

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Від первісних традицій до
сучасних олімпійських перемог

Освітній компонент підготовки
фахового молодшого бакалавра.

Спеціальність А7
«Фізична культура і спорт».

Розробник: Наталія Протасюк,
Кам'янський фаховий коледж
фізичного виховання.



**“Щоб виховати
чемпіонів
майбутнього,
потрібно розуміти
переможців
минулого.”**



Фундамент Чемпіона: Чому ця дисципліна важлива?

Цей курс — не просто перелік дат.
Це глибока історико-культурна,
професійна та світоглядна підготовка
майбутнього фахівця.

Ми вивчаємо закономірності
виникнення та розвитку фізичного
виховання, щоб ви могли
використовувати цей потужний
історичний досвід у своїй сучасній
кар'єрі тренера чи інструктора.

Паспорт освітнього компонента



60 годин
/ 2 кредити ЄКТС

Загальний обсяг:



30 годин

Лекції:



4 години

Семінарські заняття:



26 годин

Самостійна робота:



Залік

Підсумковий контроль:



**Вибірковий
освітній компонент**

Статус:

Екосистема професійних знань



Змістовий модуль 1: Загальна історія фізичної культури



1. Виживання

Фізична культура первісного суспільства.



2. Античність

Стародавній Схід, Греція (гімнасії, палестри) та Рим. Зародження Олімпійських ігор.



3. Середньовіччя

Лицарські турніри та система виховання міщан.



4. Новий час

Національні системи (Німеччина, Швеція, Франція, Англія, США).

Витоки тренувальних систем: Спарта проти Афін

Спартанська система

Головна мета:
Підготовка ідеального воїна.

Фокус підготовки:
Військово-прикладні навички,
сувора дисципліна, виживання.

Державний контроль:
Тотальний.

Афінська система

Головна мета:
Калокагатія (гармонійний
розвиток тіла і духу).

Фокус підготовки:
Естетика, філософія, гімнастика,
легка атлетика.

Державний контроль:
Демократичний, орієнтація
на громадянина.

Національна спадщина: Козацьке тіловиховання

Фізична культура в період козаччини —
**це унікальна система підготовки
запорозьких козаків.**

**Військово-
прикладні
вправи**

**Традиційні ігри
та змагання**

**Унікальні традиції тіловиховання,
що стали основою українського
національного духу.**



Еволюція: Від національного виживання до світової єдності

Спорт перетворився з інструменту виживання на платформу для глобального миру та професіоналізму.

Від:

Військової підготовки, лицарських турнірів та локальних шкіл (Шведська, Німецька).



До:

Створення Міжнародного олімпійського комітету (МОК) та відродження Олімпійських ігор сучасності.



Змістовий модуль 2: Міжнародний та олімпійський рух



Україна на світовій арені

Шлях до олімпійських вершин:



3. Незалежність

Тріумфальні виступи національної збірної команди України на Олімпійських іграх. Олімпійська освіта та цінності.

1. XIX–XX ст.

Становлення українського спортивного руху та перших фізкультурно-спортивних організацій.

2. До 1992 року

Участь українських спортсменів у міжнародному спорті у складі збірних.

Ваш професійний арсенал (Компетентності)



Аналіз

Здатність аналізувати історичні тенденції, обробляти інформацію та застосовувати передовий досвід для розвитку спорту.



Організація

Практичні навички для проведення тренувань, організації фізкультурних заходів та ефективної самостійної роботи.



Цінності

Збереження моральних і культурних цінностей суспільства, формування до самовдосконалення та академічної доброчесності.



Спектр оцінювання успішності

Як ми вимірюємо ваш успіх:

Інтерактив

Семінарські виступи, презентації, аргументація власної думки.

Аналітика

Проблемні завдання, написання рефератів, порівняльні характеристики.

Знання

Модульні тести, усні та фронтальні опитування.

Самостійна робота

Створення хронологічних схем, дослідження відкритих джерел.

Інформаційні ресурси та література

Базові підручники

В.М. Платонов «Олімпійський спорт», Т.Ю. Круцевич «Теорія і методика фізичного виховання», М.М. Булатова «Олімпійська освіта».

Цифрові платформи

Матеріали Міжнародного та Національного олімпійського комітету (МОК, НОК України).

Офіційні дані

Ресурси Міністерства молоді та спорту України, бази спортивних федерацій та музеїв спорту.





ПІЗНАЙ ІСТОРІЮ. СТВОРЮЙ МАЙБУТНЄ.

Обирайте освітній компонент «Історія фізичної культури».

60 годин | 2 кредити ЄКТС | Ваша конкурентна перевага у сучасному спорті.

Розуміння минулого — це ваш перший крок до виховання чемпіонів майбутнього.