовки были игрища. Целью физического воспитания вплоть до XVIII в. была военно-физическая подготовка, что объясняется тем, что Русь вынуждена была вести много войн.

Спортивная история России, официальная зафиксированная в протоколах начинается с воскресного дня 19 февраля 1889 года, когда на льду “Петровки" состоялся первый в истории России чемпионат по конькобежному спорту. В программе был забег всего на одну дистанцию - 3 версты (3200 метров). Победителем стал Александр Паншин. За соревнованиями наблюдали, как сообщал тогда журнал "К спорту" 1,5 тысячи человек.

В I Олимпийских турнирах 1896 года спортсмены царской России не участвовали, так как не имели средств на поездку в Грецию. По той же причине они не участвовали во II и III Олимпиадах. Впервые русские спортсмены приехали на Олимпийские игры 1908 года в Лондон. Их было всего пятеро, и трое из них завоевали медали - одну золотую и две серебряные.

Физкультура и спорт уже прочно вошли в быт народа России. И неудивительно, что в 1939 году был учрежден Всесоюзный день Физкультурника - праздник, ставший для российских людей ежегодным.

В стране, охваченной войной, спортивные традиции не угасали даже в те суровые годы. В тяжелую весну 1942 года состоялась традиционная эстафета по Садовому кольцу. Уже в победном 1945 году спортивный календарь Москвы предусматривал состязания по всем видам спорта. Такое внимание, конечно, стало могучим стимулом роста спортивных результатов: за 1945 год было установлено 108 всесоюзных рекордов, из них 13 оказались выше официальных мировых достижений. Таким образом, виды спорта разделились, как вошедшие в программу Олимпийских игр и нет.

Виды спорта, не вошедшие в программу Олимпийских игр: [Акробатика](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/akrobatika_i_22.html), [Айкидо](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/ajkido_i_23.html), [Альпинизм](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/alpinizm_i_24.html), [Армреслинг](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/armresling_i_25.html), [Аэробика спортивная](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/aerobika-sportivnaja_i_26.html), [Бильярдный спорт](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/biljardnyj-sport_i_27.html), [Бодибилдинг](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/bodibilding_i_28.html), [Боулинг](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/bouling_i_56.html), [Бридж спортивный](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/bridzh-sportivnyj_i_57.html), [Воднолыжный спорт](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/vodnolyzhnyj-sport_i_58.html), [Гиревой спорт](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/girevoj-sport_i_59.html), [Дартс](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/darts_i_61.html), [Каратэ](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/karate_i_62.html), [Кикбоксинг](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/kikboksing_i_63.html), [Шахматы](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/shaxmaty_i_77.html), [Шашки](http://www.mst.by/ru/vidy-sporta/non-olympic-games/shashki_i_78.html).

**2. Тезисы сообщения на тему: «История развития Аэробики»**

В широком смысле к аэробике относятся: ходьба, бег, плавание, катание на коньках, лыжах, велосипеде, и другие виды двигательной активности. Выполнение общеразвивающих и танцевальных упражнений, объединенных в непрерывно выполняемый комплекс, также стимулирует работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Комплекс упражнений включает в себя ходьбу, бег, прыжки, упражнения на гибкость. Результат регулярных занятий аэробикой — поддержание тела в тонусе, тренировка мышц и кожи, общее оздоровление организма. Используется в профилактических и лечебно-оздоровительных целях.

Различают оздоровительную аэробику, спортивно-оздоровительную аэробику, спортивную аэробику. Также существует базовая аэробика (без дополнительных снарядов и элементов), степ-аэробика (с использованием степ-платформы), фитбол-аэробика.

 В Советском Союзе с 1985 по 1991 года по Центральному телевидению были показаны 13 комплексов ритмической гимнастики.

-В 1984 году передача дебютировала на экранах с выпуска, который вела известная фигуристка Наталия Линичук. Исполнители — Елена Новожилова, Жанна Смиренина, Калерия Студеникина, Ирина Чериченко, Дмитрий Мишаков, Николай Тугов. Композитор А. Кириак, вступительную песню исполняет Сергей Минаев. Второй выпуск аэробики провела не менее известная балерина Лилия Сабитова, по телевидению он демонстрировался с января по март 1985 года. В комплексе использовались мелодии нидерландской группы «Stara on 45». Третий комплекс ритмической гимнастики вела заслуженный мастер спорта по спортивной гимнастике Елена Букреева (март — апрель 1985 года).

Для аэробики используют специально записанную музыку без промежутков между песнями (треками). Обычно продолжительность диска составляет 50-60 минут, в конце добавляют композицию для стретчинга и расслабления. Для каждого из видов аэробики используют разную по ударности (частоте) и стилю музыку.

**3. Тезисы сообщения на тему: «История возникновения и развития настольного тенниса»**

Возникновение слова теннис неизвестно, так как оно не имеет слов родоначальников в современном языке. Историки предполагают, что название игры теннис произошло от игры, в которой участвовало 10 (по английски тен) игроков, по 5 человек на каждой стороне площадки, а может быть от латинского слова тенниса – лента, тесьма (сетка теперь). Есть также предположение, что название игры произошло от французского слова тенез, которое переводится вот вам, берите. Эту фразу часто говорили французские игроки, посылая мяч партнеру. Так или иначе, но слово теннис сегодня прочно вошло в наш лексикон, и означает игру в мяч через сетку ракетками.

Родоначальником игр с ракеткой и мячом считают Англию. Так в XVI в. в Англии и Франции возникла забавная игра в мяч без определенных правил – прообраз тенниса. Однако в феодальной Франции еще в 1292 г. излюбленной была игра жё-де-пом или как ее называли игра яблоком, которую также считают прародительницей тенниса. Игра эта вела свою родословную от римской игры в тригон. При этом вначале играли руками и лишь в XY-м столетии появились ракетки.

Простой инвентарь, а главное – небольшие размеры площадки позволяли играть где угодно. Это обеспечило широкое распространение настольной игры, которая в короткие сроки стал излюбленной салонной игрой в Англии, а затем и в других странах Европы, Азии и Африки. Интересно, что игра велась в строгой вечерней одежде: женщины в длинных платьях, мужчины в смокингах и фраках. Англия – официально считается родиной настольного тенниса, хотя истоки ее можно искать, видимо, и в Европе и в Восточной Азии. Название Пинг-понг произошло от звука мяча о стол и ракетку.

Постепенно пинг-понг становится не просто салонным развлечением, а спортивной игрой, хотя ракетки не были стандартизированы и играли ракетками и с длинной ручкой и со струнами и даже обтянутыми кожей. Мячи изготавливались из резины или пробки, их часто обшивали тканью. В 1891 году настольный теннис получил мощный толчок к развитию благодаря инженерной мысли Джеймса Гибба, который решил маленькие полые цветные шарики от детской игрушки использовать для игры в пинг-понг. Введение в игру легкого целлулоидного мяча позволило значительно снизить вес ракетки. Вместо ракеток со струнами появились фанерные ракетки с укороченной ручкой.

В Англии пинг-понг, как спорт был признан в 1900 году. К началу ХХ века популярность пинг-понга возросла, и увлечение новой игрой буквально захлестнуло все страны. На очередной сессии МОК было принято решение о включении настольного тенниса в программу летних Олимпийских игр 1988 года. Олимпийские соревнования прошли в мужском и женском одиночных и мужском и женском парных разрядах.

**4. Тезисы сообщения на тему: «История развития Конкура»**

Преодоление препятствий, или, как его часто называют, конкур,— наиболее зрелищный вид конного спорта. Для успешного участия в нем требуется длительная и упорная тренировка спортсмена и лошади. Всадник должен обладать смелостью и решительностью, тонким расчетом, высоким искусством управления лошадью, хорошей общефизической подготовкой. От лошади требуются большая сила отталкивания, высокая координация движений, умение сохранять равновесие при полете над препятствием и при приземлении.

Выездка считается самым элегантным видом конного спорта. При выполнении упражнений лошадь должна двигаться, сохраняя то или иное положение своего корпуса, соответствующее номеру программы. В выездке важно наличие импульса - стремление к движению вперёд, полная послушность средствам управления, действия которых должны быть почти незаметными.

Троеборье является наиболее полным, комбинированным соревнованием по конному спорту. Оно требует от всадников серьёзных навыков во всех классических видах конного спорта и четкого понимания навыков своей лошади, степени её подготовки, полученных разумным и рациональным тренингом.

Вольтижировка (от франц. voltiger — порхать) — вид конного спорта, суть которого заключается в выполнении гимнастических и акробатических упражнений (в одиночку, парой и группой) на лошади, движущейся по кругу шагом или галопом.

Драйвинг или соревнования конных упряжек (англ. Carriage driving) Одна из дисциплин конного спорта, в которой спортсмены (управляющий лошадью и его помощник грум) участвуют в турнирах или соревнованиях на запряжённых в экипажи лошадях.

Скачки проводятся в разных возрастных категориях. Чистокровные верховые лошади начинают скакать в возрасте полутора лет.

Бега — испытания лошадей рысистых пород на резвость в беге рысью. Обычно лошади испытываются, запряжённые в беговую качалку — специальный двухколёсный экипаж, предназначенный для бегов. Реже рысистые бега проходят под седлом. Человек, который управляет рысаком (в качалке или в седле), называется наездник.

Конные пробеги это преодоление верхом больших расстояний, соревнования на выносливость. В прошлом, когда лошадь была главным транспортным средством, пробеги имели большое прикладное значение, особенно для подготовки кавалерии к дальним походам. В настоящее время пробеги это конноспортивные соревнования, привлекающие большое количество поклонников. Проводятся на дистанции разной протяженности. Хотя они не входят в программу Олимпийских игр, но проводится много турниров различного уровня, в том числе международного. Для пробегов не подойдет лошадь любой породы. Больших успехов в этом виде добились арабские и ахалтекинские лошади.

**5. Тезисы сообщения на тему: «История развития Бобслея»**

Бобсле́й — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях — бобах. Родиной бобслея является Швейцария. Здесь в 1888 году английский турист Уилсон Смит соединил между собой двое саней с доской и использовал их для путешествия из Санкт-Морица в расположенную несколько ниже Челерину.

Там же, в Санкт-Морице, в конце XIX в. был организован первый в мире бобслейный спортивный клуб, где были разработаны основные правила соревнований в этом виде женщин. В дальнейшем количество членов экипажа бобслейных саней менялось — два, четыре, пять, а иногда и восемь человек. Бобслей получил распространение в ряде стран Европы, где стали проводиться соревнования, а затем и национальные чемпионаты по этому виду спорта. В Австрии они проводятся с 1908 года, а в Германии — с 1910 года.

Первые в мире особые сани были сконструированы в 1904 году и сделаны из дерева. Однако быстро были заменены стальными санями, которые стали называть «бобами» из-за способа, которым команды качались назад и вперёд для увеличения скорости на прямых. Стоимость одного боба равна стоимости нового авто. Бобслейная команда сначала состояла из пяти или шести человек. Но в 1930-х годах состав сократили до двух или четырёх человек. Команда состоит из пилота, одного брейкмана или двух разгоняющих в бобах-четверках.

Трасса Кубка Мира по бобслею 2011 г., Австрия.
Трасса для бобслея представляет собой ледяной жёлоб на железобетонном основании, имеющий различные по крутизне повороты и виражи. Трасса обязана иметь, по крайней мере, один прямой участок и лабиринт (три последовательных поворота без прямого участка). Единственная натуральная трасса находится в Санкт-Морице. Длина трассы — 1500—2000 метров с 15 виражами минимального радиуса 8 метров, а перепад высот от 130 до 150 метров.

Чемпионаты мира по бобслею проводятся с 1924 года. В программу зимних Олимпийских игр бобслей был включен начиная с 1924 года. Тогда соревнования проводили на четырёхместных санях, в 1928 году — на пятиместных, а начиная с 1932 года соревнования проводятся на двух- и четырёхместных санях. В середине 1980-х появился Кубок мира. В начале 1990-х на соревнованиях в Европе и Северной Америке дебютировали женщины. Международная федерация бобслея и тобоггана — ФИБТ была основана в 1923 году. Объединяет более 50 национальных федераций. Слово тобогган, упоминаемое в названии Федерации — это дань традиции, описывает распространенные среди индейцев Канады бесполозные деревянные сани, которые в несколько измененном виде стали использоваться как спортивный инвентарь.

**6. Тезисы сообщения на тему: «История развития художественной гимнастики»**

Гимнастика – это одно из действенных и универсальных средств Физического Воспитания, это система специальных упражнений и методических приемов, которая имеет свойство доступности, эффективности и эмоцианальности.

Средства гимнастики: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения (ОРУ), прикладные упражнения, вольные упражнения, упражнения художественной гимнастики, акробатические упражнения, прыжки, упражнения на снарядах.

Художественная гимнастика- вид спорта, выполнение под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).

Художественная гимнастика — сравнительно молодой вид спорта; своим появлением он обязан мэтрам балета прославленного Марлинского театра. За сравнительно небольшой срок своего существования этот вид спорта завоевал мировую признательность и имеет многочисленных поклонников во всех уголках земного шара.

В 1913 году в Ленинградском институте физической культуры имени П. Ф. Лесгафта была открыта высшая школа художественного движения. 1980 год — стал для художественной гимнастики поворотным, после завершения Олимпийских игр в Москве, на конгрессе МОК было принято решение о включении этого вида спорта в программу Олимпийских игр. Олимпийская же история художественной гимнастики начинается в 1984 году, когда первое Олимпийское золото завоевала в Лос-Анджелесе канадка Лори Фанг.

Спустя четыре года олимпийской чемпионкой в Сеуле стала Марина Лобач, Александра Тимошенко одержала победу в Барселоне, в Атланте — Екатерина Серебрянская, в Сиднее — Юлия Барсукова, в Афинах — Алина Кабаева, в Пекине — Евгения Канаева. Начиная с Олимпийских Игр в Атланте художественная гимнастика была представлена полностью двумя разделами: соревнованиями в индивидуальных и групповых упражнениях.

Первые шаги в художественной гимнастике желательны в очень юном возрасте — в 3-5 лет, т. к. организм ребенка гораздо восприимчивее к развитию гибкости, координации и быстроты движений. Главные качества гимнаста это сила воли, выносливость и пластика. Как правило, уже в 14-16 лет многим спортсменам приходится расставаться с гимнастикой или переходить в спортивный балет. Лишь немногие гимнастки продолжают спортивную карьеру до 20-22 лет.

Нельзя не отметить тот факт, что художественная гимнастика, точнее оценка результатов выступлений, вещь крайне субъективная. Не раз возникали серьезные скандалы и даже дисквалификации судей из-за неравноценного отношения к спортсменам

Олимпийские чемпионки: Кабаева Алина, Канаева Евгения, Капранова Ольга, Чащина Ирина.

**7. Тезисы сообщения на тему: «История развития волейбола»**

Волейбол (англ. volleyball от volley — «ударять мяч с лёта» (также переводят как «летающий», «парящий») и ball — «мяч») — вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд

Центральный орган волейбола как международного вида спорта, определяющий свод правил FIVB(англ.) — Международная федерация волейбола. Волейбол — олимпийский вид спорта с 1964 года.

Изобретателем волейбола считается Уильям Дж. Морган, преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан в городе Холиоке 9 февраля 1895 года в спортивном зале он подвесил теннисную сетку на высоте 197 см, и его ученики, число которых на площадке не ограничивалось, стали перебрасывать через неё баскетбольную камеру. Годом позже игра демонстрировалась на конференции колледжей ассоциации молодых христиан в Спрингфилде и по предложению профессора Альфреда Т. Хальстеда получила новое название — «волейбол». В 1916 году были опубликованы первые правила волейбола.

Основные правила игры сформировались в 1915—25 гг. В странах Америки, Африки, Европы практиковался волейбол с шестью игроками на площадке, в Азии — с девятью или двенадцатью игроками на площадке 11х22 м без смены позиций игроками во время матча.

В 1922 году проведены первые общенациональные соревнования — в Бруклине с участием 23 мужских команд. В том же году была образована федерация баскетбола и волейбола Чехословакии — первая в мире спортивная организация по волейболу.

С 2006 года FIVB объединяет 220 национальных федераций волейбола, волейбол является одним из самых популярных видов спорта на Земле. В августе 2008 года новым президентом FIVB был избран китаец Вэй Цзичжун.

Наиболее развит волейбол как вид спорта в таких странах как Россия, Бразилия, Китай, Италия, США, Япония, Польша. Действующим чемпионом мира среди мужчин является сборная Бразилии (2006), среди женщин — сборная России (2006).

В январе 1925 года Московский Совет физкультуры разработал и утвердил первые официальные правила соревнований по волейболу. По этим правилам с 1927 года регулярно проводятся первенства Москвы. Важным событием в развитии волейбола в нашей стране явился чемпионат, разыгранный во время первой Всесоюзной Спартакиады 1928 года в Москве. В нём участвовали мужские и женские команды Москвы, Украины, Северного Кавказа. Соревнования на первенство СССР проводились исключительно на открытых площадках Первым олимпийским чемпионом в Токио-1964 также стала наша мужская сборная. Побеждала она и на Олимпиадах в Мехико (1968) и в Москве (1980). А женская сборная четырежды (1968, 1972, 1980 и 1988) завоёвывала титул олимпийских чемпионов.

Всероссийская федерация волейбола (ВФВ) образована в 1991 году. Президент федерации — Николай Патрушев. Мужская сборная России — победитель Кубка мира-1999 и Мировой лиги-2002. Женская команда побеждала на чемпионате мира-2006, чемпионатах Европы (1993, 1997, 1999, 2001), Гран-при (1997, 1999, 2002), Всемирном Кубке чемпионов-19. Под эгидой FIVB

Олимпийские игры проводятся раз в 4 года. Чемпионат мира проводится так же раз в 4 года. Всемирный Кубок чемпионов проводится раз в 4 года. Мировая лига проводится раз в год. Гран – при проводится раз в год. Под эгидой CEV чемпионат Европы проводится раз в 2 года.

Скорость полёта мяча при подаче у лучших игроков может достигать 130 км/ч. За товарищеской игрой сборных Бразилии и СССР на знаменитом футбольном стадионе «Маракана» наблюдали 96500 зрителей.

Первыми подавать в прыжке начали бразильские волейболисты в начале 80-х, что позволило им завоевать серебро на Олимпиаде 1984 года.

В конце 2000 г. Международная федерация волейбола подвела итоги конкурса "Лучшие ХХ века". В номинации "Лучший игрок" специальными наградами были отмечены Инна Рыскаль и Константин Рева, а в номинации "Лучший тренер" - Гиви Ахвледиани и Вячеслав Платонов.

Заключение

С момента своего появления на свет волейбол переживает бурное развитие. Это выражается и в растущем количестве волейболистов, и в растущем числе стран-членов Международной федерации волейбола. По своей распространённости эта игра занимает ведущее положение на мировой спортивной арене.

Игра в волейбол стала не только чисто спортивной, но и происходит развитие волейбола, как игры ради отдыха, игра в волейбол стала средством организации досуга, поддержания здоровья и восстановления работоспособности. Волейбол способствуют воспитанию чувства коллективизма, настойчивости, решительности, целеустремленности, внимания и быстроты мышления; способности управлять своими эмоциями, совершенствованию основных физических качеств.

**8. Тезисы сообщения на тему: «История развития шахмат»**

Ша́хматы — настольная логическая игра, сочетающая в себе элементы искусства, науки и спорта. Главным органом, занимающимся организацией международных шахматных соревнований, является ФИДЕ (FIDE, фр. Fédération Internationale des Échecs), организованная в 1924г. Во многих странах мира существуют также национальные организации шахматистов

В 819 году при дворе халифа аль - Мамуна в Хоросане прошёл турнир трёх сильнейших игроков того времени: Джабира ал-Куфи, Абылджафара Ансари и Зайраба Катана. В 847 году вышла первая шахматная книга, которую написал Аль-Алли. Приблизительно в 820 году шахматы появились на Руси, придя, как считается, либо прямо из Персии через Кавказ и Хазарский каганат, либо от среднеазиатских народов, через Хорезм. Во всяком случае, русское название игры унаследовано от таджиков или узбеков, названия фигур в России также созвучны или аналогичны по смыслу арабским или среднеазиатским. Изменения в правилах, позже внесённые европейцами, с некоторым запозданием проникали на Русь, постепенно превратив старые русские шахматы в современные.

К XV веку шахматы приобрели, в общем, современный облик, хотя из-за несогласованности изменений ещё несколько веков в разных странах бытовали собственные, иногда достаточно причудливые, особенности правил. В 1160 году появилась первая шахматная поэма, которую написал Эзрой. В 1283 вышла первая шахматная книга в Европе — трактат Альфонса X Мудрого. В 1161 году католический кардинал Дамиани издал указ о запрете игры в шахматы среди духовенства. В своём письме к папе Александру II он назвал шахматы «измышлением дьявола», «игрой непристойной, неприемлемой». Глава реформистского крыла протестантской церкви Ян Гус также был противником шахмат. Под влиянием церковного неприятия запрещали игру в шахматы король польский Казимир II, французский Людовик IX (Святой), английский Эдуард IV. На Руси православная церковь также запретила игру в шахматы под угрозой отлучения от церкви, что было официально закреплено в кормчей книге 1262 года и подтверждено в 1551 году Стоглавым собором. В Европе в 1393 году Регенбургский собор изъял шахматы из числа запрещённых игр. В России сведений об официальной отмене церковного запрета на шахматы нет, но, по крайней мере, с XVII—XVIII века этот запрет фактически не действовал. Играл в шахматы Иван Грозный. При Алексее Михайловиче шахматы были распространены среди придворных, умение играть в них было обычным среди дипломатов. В Европе сохранились документы того времени, в которых, в частности говорится, что русские посланники знакомы с шахматами и играют в них весьма сильно. Увлекалась шахматами царевна Софья. При Петре I ассамблеи не проходили без шахмат.

К XV—XVI векам шахматные правила в основном устоялись, благодаря чему началось развитие систематической шахматной теории. В 1561 году Руи Лопес издал первый полный учебник шахмат, в котором были рассмотрены выделяемые сейчас этапы партии — дебют, миттельшпиль и эндшпиль. Он же впервые описал характерный вид дебюта — «гамбит», в котором преимущество в развитии достигается путём жертвы материала.

Эмануэль Ласкер — второй в истории [шахмат](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D1%8B) чемпион мира с [1894](http://ru.wikipedia.org/wiki/1894) по [1921](http://ru.wikipedia.org/wiki/1921) год, шахматный теоретик и литератор, математик. Работал [редактором](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80) журнала «Lasker’s Chess Magazine» ([1904](http://ru.wikipedia.org/wiki/1904)—[1909](http://ru.wikipedia.org/wiki/1909)). Имел степень [доктора](http://ru.wikipedia.org/wiki/Ph.D.) по [математике](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0).

Алекса́ндр Алекса́ндрович Але́хин ([31 октября](http://ru.wikipedia.org/wiki/31_%D0%BE%D0%BA%D1%82%D1%8F%D0%B1%D1%80%D1%8F) [1892](http://ru.wikipedia.org/wiki/1892), [Москва](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%B2%D0%B0) — [24 марта](http://ru.wikipedia.org/wiki/24_%D0%BC%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B0) [1946](http://ru.wikipedia.org/wiki/1946), [Эшторил](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D1%88%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%BB), [Португалия](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%83%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%8F)) — выдающийся [русский](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F) и [французский](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) шахматист, четвёртый чемпион мира по [шахматам](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D1%8B). Михаил Моисеевич Ботвинник — советский [шахматист](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%81%D1%82), 6-й чемпион мира по шахматам ([1948](http://ru.wikipedia.org/wiki/1948)—[1957](http://ru.wikipedia.org/wiki/1957), [1958](http://ru.wikipedia.org/wiki/1958)—[1960](http://ru.wikipedia.org/wiki/1960), [1961](http://ru.wikipedia.org/wiki/1961)—[1963](http://ru.wikipedia.org/wiki/1963)), шестикратный чемпион [СССР](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%A1%D0%A1%D0%A0) ([1931](http://ru.wikipedia.org/wiki/1931)—[1952](http://ru.wikipedia.org/wiki/1952)), профессор, председатель.

**9. Тезисы сообщения на тему: «История развития плавания»**

Рисунки на археологических находках свидетельствуют, что люди в [Древнем Египте](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D0%95%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%82), [Ассирии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%80%D0%B8%D1%8F), [Финикии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B8%D1%8F) и во многих других странах умели плавать за несколько тысячелетий до нашей эры, и известные им способы плавания напоминали современные [кроль](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%80%D0%BE%D0%BB%D1%8C) и [брасс](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%81). В то время плавание носило чисто прикладной характер — при рыбной ловле, охоте за водоплавающей дичью, подводном промысле, в военном деле. В [Древней Греции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D1%8F%D1%8F_%D0%93%D1%80%D0%B5%D1%86%D0%B8%D1%8F) плавание стало использоваться как важное средство [физического воспитания](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5_%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5).

Первые соревнования по плаванию относятся к рубежу XV—XVI веков (так, в 1515 году прошли состязания пловцов в [Венеции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D1%86%D0%B8%D1%8F)). Первая спортивная организация пловцов возникла в [Англии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D1%8F) в 1869 году («Ассоциация любителей спортивного плавания Англии»), следом подобные организации появились в [Швеции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B2%D0%B5%D1%86%D0%B8%D1%8F) (1882), [Германии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F), [Венгрии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D1%80%D0%B8%D1%8F) (1886), [Франции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F) (1887), [Нидерландах](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D1%8B), [США](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%A8%D0%90) (1888), [Новой Зеландии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D0%97%D0%B5%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%8F) (1890), [России](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F) (1894), [Италии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%8F), [Австрии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B2%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%8F) (1899).

 Рост популярности спортивного плавания в конце XIX века связан с началом строительства [искусственных бассейнов](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B1%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B5%D0%B9%D0%BD). В 1896 году плавание вошло в программу [первых Олимпийских игр](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_1896), и с тех пор неизменно входит в олимпийскую программу. В ходе развития плавания использовались следующие стили:

[Брасс](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%81). Техника брасса впервые была проанализирована датчанином Николасом Винманом в книге, изданной в 1538 году; на протяжении нескольких столетий брасс занимал ведущее место во всех школах плавания.

[Оверарм](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9E%D0%B2%D0%B5%D1%80-%D0%B0%D1%80%D0%BC&action=edit&redlink=1)— усовершенствованный англичанами в середине XIX века народный способ [плавания на боку](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9F%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BD%D0%B0_%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%83&action=edit&redlink=1)

[Треджен-стиль](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A2%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD-%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BB%D1%8C&action=edit&redlink=1) — стиль плавания, который впервые продемонстрировал в 1873 году англичанин Джон Артур Треджен. Постепенно треджен-стиль вытеснил брасс и оверарм.

[Кроль](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%80%D0%BE%D0%BB%D1%8C) впервые был продемонстрирован австралийцем Ричмондом Кэвиллом; первые крупные победы с использованием кроля одержали венгр [ЗолтанХалмаи](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B0%D0%BB%D0%BC%D0%B0%D0%B8%2C_%D0%97%D0%BE%D0%BB%D1%82%D0%B0%D0%BD) и американец [Чарльз Дэниэльс](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%8D%D0%BD%D0%B8%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%2C_%D0%A7%D0%B0%D1%80%D0%BB%D1%8C%D0%B7), выигравшие на [Играх 1904 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_1904) по 2 дистанции. Благодаря усовершенствованиям, внесённым американскими пловцами, кроль к концу 1920-х годов окончательно вытеснил другие стили.

В плавании вольном стиле единственное ограничение по способу плавания — спортсмен может быть полностью погружён в воду только «во время поворота и на расстоянии не более 15 м после старта и каждого поворота».

[Плавание на спине](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BD%D0%B0_%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B5) впервые было включено как самостоятельный вид на [Олимпийских играх 1900 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_1900). Старт в плавании на спине производится из воды: спортсмен, находясь лицом к тумбочке, держится обеими руками за стартовые поручни, ногами упираясь в бортик бассейна. Исключая момент выполнения поворота, спортсмен должен плыть на спине; «нормальное положение на спине может включать вращательное движение тела в горизонтальной плоскости до 90° включительно; положение головы не регламентируется». Спортсмен может быть полностью погружен в воду только «во время поворота, на финише и на расстоянии не более 15 м после старта и каждого поворота».

Плавание [брассом](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%81) стало самостоятельным видом программы на [Олимпийских играх 1904 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85_1904). В середине 1930-х годов в США и (чуть позже) в СССР появилась новая, более скоростная разновидность брасса — [баттерфляй](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D1%82%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%84%D0%BB%D1%8F%D0%B9), который вытеснил классический брасс.

[Комплексное плавание](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BF%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5) — дисциплина, в которой пловец равные части дистанции преодолевает баттерфляем (добавлен в 1953 году), на спине, брассом и вольным стилем. [Комбинированная эстафета](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8D%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%B0) — эстафета, в которой участники преодолевают свои этапы разными стилями: на спине, брассом, баттерфляем (добавлен в 1953 году), вольным стилем. При этом «вольный стиль» означает любой стиль, кроме плавания на спине, брасса и баттерфляя.

В 1954г. советские пловцы впервые приняли участие в чемпионате Европы. В то время уровень развития спортивного плавания среди женщин был значительно ниже, чем среди мужчин. По этой причине в европейском чемпионате участвовали только мужчины.

В 1956г. на XVI Олимпиаде в Мельбурне 5 советских пловцов стали бронзовыми медалистами. Советская команда пловцов набрала в Мельбурне 10 очков и с 15-го места, занятого на XV Олимпиаде, передвинулась на 7-е.

В 1961 году была создана единая система организации учебно-спортивной работы в стране. В ряде городов было введено обязательное для всех учащихся 1-4 классов обучение плаванию. Значительно возросло в нашей стране количество бассейнов.

Самого большого успеха на международной спортивной арене советские пловцы добились в 60-е годы.

В 1980 на XXII Олимпиаде в Москве Владимир Сальников впервые в истории "выплыл" на 1500м. (вольным стилем) из 15 минут, с результатом 14.58.27с. Так как многие ведущие команды не приехали на олимпиаду, то подавляющее большинство наград в плавании досталось сборной СССР.

На Олимпиаде в Сеуле золотые медали нашей команде принесли И.Полянский на 200м. (спина), с результатом 1.59.37с. и В.Сальников на 1500м. (вольным стилем), с результатом 15.00.40 секунд. На XXV Олимпиаде в Барселоне, в эстафете 4 по 200м. (вольный стиль), сборная России в составе: Д.Лепиков, В.Пышненко, В.Таянович и Е.Садовый, установила новый мировой рекорд.

**10. Тезисы сообщения на тему: «История развития футбола»**

 Футбол – одна из самых популярных командных игр в мире, где за малое количество очков нужно стремительно бороться. Футбол (англ. football, от foot — нога и ball — мяч) – спортивная командная игра, в которой спортсмены, используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнёрам ногами или любой другой частью тела, кроме рук, стараются забить его в ворота соперника наибольшее количество раз в установленное время. В команде 11 человек, в том числе вратарь. Игровая, специально размеченная прямоугольная площадка — поле (110—100 м; 75—69 м — для официальных матчей) Время игры 90 мин (2 периода-тайма по 45 мин с 10—15-минутным перерывом). Если говорить в общем, то футбол это страстное противоборство двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции.

 История не знает ни года, ни места рождения футбола. Но этот «пробел» говорит только в пользу самого футбола — свидетельствует и о древности игры в мяч ногами, и о популярности ее у многих народов земного шара. С очень давних пор интересовал людей вопрос: кто же изобрел эту игру? Археологические раскопки убедительно доказали, что некий «предок» футбола жил еще в Древнем Египте: ученые обнаружили здесь не только изображения играющих в мяч, но и сами мячи. Историки утверждают и то, что игра в мяч ногами была любима китайскими воинами за две тысячи лет до нашей эры, и то, что прародителей футбола следует искать в Древнем Риме и в столь же древней Греции. Футбол — одна из старейших спортивных игр, происхождение которой относится к далекому прошлому. Но, пожалуй, больше всего оснований считать себя родоначальниками футбола англичан: именно здесь футбол впервые был назван футболом. И произошло это не при официальном признании игры, а при ее запрете. В 1349 г. король Эдуард III в специальном указе обратил внимание шерифов Лондона на то, что стрельба из лука, столь полезная для молодежи, ушла на второй план из-за увлечения разного рода бесполезной и «беззаконной» игрой наподобие футбола.
В 1857произошло историческое событие в английском городе Шеффилде был организован первый в мире футбольный клуб «Шеффилд ФК» Шесть лет спустя представители уже 7 клубов собрались в Лондоне, что бы выработать единые правила игры и организовать Национальную футбольную ассоциацию.

Современный футбол в России узнали лет сто назад в портовых и промышленных городах. В порты его “завозили” моряки-англичане, а в промышленные центры — иностранные специалисты, которых на заводах и фабриках России работало довольно много. Первые русские футбольные команды появились в Одессе, Николаеве, Петербурге и Риге, а несколько позже и в Москве. Первые официальные соревнования по футболу в нашей стране состоялись в начале века. В Петербурге футбольная лига была создана в 1901 г., в Москве — в 1909-м. Еще через год-два лиги футболистов появились и во многих других городах страны. В 1911 г. лиги Петербурга, Москвы, Харькова, Киева, Одессы, Севастополя, Николаева и Твери составили Всероссийский футбольный союз.

Олимпийский чемпион 1956г и чемпион Европы, пятикратный чемпион СССР, ЗМС СССР(1957), Лев Яшин - лучший вратарь XX века, по версии МФФИИС (Международная федерация футбольной истории и статистики). Лев Яшин- автор уникального достижения: он провел 22 сезона клубе - «Динамо»- с 1949 по 1970 год. Даже играя в матчах в составе сборной СССР Яшин играл в форме с буквой «Д» на футболке. Он был первым вратарем в советском футболе, который провел 100 игр «на ноль». Первый футбольный мяч-кил.

Бразильский нападающий Пеле - лучший футболист XX века, по версии Футбольной комиссии ФИФА. Пеле признан лучшим спортсменом XX века, по мнению Международного олимпийского комитета. Самый быстрый игрок. Португальский нападающий мадридского «Реала» Криштиану Роналду способен разгонятся на поле до 33,6 км.ч. Самый быстрый гол. На второй секунде матча между командами «Аль Хиляль» и «Аль Шоалах» на кубок принца Фасала бин Фахада игрок «Аль Хиляль» Наваф Аль Абед пробил с центра поля после стартового свистка, и мяч попал в ворота соперника. Самый сильный удар. На чемпионате мира 2010 года немецкий нападающий Лукас Подольски установил новый рекорд по силе удара и скорости полета мяча с Австралией - 201 км. ч. До этого рекорд принадлежал Роберто Карлосу- 198 км. ч. Самый титулованный клуб мира. «Глазго Рейнджерс» (Шотландия) - обладатель 159 титулов: чемпион Шотландии(54 раза), обладатель Кубка Шотландии (33 раза), Кубка Шотландской лиги (27 раз), Кубка Глазго(44 раза), Кубка обладателей кубков 1972 самый большой футбольный стадион «Жорналиста Морио Филью», или, как привыкли его называть болельщики, «Маракана», находится в Рио-де-Жанейро и способен вместить 200 тыс. человек. Строительство стадиона началось в 1948 году перед проведением ЧМ 1950 года, но из-за того что масштаб строительства оказался очень велик, работы завершились лишь в 1965 году.

В коллекции наград итальянского судьи Пьера Луиджи Калины- 6 призов лучшему арбитру планеты. За свою необычную внешность Пьер Луиджи Калина в футбольных кругах имеет прозвище Инопланетянин. Некоторые фанаты называли его Фантомасом. В России часто используется еще одно прозвище – Кощей или Кощеюшка.

**11. Тезисы сообщения на тему: «История развития легкой атлетики»**

 Лёгкая атлетика — совокупность видов спорта, включающая бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробеги (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности).

История легкой атлетики начала свой отсчёт еще с Олимпийских игр в Древней Греции. На самых первых олимпиадах соревновались только в беге на длину стадиона (192,27 м). Позже в программе появился диаулос – бег в две стадии (туда и обратно). После чего появился бег на выносливость. В 708 г. до н.э. атлеты уже мерились силами в пятиборье, а позже в – эстафетном беге.

На Британских островах с XII в. стали проходить соревнования в беге на различные дистанции, прыжки в длину, в высоту и с шестом, метание тяжестей. Эти состязания и легли в основу большинства видов современной легкой атлетики.

Второе рождение легкая атлетика получила в 1859 г., когда греки попытались возродить Олимпийские игры. В программе первых общенациональных соревнований основное место заняла лёгкая атлетика. В 1866 г. прошёл первый легкоатлетический чемпионат Великобритании, а через 10 лет подобное соревнование прошло в США.

В России легкая атлетика появилась в 1888 г. С 1946 сов. легкоатлеты участвуют в чемпионатах Европы (проводятся с 1934 в чётные годы между Олимпийскими играми), с 1952 — в Олимпийских играх. В 1968 основана Европейская ассоциация легкой атлетики — ЕАА, объединяющая 35 национальных федераций

Высшим руководящим органом, регулирующим проведение соревнований и развитием лёгкой атлетики как вида спорта, является: Международная ассоциация легкоатлетических федераций (ИААФ).

ИААФ определяет международные правила проведения соревнований и ведёт мировой рейтинг ведущих спортсменов легкоатлетов.

Виды легкой атлетики: ходьба, бег, прыжки, метания, многоборья.

Спортивная ходьба по технике движений отличается от всех видов ходьбы постановкой выпрямленной в коленном суставе ноги. Однако, общим для всех видов ходьбы является постоянный контакт ноги с грунтом одной или двух ног одновременно.

 Рекорды в спортивной ходьбе регистрируются на дорожке стадиона не более 500 м на дистанциях от 3-х км до результатов суточной ходьбы (более 200 км). На соревнованиях мужчины идут 20 км и 50 км, а женщины идут 20 км. Бег занимает наибольшую часть программы легкой атлетики и имеет разновидности: гладкий бег; бег с препятствиями (искусственными и естественными); эстафетный бег.

Прыжки в легкой атлетике проводятся в длину, в длину тройным, в высоту и в высоту с шестом, как для мужчин, так и для женщин. Результат фиксируется в метрах и сантиметрах.

В метания входят: толкание ядра, метание молота такого же веса, метание копья (800 г и 600 г), метание диска (2 кг и 1 кг), гранаты (700 г и 500 г), теннисного мяча.

Легкоатлетические многоборья включают много видов легкой атлетики. Классическое мужское десятиборье – это бег на 100, 400, 1500 м, 110 м с барьерами, прыжки в высоту, с шестом, в длину, метание копья, диска, толкание ядра. Классическое женское семиборье – это бег 100 м с барьерами, 200 м, 800 м, прыжки в длину и в высоту, метание копья и толкание ядра.

Олимпийские чемпионы по легкой атлетике

Антюх Наталья – бег 400 м. с баръерами (2012, Лондон)

Борчин Валерий – спортивная ходьба 20 км. (2008, Пекин)

Лысенко Татьяна – метание молота (2012, Лондон)

Слесаренко Елена – прыжки в высоту (2004, Афины)

Кирдяпкин Сергей - спортивная ходьба 50 км (Лондон)

**12. Тезисы сообщения на тему: «История развития баскетбола»**

Баскетбо́л ([англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) basket — корзина, ball — мяч) — спортивная командная игра с [мячом](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D1%8F%D1%87). В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (всего в каждой команде по 12 человек, замены не ограничены). Цель каждой команды — [забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%87%D0%BA%D0%BE_%28%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%29) и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину. Корзина находится на высоте 3,05 м от пола (10 футов). За мяч, заброшенный с ближней и средней дистанций, засчитывается два очка, с дальней (из-за 3-х очковой линии) — [три очка](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%80%D1%91%D1%85%D0%BE%D1%87%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9_%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%BA); [штрафной бросок](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%BD%D0%BE%D0%B9_%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%BA) оценивается в одно очко. Стандартный размер [баскетбольной площадки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D1%89%D0%B0%D0%B4%D0%BA%D0%B0) — 28 м в длину и 15 м — в ширину. Баскетбол — один из самых популярных видов спорта в мире.

Баскетбол входит в программу [Олимпийских игр](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB_%D0%BD%D0%B0_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85) с [1936 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_1936) (изобретатель игры [Джеймс Нейсмит](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B6%D0%B5%D0%B9%D0%BC%D1%81_%D0%9D%D0%B5%D0%B9%D1%81%D0%BC%D0%B8%D1%82) был там, в качестве гостя). Регулярные [чемпионаты мира по баскетболу](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D1%82_%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%B0_%D0%BF%D0%BE_%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83) среди мужчин проводятся с [1950 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/1950_%D0%B3%D0%BE%D0%B4), среди женщин — с[1953 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/1953_%D0%B3%D0%BE%D0%B4), а [чемпионаты Европы](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D1%82_%D0%95%D0%B2%D1%80%D0%BE%D0%BF%D1%8B_%D0%BF%D0%BE_%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83) — с [1935 года](https://ru.wikipedia.org/wiki/1935_%D0%B3%D0%BE%D0%B4). В Европе проводятся международные клубные соревнования: [Евролига](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%95%D0%B2%D1%80%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B0_%28%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%29), [Еврокубок](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%83%D0%B1%D0%BE%D0%BA_%D0%95%D0%B2%D1%80%D0%BE%D0%BF%D1%8B_%D0%BF%D0%BE_%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83), [Кубок вызова ФИБА](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%83%D0%B1%D0%BE%D0%BA_%D0%B2%D1%8B%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D0%A4%D0%98%D0%91%D0%90).

Наибольшего развития эта игра достигла в [США](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%A8%D0%90): чемпионат [Национальной баскетбольной ассоциации](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) (НБА) более 50 лет является сильнейшим национальным клубным турниром в мире. Баскетбол считается национальным видом спорта в [Литве](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D1%82%D0%B2%D0%B0#.D0.9A.D1.83.D0.BB.D1.8C.D1.82.D1.83.D1.80.D0.B0_.D0.9B.D0.B8.D1.82.D0.B2.D1.8B).

6. Выполнить тестовые задания с помощью взаимоконтроля (Приложение 1)Литература

*Для студентов*

1. Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С. и др. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреж­дений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В.Я.Кикотя, И.С.Барчукова. — М., 2010.

2. Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г. В. Барчуковой. — М., 2011.

3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред.проф. образо­вания. — М., 2014.

4. Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2012.

3. Материалы Международной федерации настольного тенниса и материалы Барчуковой Г.В.

5. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г.И. Физическая куль­тура: учеб.пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2010.

6. СайгановаЕ.Г, Дудов В.А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб.посо­бие. — М., 2010. — (Бакалавриат).

*Для преподавателей*

1. Евсеев Ю. И. Физическое воспитание. — Ростов н/Д, 2010.

7. Кабачков В.А. Полиевский С.А., Буров А.Э. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие. — М., 2010.

8. Литвинов А. А., Козлов А. В., Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. — М., 2014.

9. Манжелей И. В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. — Тюмень, 2010.

10. Тимонин А. И. Педагогическое обеспечение социальной работы с молодежью: учеб.посо­бие / под ред. Н.Ф.Басова. — 3-е изд. — М., 2013.

*Интернет-ресурсы*

[www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru) (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) (Федеральный портал «Российское образование»).

[www.olympic.ru](http://www.olympic.ru) (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

Приложение 1

**Тесты.**

Тестовые задания имеют 1 уровень сложности: один правильный ответ из четырех предложенных ответов. Время, отведенное на выполнение тестов, составляет 5 минут. Пакет КИМов по учебной дисциплине содержит 1 вариант тестового задания, включающий 10 вопросов в варианте.

1. На что направлена дисциплина «Физическая культура»?

А) на укрепление здоровья

Б) на развитие физических способностей человека

В) на достижение спортивных результатов

Г) все ответы верны

2. В каком месяце на льду “Петровки" состоялся первый в истории России чемпионат по конькобежному спорту?

А) январь

Б) февраль

В) март

Г) апрель

3. В каком году впервые русские спортсмены приехали на Олимпийские игры?

А) 1908 год в Лондон

Б) 1889 год

В) 1896 год в Грецию

Г) 1910 год

4. Какие виды спорта вошли в программу Олимпийских игр?

А) волейбол

Б) аэробика

В) кикбоксинг

Г) шахматы

5. Как называется зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях?

А) керлинг

Б) бобслей

В) баттерфляй

Г) шантраж

6. Назовите Олимпийскую чемпионку по художественной гимнастике?

А) Кабаева Алина

Б) Чащина Ирина

В) Капранова Ольга

Г) все ответы верны

7. Каким мячом играли в пинг-понг до 1914 года?

А) пластмассовый

Б) резиновый

В) из пробкового дерева

Г) валанчик

8. Где впервые были созданы правила по настольному теннису?

А) Англия

Б) Литва

В) Россия

Г) Австро-Венгрия

9. На какой высоте находится корзина в баскетболе?

А) 3 м

Б) 2, 5 м

В) 3,05 м

Г) 3,5м

10. Как называется нарушение в футболе «Мяч уходит за пределы игровой площадки»?

А) аут Б) пробежка В) фол Г) пайп

**Эталон ответа**

Система оценивания тестового задания представлена в баллах: одному правильному ответу соответствует 1 балл.

Тест №1 – г

Тест №2 - б

Тест №3 - а

Тест №4 - а

Тест №5 - б

Тест №6 - г

Тест №7 - б

Тест №8 - а

Тест №9 - в

Тест №10 -а

 Критерии оценки:

 5 баллов - ставится при количестве ошибок 0-1

 4 балла - ставится при количестве ошибок 2-3

 3 балла - ставится при количестве ошибок 4-5

 2 балла - ставится при количестве ошибок 6

 1 балл - ставится при количестве ошибок 7

 0 баллов – ставится при количестве ошибок более 7

Приложение 2

**Вопросы для контроля исходного знания.**

1. Какие разделы программы дисциплины физическая культура мы прошли?

Ответ: теоретический и практический, который состоит из легкой атлетики, гимнастики, лыжная подготовка, спортивные игры.

1. Какие физические качества человека мы развивали на занятиях физической культуры?

Ответ: сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость.

1. Назовите пословицы и поговорки про спорт, физическую культуру и здоровье.

Ответ: 1. В здоровом теле здоровый дух.

 2. Спорт – это жизнь!

3. Кто спортом занимается, тот силы набирается.

4.Двигайся больше - проживешь дольше.

5. Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

6. Здоровье дороже денег.

7.Трус не играет в хоккей.

4. Кто автор этих слов: «Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно» (Лев Толстой)

«Главное - не победа, а участие»  (Пьер де Кубертен)

«О спорт, ты — мир!» (Пьер де Кубертен)

Приложение 3

**Вопросы.**

1. Занимались ли вы художественной гимнастикой?

2. Делаете ли Вы Утреннею гигиеническую гимнастику?

3. Смотрели ли вы последние зимние олимпийские игры, когда были соревнование по бобслею?

4. Относятся ли соревнование по волейболу к олимпийским играм? (да)

5. Умеете ли Вы плавать? Какие физические качества развиваются во время плавания? (сила, выносливость, быстрота)

6. Сколько весит баскетбольный мяч? (размер 7, масса 567-650 г., окружность 750-780 мм.)

7. Занимали ли Российские спортсмены призовые места по настольному теннису в чемпионатах мира? (Всего на личных Кубках мира (1980-2014 годы) российские спортсмены настольного тенниса выступали пять раз: Алексей Смирнов (4) и Александр Шибаев (1). На аналогичные женские личные Кубки мира (1996-2014 годы) российские девушки никогда не приглашались)

8. Как называется порода лошадей в Башкортостане? (Башкирская порода)

 9. Волшебный крылатый конь в Башкирском фольклоре? (Акбузат)

10. Продемонстрируйте элементы движений базовой аэробики.

11. В каком году и где будет проводиться ближайший чемпионат мира по футболу? (2018 год, в России, г. Казань)

12. Какие виды легкой атлетике мы используем на уроке физической культуры? (ходьба, бег, прыжки, метания)

Приложение 4

**Таблица рейтингового контроля семинарского занятия.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ф.И.О.** | **доклад**  | **презентация** | **ответы на вопросы** | **тесты** | **оценка студента** | **оценка преподавателя** |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Приложение 5

**Критерии оценивания работы на семинаре**

Развернутый ответ обучающегося должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания:

1) полноту и правильность выданной информации;

2) степень осознанности, понимания изученного;

3) языковое оформление сообщения.

 5 баллов ставится, если:

1) обучающийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий;

2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные;

3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

4 балла ставится, если:

- обучающийся излагает материал, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для 5 баллов, но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

3 балла ставится, если:

– обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;

2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении сообщения.

2 балла ставится, если:

- обучающийся обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

1 балл ставится, если:

- обучающийся зачитывает материал, который не отвечает выше перечисленным требованиям, не отвечает на поставленные вопросы и не владеет информацией своего сообщения.

Приложение 6

**Оценочный лист члена комиссии**

Тема семинарского занятия: «История развития физической культуры и спорта»

Дата \_\_\_\_\_\_\_\_

Ф.И.О. члена жюри\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

По каждому критерию выставляется оценка в баллах:

2 балла – полное соответствие требованиям

1 балл – частичное соответствие

0 баллов – несоответствие предъявляемым требованиям

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Критерии оценки студенческих сообщений** | **Номера сообщений участников** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 1. | Соответствие сообщения теме |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | Актуальность темы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Заключение по теме (представлено полно, частично, отсутствует) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. | Нестандартный подход к раскрытию темы (оригинальный, традиционный) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. | Научность, грамотное использование терминологии |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. | Логичность изложения и грамотность речи |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. | Умение держаться, внешний вид, манера изложения, общения с аудиторией |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. | Владение материалом (излагает свободно без конспекта или читает) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. | Иллюстративный материал соответствует теме доклада |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Использование ТСО |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Качество иллюстративного материала |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Возможность практического применения |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Соблюдение регламента |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сумма баллов |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

За общее впечатление от доклада только одному участнику имеют право добавить дополнительно: все члены комиссии по 1 баллу.