ФГОС ВО
(версия3++)

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Рабочая программа дисциплины

Челябинск
ЧГИК
2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
1
Сертификат: 45880B7BBB8A2AEBAD39360286A0AA3C
Владелец: Синецкий Сергей Борисович
Действителен: с 29.09.2025 до 23.12.2026

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЛЯБИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»

Кафедра физической культурыи хореографической педагогики в спорте

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Рабочая программа дисциплины

Программа бакалавриата
«Документационное обеспечение управления»
по направлению подготовки
46.03.02 Документоведение и архивоведение

Квалификация: бакалавр

Челябинск
ЧГИК
2026

УДК 796.0 (073)
ББК 75 я 73
С 73

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО (версия 3++) по направлению подготовки 46.03.02 Документоведение и архивоведение.

Авторы-составители: Л.В. Еремина, доцент кафедры физической культуры и хореографической педагогики в спорте

Рабочая программа дисциплины как составная часть ОПОП на заседании совета факультета документальных коммуникаций и туризма рекомендована к рассмотрению экспертной комиссией, протокол № 7 от 17.04.2023.

Экспертиза проведена 15.05.2023, акт № 2023/ДОУ.

Рабочая программа дисциплины как составная часть ОПОП утверждена на заседании Ученого совета института протокол № 8 от 29.05.2023

Срок действия рабочей программы дисциплины продлен на заседании Ученого совета института:

Учебный год	№ протокола, дата утверждения
2024/2025	Протокол № 11 от 27.05.2024
2025/2026	Протокол № 8 от 26.05.2025
2026/2027	Протокол № 10 от 25.05.2026
2027/28	

С 73 Спортивные игры: рабочая программа дисциплины по выбору бакалавриата «Документационное обеспечение управления» по направлению подготовки 46.03.02 Документоведение и архивоведение, квалификация : бакалавр / авт.-сост. Еремина Л.В.; Челяб. гос. ин-т культуры. – Челябинск, 2023. – 57 с. – (ФГОС ВО версия 3++). – Текст : непосредственный.

Рабочая программа дисциплины включает: перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы; указание места дисциплины в структуре ОПОП; объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся; содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам), с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий; перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине; фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине; перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины; перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины; методические указания для обучающихся по освоению дисциплины; перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения; описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

© Челябинский государственный
институт культуры, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Аннотация....6
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы....7
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы....7
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся....8
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий....8
4.1. Структура преподавания дисциплины....8
4.1.1. Матрица компетенций....12
4.2. Содержание дисциплины....13
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине....18
5.1. Общие положения....18
5.2. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы....20
5.2.1. Содержание самостоятельной работы....20
5.2.2. Методические указания по выполнению самостоятельной работы....20
5.2.3. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных....20
ресурсов необходимых для самостоятельной работы....20
6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине....20
6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе....20
освоения образовательной программы....20
6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания....33
6.2.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных....33
этапах их формирования....33
6.2.2. Описание шкал оценивания....34
6.2.2.1. Описание шкалы оценивания ответа на зачете....34
6.2.2.2. Описание шкалы оценивания....35
6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для....36
оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования....36
компетенций в процессе освоения образовательной программы....36
6.3.1. Материалы для подготовки к зачету....36
6.3.2. Темы и методические указания по подготовке рефератов,....37
эссе и творческих заданий по дисциплине....37
6.3.3. Методические указания по выполнению курсовой работы....38
6.3.4. Типовые задания для проведения текущего контроля....39
формирования компетенций....39
6.3.4.1. Планы семинарских занятий....39
6.3.4.2. Задания для практических занятий....39
6.3.4.3. Темы и задания для мелкогрупповых/индивидуальных занятий....52
6.3.4.4. Типовые темы и задания контрольных работ (контрольного урока)....52
6.3.4.5. Тестовые задания....52
6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и владений, характеризующих этапы формирования компетенций....52

7. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для освоения дисциплины.....53
7.1. Печатные и (или) электронные образовательные ресурсы.....53
7.2. Информационные ресурсы.....54
7.2.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы. 54
7.2.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет.....54
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....54
9. Описание материально-технического обеспечения, необходимого для.....56
осуществления образовательного процесса по дисциплине.....56
Лист изменений в рабочую программу дисциплины.....57

Аннотация

1	Индекс и название дисциплины по учебному плану	Б1.В.ДВ.04.01 Спортивные игры
2	Цель дисциплины	Формирование физической культуры личности, способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.
3	Задачи дисциплины заключаются в:	- понимании роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; - изучении научных и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; - формировании мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом; - освоении системы практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре; - обеспечении общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студентов к будущей профессии; - приобретении опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей; - постепенном и последовательном укреплении здоровья, повышении уровня физической работоспособности; - устранении функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды; - развитии основных физических качеств, обучении двигательным навыкам; - приобретении знаний и навыков по основам гигиены и самоконтроля.
4	Планируемые результаты освоения	*УК-7*
5	Общая трудоемкость дисциплины составляет	в академических часах – 328
6	Разработчики	Еремина Л.В., доцент кафедры физической культуры и хореографической педагогики в спорте

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В процессе освоения основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП) обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Таблица 1

Планируемые результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения (индикаторы достижения компетенций)			
	Код индикатора	Элементы компетенций	по компетенции в целом	по дисциплине
1	2	3	4	5
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1.	Знать	основы и правила здорового образа жизни, поддержания физического тонуса и укрепления здоровья человека средствами физической культуры	основы и правила здорового образа жизни, поддержания физического тонуса и укрепления здоровья человека средствами физической культуры
	УК-7.2.	Уметь	воспроизводить комплексы физических упражнений, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	воспроизводить комплексы физических упражнений, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК-7.3.	Владеть	навыками организации здорового образа жизни и поддержания физического тонуса, определения норм физической нагрузки и характера физических упражнений	навыками организации здорового образа жизни и поддержания физического тонуса, определения норм физической нагрузки и характера физических упражнений

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту.

Дисциплина логически и содержательно-методически взаимосвязана с дисциплинами: «Физическая культура и спорт», «Оздоровительный фитнес», «Общая физическая подготовка».

Освоение дисциплины будет необходимо при изучении дисциплин : «Физическая культура и спорт», подготовке к государственной итоговой аттестации.

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с утвержденным учебным планом составляет, 328 часов.

Таблица 2

Вид учебной работы	Всего часов
	Очная форма
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	328
– Контактная работа (всего)	216
в том числе:	
лекции	–
семинары	–
практические занятия	216
мелкогрупповые занятия	–
индивидуальные занятия	–
консультация *в рамках промежуточной аттестации (КонсПА)*	–
иная контактная работа (ИКР) *в рамках промежуточной аттестации*	–
консультации (конс.) контроль самостоятельной работы (КСР)	–
– Самостоятельная работа обучающихся (всего)	112
– Промежуточная аттестация обучающегося – зачет	

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Структура преподавания дисциплины

Таблица 3

Очная форма обучения

Наименование разделов, тем	Общая трудоемкость (всего час.)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, и трудоемкость (в академ. час.)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам) в т. ч. с контактной работой
		Контактная работа				с/р	
		лек.	сем.	практ.	инд.		
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол							
Тема 1. Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волей-	11			7	**4**		

болиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу							
Тема 2. Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча	10			7	3		
Тема 3. Техника и тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	11			7	4		
Тема 4. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	10			7	3		
Раздел 2 Спортивные игры. Баскетбол							
Тема 5. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины. Совершенствование техники передач мяча на месте	10			7	3		
Тема 6. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	10			7	3		
Тема 7. Защитные действия против ведения и передач соперника	10			6	4		
Тема 8. Техника бросков в кольцо с различных точек	10			6	4		
Зачет 1 семестр							
Итого в 1 сем.	**82**			**54**	**28**		
Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол							
Тема 9. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	9			6	3		
Тема 10.Техника пода-	6			4	2		

чи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу							
Тема 11. Техника нападающего удара	6			4	2		
Тема 12. Техника защитных действий: блокирование, страховка	8			6	2		
Тема 13. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.	6			4	2		
Тема 14. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	5			3	2		
Тема 15. Двусторонняя игра в волейбол	11			8	3		
Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол							
Тема 16. Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	6			3	3		
Тема 17. Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	7			4	3		
Тема 18. Защитные действия против ведения и передач соперника	7			4	3		
Тема 19. Двустороння игра в баскетбол	11			8	3		
Итого во 2 сем.	**82**			**54**	**28**		
Раздел 5. Спортивные игры. Волейбол							
Тема 20. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	9			6	3		
Тема 21.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу	7			4	3		
Тема 22. Техника нападающего удара	4			2	2		
Тема 23. Техника за-	5			2	3		

щитных действий: блокирование, страховка							
Тема 24. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	8			5	3		
Тема 25. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	4			2	2		
Тема 26. Двусторонняя игра в волейбол	19			16	3		
Раздел 6. Спортивные игры. Баскетбол							
Тема 27. Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	10			7	3		
Тема 28. Тактика игры в нападении численным большинством.	9			6	3		
Тема 29. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	7			4	3		
Итого в 3 сем.	**82**			**54**	**28**		
Раздел 7. Спортивные игры. Волейбол							
Тема 30. Тактика игры в зонной защите	6			3	3		
Тема 31. Двусторонняя игра в баскетбол	7			3	4		
Тема 32. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	18			14	4		
Тема 33. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	4			2	2		
Тема 34. Двусторонняя игра в волейбол	17			14	3		
Раздел 8. Спортивные игры. Баскетбол							
Тема 35. Тактика игры в нападении численным большинством.	6			3	3		
Тема 36. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в за-	6			3	3		

щите							
Тема 37. Тактика игры в зонной защите	5			2	3		
Тема 38. Двустороння игра в баскетбол	13			10	3		
Зачет 4 семестр							
Итого в 4 семестре	**82**			**54**	**28**		
Всего по дисциплине	**328**			**216**	**112**		

Таблица 4

4.1.1. Матрица компетенций

Наименование разделов, тем	**УК-7**
1	**2**
Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол	
Тема 1. Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу	+
Тема 2. Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча	+
Тема 3. Техника и тактика актика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	+
Тема 4. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	+
Зачет 1 семестр	+
Раздел 2 Спортивные игры. Баскетбол	
Тема 5. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины. Совершенствование техники передач мяча на месте	+
Тема 6. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	+
Тема 7. Защитные действия против ведения и передач соперника	+
Тема 8. Техника бросков в кольцо с различных точек	+
Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол	
Тема 9. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	+
Тема 10.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу	+
Тема 11. Техника нападающего удара	+
Тема 12. Техника защитных действий: блокирование, страховка	+
Тема 13. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.	+
Тема 14. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	+
Тема 15. Двусторонняя игра в волейбол	+
Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол	
Тема 16. Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений	+

в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	
Тема 17. Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	+
Тема 18. Защитные действия против ведения и передач соперника	+
Тема 19. Двустороння игра в баскетбол	+
Раздел 5. Спортивные игры. Волейбол	
Тема 20. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	+
Тема 21.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу	+
Тема 22. Техника нападающего удара	+
Тема 23. Техника защитных действий: блокирование, страховка	+
Тема 24. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	+
Тема 25. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	+
Тема 26. Двусторонняя игра в волейбол	+
Раздел 6. Спортивные игры. Баскетбол	
Тема 27. Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	+
Тема 28. Тактика игры в нападении численным большинством.	+
Тема 29. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	+
Тема 30. Тактика игры в зонной защите	+
Тема 31. Двустороння игра в баскетбол	+
Зачет 4 семестр	+
Раздел 7. Спортивные игры. Волейбол	
Тема 32. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	+
Тема 33. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	+
Тема 34. Двустороння игра в волейбол	+
Раздел 8. Спортивные игры. Баскетбол	
Тема 35. Тактика игры в нападении численным большинством.	+
Тема 36. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	+
Тема 37. Тактика игры в зонной защите	+
Тема 38. Двустороння игра в баскетбол	+
Зачет 6 семестр	+

4.2. Содержание дисциплины

Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол

Тема 1. Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основные исходные положения готовности игрока на площадке. Стойки: высокая, средняя, низкая. Перемещения приставными шагами в стороны, двойным шагом вперед и назад, скачком вперед и назад. Передвижение на полусогнутых ногах, руки перед грудью, равномерно распределив вес тела на обе ноги, с различной скоростью, с поворотом на 90°.

Остановка в исходном положении для верхней передачи мяча: руки согнуты в локтевых суставах, вынесены вперед-вверх, кисти и пальцы расположены на уровне головы, после скачка вперед – имитация передачи сверху двумя руками.

Подвижные игры, эстафеты.

Профилактика травматизма.

Тема 2. Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча. Многократное выполнение исходного положения и выноса рук для передачи по сигналу; ловля набивных мячей в исходном положении для передачи, броски с имитацией передачи; передачи мяча после набрасывания партнером; передачи мяча у стены; встречные передачи в парах; передачи мяча за голову, вдоль сетки, через сетку, по зонам, в прыжке, после передвижений; прием и передача мяча после подачи.

Имитация подачи и подача в стенку с 6–7 м.; броски мяча и подача на партнера с 8–9 м.; броски и подачи через пониженную сетку с заданием на точность попадания в указанные зоны; удары по мячу из исходного положения для подачи на расстояние 12–15 м. из-за лицевой линии, соревнования на большее количество подач на точность.

Подвижные игры, эстафеты.

Тема 3. Техника и тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите. Теоретические сведения о способах взаимодействия игроков в различных вариантах тактики защиты и нападения.

Тактика нападения со второй передачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4).

Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Тема 4. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол.

а) верхняя передача мяча над собой из 5 и 10 передач;

б) верхняя передача из 3-й зоны в 4-ю на удар из 5 передач;

в) нижняя прямая подача в пределы площадки из 5 передач, в левую и правую половины из 6 подач;

г) верхняя прямая подача в пределы площадки из 5;

д) прямой нападающий удар из 4-й зоны из 3 попыток; то же из 2-й зоны.

Раздел 2 Спортивные игры. Баскетбол

Тема 5. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины. Совершенствование техники передач мяча на месте. Техника безопасности на тренировочных занятиях по баскетболу. Первая помощь при травмах. Гигиенические требования к занятиям.

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передвижения без мяча в защитной стойке

Передачи мяча в парах от груди, одной рукой, двумя руками, с ударом об пол и по воздуху.

Правила игры в баскетбол. Основные термины.

Тема 6. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передвижения в защитной стойке с мячом и без мяча. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Передачи набивных мячей в парах на месте и в движении. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Ведение мяча по прямой, по дугам, «змейкой», разными руками. Эстафеты с

элементами баскетбола. Двусторонняя игра по упрощенным правилам.

Тема 7. Защитные действия против ведения и передач соперника. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Броски мяча в кольцо с сопротивлением защитника. Передвижения в защитной стойке против атакующего соперника. Защитные действия против бросков в кольцо. Двусторонняя игра по всем правилам.

Тема 8. Техника бросков в кольцо с различных точек. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения. Броски в кольцо с трехочковой линии.

Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол

Тема 9. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол. Многократное выполнение исходного положения и выноса рук для передачи по сигналу; ловля набивных мячей в исходном положении для передачи, броски с имитацией передачи; передачи мяча после набрасывания партнером; передачи мяча у стены; встречные передачи в парах; передачи мяча за голову, вдоль сетки, через сетку, по зонам, в прыжке, после передвижений; прием и передача мяча после подачи.

Эстафеты и игры с передачами мяча.

Основные правила игры в волейбол.

Тема 10.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу. Имитация подачи и подача в стенку с 6–7 м.; броски мяча и подача на партнера с 8–9 м.; броски и подачи через пониженную сетку с заданием на точность попадания в указанные зоны; удары по мячу из исходного положения для подачи на расстояние 12–15 м. из-за лицевой линии, соревнования на большее количество подач на точность.

Подвижные игры, эстафеты.

Основные правила судейства игры в волейбол.

Тема 11. Техника нападающего удара. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками, одной рукой попеременно, двумя руками через сетку (пониженную), в прыжке с разбега (1, 2, 3, 4 шага). Броски волейбольного мяча через сетку. Удары по мячу с собственного набрасывания с последующим «наскоком» высоким прыжком; по мячу, наброшенному партнером (без сетки и через сетку), удары с 6–7 м. у стены; атакующие удары по ходу, из различных зон, с изменениями траектории, против блокирующего.

Тема 12. Техника защитных действий: блокирование, страховка. Имитация блокирования у сетки, прыжок с места; имитация блокирования после перемещения вправо или влево на 1–2шага; блокирование нападающих; варианты блокирования (одиночное и вдвоем), страховка, в зонах 4, 3, 2 в определенном направлении, после перемещения вдоль сетки.

Тема 13. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите. Теоретические сведения о способах взаимодействия игроков в различных вариантах тактики защиты и нападения.

Тактика нападения со второй передачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4).

Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку;

то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Тема 14. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол.

а) верхняя передача мяча над собой из 5 и 10 передач;

б) верхняя передача из 3-й зоны в 4-ю на удар из 5 передач;

в) нижняя прямая подача в пределы площадки из 5 передач, в левую и правую половины из 6 подач;

г) верхняя прямая подача в пределы площадки из 5;

д) прямой нападающий удар из 4-й зоны из 3 попыток; то же из 2-й зоны.

Тема 15. Двусторонняя игра в волейбол. Совершенствование технических умений и навыков игры в волейбол в соответствии с правилами игры.

Совершенствование тактико-технических действий в различных игровых ситуациях. Совершенствование подач на точность в левую и правую половину площадки. Позиционное нападение. Нападение через 3-ю зону. Одиночное блокирование.

Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол

Тема 16. Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении. Правила игры в баскетбол. Основные термины. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передвижения в защитной стойке с мячом и без мяча. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Передачи набивных мячей в парах на месте и в движении. Эстафеты с элементами баскетбола. Двусторонняя игра по упрощенным правилам.

Тема 17. Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Ведение мяча по прямой, по дугам, «змейкой», разными руками.

Пробные попытки зачетных нормативов:

- штрафные броски в кольцо (попасть 3 из 10 попыток);
- броски мяча в кольцо в движении с 2 шагов по 5 попыток слева и справа (попасть 5 из 10).

Тема 18. Защитные действия против ведения и передач соперника.

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передачи мяча в парах на месте и в движении. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Броски мяча в кольцо с сопротивлением защитника. Передвижения в защитной стойке против атакующего соперника. Защитные действия против бросков в кольцо. Двусторонняя игра по всем правилам.

Тема 19. Двустороння игра в баскетбол. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Деление учащихся на команды. Двусторонняя игра по официальным правилам.

Раздел 5. Спортивные игры. Волейбол

Тема 20. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол. Многократное выполнение исходного положения и выноса рук для передачи по сигналу; ловля набивных мячей в исходном положении для передачи, броски с имитацией передачи; передачи мяча после набрасывания партнером; передачи мяча у стены; встречные передачи в парах; передачи мяча за голову, вдоль сетки, через сетку, по зонам, в прыжке, после передвижений; ж) прием и передача мяча после подачи.

Тема 21.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу. Имитация подачи и подача в стенку с 6–7 м.; броски мяча и подача на партнера с 8–9 м.; броски и подачи через пониженную сетку с заданием на точность попадания в указанные зоны; удары по мячу из исходного положения для подачи на расстояние 12–15 м. из-за лицевой линии, соревнования на большее количество подач на точность.

Основные правила судейства игры в волейбол.

Тема 22. Техника нападающего удара. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками, одной рукой попеременно, двумя руками через сетку (пониженную), в прыжке с разбега (1, 2, 3, 4 шага). Броски волейбольного мяча через сетку. Удары по мячу с собственного набрасывания с последующим «наскоком» высоким прыжком; по мячу, наброшенному партнером (без сетки и через сетку), удары с 6–7 м. у стены; атакующие удары по ходу, из различных зон, с изменениями траектории, против блокирующего.

Тема 23. Техника защитных действий: блокирование, страховка. Имитация блокирования у сетки, прыжок с места; имитация блокирования после перемещения вправо или влево на 1–2шага; блокирование нападающих; варианты блокирования (одиночное и вдвоем), страховка, в зонах 4, 3, 2 в определенном направлении, после перемещения вдоль сетки.

Тема 24. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите. Теоретические сведения о способах взаимодействия игроков в различных вариантах тактики защиты и нападения.

Тактика нападения со второй передачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4).

Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Тема 25. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол.

а) верхняя передача мяча над собой из 5 и 10 передач;

б) верхняя передача из 3-й зоны в 4-ю на удар из 5 передач;

в) нижняя прямая подача в пределы площадки из 5 передач, в левую и правую половины из 6 подач;

г) верхняя прямая подача в пределы площадки из 5;

д) прямой нападающий удар из 4-й зоны из 3 попыток; то же из 2-й зоны.

Тема 26. Двусторонняя игра в волейбол. Совершенствование технических умений и навыков игры в волейбол в соответствии с правилами игры.

Совершенствование тактико-технических действий в различных игровых ситуациях. Совершенствование подач на точность в левую и правую половину площадки. Позиционное нападение. Нападение через 3-ю зону. Одиночное блокирование.

Раздел 6. Спортивные игры. Баскетбол

Тема 27. Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении. Совершенствование техники базовых технических элементов игры. Закрепление техники выполнения усвоенных элементов в игре на одно кольцо.

Тема 28. Тактика игры в нападении численным большинством. Обучение тактике игры в нападении численным большинством и тактики игры в защите в мень-

шинстве. Закрепление умений в двусторонней игре.

Тема 29. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите. Закрепление усвоенных элементов в двусторонней игре.

Тема 30. Тактика игры в зонной защите. Ттактика игры в зонной защите. Закрепление умений в двусторонней игре.

Тема 31. Двустороння игра в баскетбол. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Деление учащихся на команды. Двусторонняя игра по официальным правилам.

Раздел 7. Спортивные игры. Волейбол

Тема 32. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите. Теоретические сведения о способах взаимодействия игроков в различных вариантах тактики защиты и нападения.

Тактика нападения со второй передачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4).

Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Тема 33. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол.

а) верхняя передача мяча над собой из 5 и 10 передач;

б) верхняя передача из 3-й зоны в 4-ю на удар из 5 передач;

в) нижняя прямая подача в пределы площадки из 5 передач, в левую и правую половины из 6 подач;

г) верхняя прямая подача в пределы площадки из 5;

д) прямой нападающий удар из 4-й зоны из 3 попыток; то же из 2-й зоны.

Тема 34. Двустороння игра в волейбол. Совершенствование технических умений и навыков игры в волейбол в соответствии с правилами игры.

Совершенствование тактико-технических действий в различных игровых ситуациях. Совершенствование подач на точность в левую и правую половину площадки. Позиционное нападение. Нападение через 3-ю зону. Одиночное блокирование.

Раздел 8. Спортивные игры. Баскетбол

Тема 35. Тактика игры в нападении численным большинством. Тактика игры в нападении численным большинством и тактики игры в защите в меньшинстве. Закрепление умений в двусторонней игре.

Тема 36. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите. Закрепление усвоенных элементов в двусторонней игре.

Тема 37. Тактика игры в зонной защите. Двусторонняя игра с применением зонной защиты.

Тема 38. Двустороння игра в баскетбол. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Деление учащихся на команды. Двусторонняя игра по официальным правилам.

5. Перечень учебно-методического обеспечения

ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

5.1. Общие положения

Самостоятельная работа обучающихся – особый вид познавательной деятельности, в процессе которой происходит формирование оптимального для данного индивида стиля получения, обработки и усвоения учебной информации на основе интеграции его субъективного опыта с культурными образцами.

Самостоятельная работа может быть аудиторной и внеаудиторной.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется на практических занятиях. Внеаудиторная самостоятельная работа может осуществляться:

– в контакте с преподавателем: на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий и т. д.;

– без контакта с преподавателем: в аудитории для индивидуальных занятий, в библиотеке, дома, в общежитии и других местах при выполнении учебных и творческих заданий.

Внеаудиторная самостоятельная работа, прежде всего, включает повторение материала, изученного в ходе аудиторных занятий; работу с основной и дополнительной литературой и интернет-источниками; подготовку к практическим занятиям; выполнение заданий, вынесенных преподавателем на самостоятельное изучение; научно-исследовательскую и творческую работу обучающегося.

Целью самостоятельной работы обучающегося является:

- формирование приверженности к будущей профессии;
- систематизация, закрепление, углубление и расширение полученных знаний умений, владений;
- формирование умений использовать различные виды изданий (официальные, научные, справочные, информационные и др.);
- развитие познавательных способностей и активности обучающегося (творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности);
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию, самореализации;
- развитие исследовательского и творческого мышления.

Самостоятельная работа является обязательной для каждого обучающегося, и ее объем по каждой дисциплине определяется учебным планом. Методика ее организации зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, индивидуальных качеств и условий учебной деятельности.

Для эффективной организации самостоятельной работы обучающийся должен:

знать:

– систему форм и методов обучения в вузе;

– основы научной организации труда;

– методики самостоятельной работы;

– критерии оценки качества выполняемой самостоятельной работы;

уметь:

- проводить поиск в различных поисковых системах;
- использовать различные виды изданий;
- применять методики самостоятельной работы с учетом особенностей изучаемой дисциплины;

владеть:

– навыками планирования самостоятельной работы;

– навыками соотнесения планируемых целей и полученных результатов в ходе

самостоятельной работы;

– навыками проектирования и моделирования разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению, но с учетом рекомендаций преподавателя.

Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы дисциплины, которая содержит основные требования к знаниям, умениям и владениям обучаемых. Обязательно следует помнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочного занятия, а затем – приступать к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном рабочей программой дисциплины.

5.2. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Таблица 5

5.2.1. Содержание самостоятельной работы

Наименование разделов, темы	Содержание самостоятельной работы	Форма контроля
Самостоятельная работа по дисциплине учебным планом не предусмотрена.		

5.2.2. Методические указания по выполнению самостоятельной работы

5.2.3. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для самостоятельной работы

См. Раздел 7. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для освоения дисциплины.

www.i-exam.ru – Единый портал интернет-тестирования в сфере образования.

Интернет-ресурс «Интернет-тренажеры. Подготовка к процедурам контроля качества» имеет два режима: «обучение» и «самоконтроль».

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Таблица 6

Паспорт фонда оценочных средств для текущей формы контроля

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол			

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Тема 1. Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 1 «Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу»
Тема 2. Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 2 «Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча»
Тема 3. Техника и тактика актика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 3 «Техника и тактика актика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»
Тема 4. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 4 «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»
Раздел 2 Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 5. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины.	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 5 «Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины.

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Совершенствование техники передач мяча на месте	профессиональной деятельности		Совершенствование техники передач мяча на месте»
Тема 6. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 6 «Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски»
Тема 7. Защитные действия против ведения и передач соперника	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 7 «Защитные действия против ведения и передач соперника»
Тема 8. Техника бросков в кольцо с различных точек	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 8 «Техника бросков в кольцо с различных точек»
Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 9. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 9 «Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол»
Тема 10.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Су-	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 10 «Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая,

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
действо соревнований по волейболу	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу »
Тема 11. Техника нападающего удара	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 11. «Техника нападающего удара»
Тема 12. Техника защитных действий: блокирование, страховка	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 12 «Техника защитных действий: блокирование, страховка»
Тема 13. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 13 «Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»
Тема 14. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 14 «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»
Тема 15. Двусторонняя игра в волейбол	УК-7. Способен поддерживать	УК-7.1 УК-7.2	Практическая работа № 15

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3	«Двусторонняя игра в волейбол»
Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 16. Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 16. «Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении»
Тема 17. Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 17. «Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски»
Тема 18. Защитные действия против ведения и передач соперника	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 18. «Защитные действия против ведения и передач соперника»
Тема 19. Двусторонняя игра в баскетбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 19 «Двусторонняя игра в баскетбол»

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Раздел 5. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 20. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 20. «Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол»
Тема 21. Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 21. «Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу»
Тема 22. Техника нападающего удара	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 22. «Техника нападающего удара»
Тема 23. Техника защитных действий: блокирование, страховка	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 23. «Техника защитных действий: блокирование, страховка»
Тема 24. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 24. «Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	профессиональной деятельности		
Тема 25. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 25. «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»
Тема 26. Двусторонняя игра в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 26. «Двусторонняя игра в волейбол»
Раздел 6. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 27. Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 27. «Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении»
Тема 28. Тактика игры в нападении численным большинством	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 28. «Тактика игры в нападении численным большинством»
Тема 29. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 29. «Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		прессинга в защите»
Тема 30. Тактика игры в зонной защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 30. «Тактика игры в зонной защите»
Тема 31. Двустороння игра в баскетбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 31. «Двустороння игра в баскетбол»
Раздел 7. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 32. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 32. «Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»
Тема 33. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 33. «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»
Тема 34. Двустороння игра в волейбол	УК-7. Способен поддерживать	УК-7.1 УК-7.2	Практическая работа № 34. «Двустороння игра в

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3	волейбол»
Раздел 8. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 35. Тактика игры в нападении численным большинством	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 35. «Тактика игры в нападении численным большинством»
Тема 36. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 36. «Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите»
Тема 37. Тактика игры в зонной защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 37 «Тактика игры в зонной защите»
Тема 38. Двустороння игра в баскетбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Практическая работа № 38. «Двустороння игра в баскетбол»

Таблица 7

Паспорт фонда оценочных средств для промежуточной аттестации

Наименование разделов, темы	**Планируемые результаты освоения ОПОП**	**Коды индикаторов достижения компетенций**	**Наименование оценочного средства**
1	**2**	**3**	**4**
Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 1. Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 1
Тема 2. Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 1, 2, 3
Тема 3. Техника и тактика актика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 3,4
Тема 4. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 1, 2, 3, 4

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	деятельности		
Раздел 2 Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 5. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины. Совершенствование техники передач мяча на месте	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 6
Тема 6. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 5
Тема 7. Защитные действия против ведения и передач соперника	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 7
Тема 8. Техника бросков в кольцо с различных точек	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 5, 6
Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 9. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 1, 4

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
в волейбол	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
Тема 10.Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 3
Тема 11. Техника нападающего удара	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 3, 4
Тема 12. Техника защитных действий: блокирование, страховка	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 4
Тема 13. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 2, 4
Тема 14. Контрольное выполнение техниче-	УК-7. Способен поддерживать	УК-7.1 УК-7.2	Нормативы по волейболу

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
ских приемов игры в волейбол	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3	Практико-ориентированное задание № 1, 2, 3, 4
Тема 15. Двусторонняя игра в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 2, 3, 4
Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 16. Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 6
Тема 17. Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 5
Тема 18. Защитные действия против ведения и передач соперника	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 7

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Тема 19. Двусторонняя игра в баскетбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 5, 6, 7
Раздел 5. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 20. Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 1, 2, 4
Тема 21. Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 3
Тема 22. Техника нападающего удара	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 3
Тема 23. Техника защитных действий: блокирование, страховка	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 4

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	профессиональной деятельности		
Тема 24. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 2, 4
Тема 25. Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 1, 2, 3, 4
Тема 26. Двусторонняя игра в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 2, 3, 4
Раздел 6. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 27. Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 6
Тема 28. Тактика игры в нападении численным большинством	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 6

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
Тема 29. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу
Тема 30. Тактика игры в зонной защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу
Тема 31. Двусторонняя игра в баскетбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 5, 6, 7
Раздел 7. Спортивные игры. Волейбол			
Тема 32. Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 2, 4
Тема 33. Контрольное выполнение техниче-	УК-7. Способен поддерживать	УК-7.1 УК-7.2	Нормативы по волейболу

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
ских приемов игры в волейбол	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3	Практико-ориентированное задание № 2, 3, 4
Тема 34. Двустороння игра в волейбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по волейболу Практико-ориентированное задание № 2, 3, 4
Раздел 8. Спортивные игры. Баскетбол			
Тема 35. Тактика игры в нападении численным большинством	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу
Тема 36. Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу
Тема 37. Тактика игры в зонной защите	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Тема 38. Двусторонняя игра в баскетбол	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Нормативы по баскетболу Практико-ориентированное задание № 5, 6, 7

6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

6.2.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Таблица 8

Показатели и критерии оценивания компетенций

Планируемые результаты освоения ОПОП	Показатели сформированности компетенций	Критерии оценивания
1	2	3
УК-7	– понимает роль физической культуры в социальной деятельности; значение средств и методов физической культуры для достижения профессиональных целей – применяет физические упражнения для укрепления здоровья, повышения работоспособности; различные программы (комплексы физических упражнений) на различные группы мышц, исходя из целей профессиональной деятельности. – способен использовать знания, умения, владения в профессиональной деятельности.	Обучающийся обладает необходимой системой знаний, достиг осознанного владения умениями, навыками и способами профессиональной деятельности. Демонстрирует способность анализировать, проводить сравнение и обоснование выбора методов решения заданий в практико-ориентированных ситуациях.

Таблица 9

Этапы формирования компетенций

Наименование этапа	Характеристика этапа	Формы контроля

1	2	3
Начальный (входной) этап формирования компетенций	Диагностика входных знаний в рамках компетенций.	Входное тестирование, самоанализ, опрос
Текущий этап формирования компетенций	Выполнение обучающимися заданий, направленных на формирование компетенций Осуществление выявления причин препятствующих эффективному освоению компетенций.	Практические занятия
Промежуточный (аттестационный) этап формирования компетенций	Оценивание сформированности компетенций по отдельной части дисциплины или дисциплины в целом.	Зачет: выполнение практико-ориентированных заданий (сдача контрольных нормативов)

6.2.2. Описание шкал оценивания

Таблица 10

6.2.2.1. Описание шкалы оценивания ответа на зачете

Оценка по номинальной шкале	Описание уровней результатов обучения
Отлично	Обучающийся показывает глубокие, исчерпывающие знания в объеме пройденной программы, уверенно действует по применению полученных знаний на практике, демонстрируя умения и владения, определенные программой. Грамотно и логически стройно излагает материал при ответе, умеет формулировать выводы из изложенного теоретического материала, знает дополнительно рекомендованную литературу. Обучающийся способен действовать в нестандартных практико-ориентированных ситуациях. Отвечает на все дополнительные вопросы. Результат обучения показывает, что достигнутый уровень оценки результатов обучения по дисциплине является основой для формирования соответствующих компетенций.
Хорошо	Результат обучения показывает, что обучающийся продемонстрировал результат на уровне осознанного владения учебным материалом и учебными умениями, владениями по дисциплине. Допускает незначительные ошибки при освещении заданных вопросов. Обучающийся способен анализировать, проводить сравнение и обоснование выбора методов решения заданий в практико-ориентированных ситуациях.
Удовлетворительно	Результат обучения показывает, что обучающийся обладает необходимой системой знаний и владеет некоторыми умениями по дисциплине. Ответы излагает хотя и с ошибками, но исправляемыми после дополнительных и наводящих вопросов. Обучающийся способен понимать и интерпретировать освоенную информацию, что является основой успешного формирования умений и владений для решения практико-ориентированных задач.
Неудовлетворительно	Результат обучения обучающегося свидетельствует об усвоении им только элементарных знаний ключевых вопросов по дисциплине. Допущенные ошибки и неточности в ходе промежуточного контроля показывают, что обучающийся не овладел необходимой системой знаний и умений по дисциплине. Обучающийся допускает грубые ошибки в ответе, не понимает сущности

Оценка по номинальной шкале	Описание уровней результатов обучения
	излагаемого вопроса, не умеет применять знания на практике, дает неполные ответы на дополнительные и наводящие вопросы.

Таблица 11

6.2.2.2. Описание шкалы оценивания

Письменная работа (реферат и т. д.)

Критерии оценки	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Обоснование актуальности темы				
Качество оценки степени разработанности темы в специальной литературе				
Степень реализации поставленной цели и задач				
Объем и глубина раскрытия темы				
Наличие материала, ориентированного на практическое использование				
Достоверность и обоснованность полученных результатов и выводов				
Степень оригинальности текста				
Эрудиция, использование междисциплинарных связей				
Соблюдение требований к структуре работы				
Качество оформления работы с учетом требований				
Информационная культура (цитирование, оформление списка использованной литературы)				
Общая оценка				

Практическое (практико-ориентированное) задание

Оценка по номинальной шкале	Характеристики ответа обучающегося
Отлично	Обучающийся самостоятельно и правильно решил учебно-профессиональную задачу, уверенно, логично, последовательно и аргументированно излагал свое решение, используя профессиональную терминологию.
Хорошо	Обучающийся самостоятельно и в основном правильно решил учебно-профессиональную задачу, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагал свое решение, используя профессиональную терминологию.
Удовлетворительно	Обучающийся в основном решил учебно-профессиональную задачу, допустил несущественные ошибки, слабо аргументировал свое решение, путаясь в профессиональных понятиях.
Неудовлетворительно	Обучающийся не решил учебно-профессиональную задачу.

Нормативы по баскетболу

Оценка по номинальной шкале	Характеристика	курс	Описание уровней результатов обучения

Зачтено	Штрафные броски в кольцо	1	4 попадания в кольцо из 10 бросков	
		2	5 попаданий в кольцо из 10 бросков	
		3	6 попадания в кольцо из 10 бросков	
Зачтено	Бросок в кольцо с 2-х шагов после ведения мяча	1	6 попаданий в кольцо из 10 бросков	
		2	7 попаданий в кольцо из 10 бросков	
		3	8 попаданий в кольцо из 10 бросков	
Зачтено	Ведение мяча с 2-мя бросками в оба кольца		**Женщины**	**Мужчины**
		1	30 сек.	25 сек.
		2	25 сек	20 сек.
		3	20 сек.	18 сек.

Нормативы по волейболу

Оценка по номинальной шкале	**Характеристика**	**курс**	**Описание уровней результатов обучения**
Зачтено	Передача мяча у стены (верхняя и нижняя)	1	10 раз без потери мяча
Зачтено	Передача мяча в парах	2	10 раз без потери мяча
		3	15 раз без потери мяча
Зачтено	Подача мяча через сетку	1	5 подач из 10
		2	6 подач из 10
		3	7 подач из 10
Зачтено	Прием мяча любым способом с подачи	1	5 раз из10
		2	6 раз из10
		3	7 раз из10

6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

6.3.1. Материалы для подготовки к зачету

Таблица 12

Материалы, необходимые для оценки знаний (примерные теоретические вопросы) к зачету

Использование теоретических вопросов не предусмотрено.

Таблица 13

Материалы, необходимые для оценки умений и владений (примерные практико-ориентированные задания)

№ п/п	**Темы примерных практико-ориентированных заданий**	**Код компетенций**
1.	Передача мяча у стены (верхняя и нижняя)	УК-7
2.	Передача мяча в парах	УК-7
3.	Подача мяча через сетку	УК-7
4.	Прием мяча любым способом с подачи	УК-7
5.	Штрафные броски в кольцо	УК-7
6.	Бросок в кольцо с 2-х шагов после ведения мяча	УК-7
7.	Ведение мяча с 2-мя бросками в оба кольца	УК-7

6.3.2. Темы и методические указания по подготовке рефератов, эссе и творческих заданий по дисциплине

Рефераты предлагается выполнить студентам, временно освобожденным от занятий по физической культуре не более чем на 1 семестр.

Студент, освобожденный от практических занятий по физической культуре, совместно с преподавателем данной группы определяет тему реферата, связанную с характером заболевания студента.

В целях более глубокого освоения материала студентам предлагается написание рефератов по дисциплине.

Примерные темы:

1. Физическая культура в общефизической и профессиональной подготовке студентов вуза.
2. Социально-биологические основы физической культуры.
3. Основы здорового образа жизни студента. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности.
4. Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания.
5. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками.
6. Методики самооценки работоспособности, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.
7. Методики составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью.
8. Основы методики самомассажа.
9. Методика коррегирующей гимнастики для глаз.
10. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.
11. Методика двигательного режима в период экзаменационной сессии.
12. Физическая культура в режиме труда и отдыха студентов.
13. Двигательная активность и ее роль в сохранении здоровья.
14. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте.
15. Средства и методы легкой атлетики в системе физического воспитания студентов вуза.
16. Средства и методы атлетической гимнастики в системе физического воспитания студентов вуза.
17. Спортивные игры в системе физического воспитания студентов.
18. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вуза культуры и искусств.
19. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
20. Средства и методы развития основных физических качеств.
21. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.
22. Лечебная физическая культура в профилактике основных заболеваний у студентов.
23. Рациональное питание и контроль над массой тела при различной двигательной активности.
24. Методы самоконтроля состояния здоровья, физического развития и функциональной подготовленности студентов.
25. Методика релаксации и регулирования психо-эмоционального состояния.

26. Средства и методы восстановления после физических и умственных нагрузок.
27. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов общефизической и специальной подготовленности за период обучения в вузе.
28. Анализ индивидуального уровня развития основных физических качеств за период обучения в вузе
29. Анализ данных личного дневника самоконтроля при самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом.
30. Значение физической тренированности для повышения адаптационных резервов организма человека.
31. Средства и методы физического воспитания для повышения уровня физической подготовленности и укрепления здоровья будущего специалиста.

Методические указания

Приступая к выполнению заданий, обучающийся должен знать, что работа будет зачтена при условии соблюдения следующих требований:

1. Знание текстов рекомендованной литературы и использование этого знания в работе.

2. Использование обучающимся нескольких источников (статей, монографий, справочной и другой литературы) для раскрытия избранной темы.

3. Культура и академические нормы изложения материала: обязательное указание на источники, грамотное цитирование авторов (прямое и косвенное), определение собственной позиции и обязательный собственный комментарий к приводимым точкам зрения.

4. Соблюдение требований к структуре и оформлению.

Требования к структуре и оформлению

Структура. Работа состоит из введения, основной части, заключения. Во введении необходимо определить цель и задачи работы. В основной части обязательны ссылки на номера библиографических записей в списке использованной литературы. В заключении необходимо сделать основные выводы. Список использованной литературы помещается после заключения. Библиографические записи нумеруются и располагаются в алфавитном порядке.

Оформление. Шрифт гарнитуры *Times New Roman*, кегль 12 или 14, через 1,5 интервала. Работу печатать на одной стороне стандартного листа бумаги формата А4 с соблюдением полей: левое – 30 мм, правое, верхнее и нижнее – 20 мм.

Выполненная работа должна быть скреплена. Работа открывается титульным листом. Затем следует «Оглавление». Порядковые номера страниц указываются внизу страницы с выравниванием от центра. Не допускается расстановка нумерации страниц от руки. Первой страницей считается титульный лист, но на нем цифра «1» не ставится. Каждый раздел всегда начинается с новой страницы.

Работа может быть иллюстрирована, но не допускается использование иллюстраций, вырезанных из книг, журналов и других изданий.

6.3.3. Методические указания по выполнению курсовой работы

Курсовая работа по дисциплине учебным планом не предусмотрена.

6.3.4. Типовые задания для проведения текущего контроля формирования компетенций

6.3.4.1. Планы семинарских занятий

Семинарские занятия по дисциплине учебным планом не предусмотрены.

6.3.4.2. Задания для практических занятий

Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол

Практическая работа № 1. Тема «Техника перемещений, остановок, поворотов, стоек волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу»

Цель работы − 1) изучение техники перемещений, поворотов, остановок, стоек волейболиста; 2) техника безопасности на занятиях по волейболу.

Задание и методика выполнения:

1. Освоить основные исходные положения готовности игрока на площадке – игровые стойки: высокую, среднюю, низкую. Ноги согнуты в коленных суставах, руки – в локтевых и расположены на уровне пояса или опущены свободно вниз. При этом туловище наклонено вперед. По сигналу (двойному, тройному свистку) изменить стойку.

2. Освоить технику перемещений и остановок. Перемещения приставными шагами в стороны, двойным шагом вперед и назад, скачком вперед и назад. Передвижения на полусогнутых ногах, руки перед грудью, равномерно распределив вес тела на обе ноги, с различной скоростью, с поворотом на 90°. Остановка в исходном положении для верхней передачи мяча: руки согнуты в локтевых суставах, вынесены вперед–вверх, кисти и пальцы расположены на уровне головы, после скачка вперед – имитация верхней передачи сверху двумя руками.

3. Техника безопасности. Профилактика травматизма на занятиях по волейболу.

4. Подвижные игры и эстафеты: «Салки» с перемещением приставными шагами, «мяч в воздухе», эстафета с подбрасыванием и ловлей мяча над головой.

Методические указания: следить за равномерностью распределения веса тела на обе ноги и достаточным углом сгибания ног в коленях.

Практическая работа № 2. Тема «Техника основных элементов приема и передач мяча сверху и снизу; техника нижней и верхней подачи мяча»

Цель работы – 1) изучение техники приема и передач сверху и снизу двумя руками; 2) ознакомление с основными правилами игры в волейбол; 3) изучение техники подач: нижней прямой и боковой, верхней прямой; 4) ознакомление с основными правилами судейства игры.

Задание и методика выполнения:

Освоить технику приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

1. а) Многократное выполнение исходного положения и выноса рук для передачи по сигналу; б) ловля набивных мячей в исходном положении для передачи, броски с имитацией передачи; в) передачи мяча после набрасывания партнером; г) передачи мяча у стены; д) встречные передачи в парах; е) передачи мяча за голову, вдоль сетки, через сетку, по зонам, в прыжке, после передвижений; ж) прием и передача мяча после подачи.

2. То же после перемещений.

Методические указания: следить за своевременным выносом рук, правильным положением пальцев и кистей; наличием остановки после перемещения, правильным выбором места передачи.

3. Правила игры в волейбол.

4. Эстафеты у стены и с перемещением по кругу, выполняя передачу. Игра «Пионербол» с отбиванием мяча через сетку одной из указанных передач.

5. Освоить технику 1) нижней прямой и боковой подач; 2) верхней прямой подачи.

1. а) броски одной рукой снизу;

б) многократные подбрасывания мяча вперед-вверх левой рукой;

в) многократные удары по мячу правой рукой снизу у стены;

г) удары по мячу в парах на расстоянии 12–15 м;

д) подачи через сетку на точность попадания.

2. а) броски мяча вперед-вверх;

б) броски мяча одной рукой из-за головы;

в) подбрасывания мяча слабейшей рукой снизу на удар из исходного положения подачи;

г) удары по мячу вперед-вверх в стену;

д) удары по мячу на расстоянии 12–15 м;

е) подачи через сетку

Методические указания: следить за правильностью подброса мяча, замаха на удар, заключительного активного движения кистью.

6. Судейство соревнований по волейболу.

Практическая работа № 3. Тема «Техника и тактика актика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»

Цель работы – изучить тактические индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.

Задание и методика выполнения.

1. Тактика индивидуальных действий в защите и нападении:

а) совершенствование одиночного блокирования при нападающем ударе из зоны 4; то же из зоны 3;

б) совершенствование группового блокирования в двусторонней игре.

2. Тактика нападения со 2-й подачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4.

3. Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Методические указания: в двусторонней игре обязательна постановка одиночного блока; следить за тем, чтобы игроки на площадке все время передвигались в средней стойке волейболиста.

4. Игра «Треугольник на волейбольной площадке».

Практическая работа № 4. Тема «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»

Цель работы – оценить уровень выполнения технических приемов игры в волейбол.

Задание и методика выполнения.

1. Верхняя передача мяча над собой из 10 передач: «отлично» – 6, «хорошо» – 5, «удовлетворительно» – 3–4.

2. Верхняя передача из 3 зоны в 4-ю из 5 передач: «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

3. Нижняя прямая подача в определенную половину площадки (попеременно в правую и левую) из 6 подач: «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3.

4. Верхняя прямая подача в пределы площадки из 5: юноши – «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3; девушки – «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

5. Прямой нападающий удар из 4 зоны с 3-х попыток, передача из 3-й зоны (юноши): «отлично» –3, «хорошо» – 2, «удовлетворительно» – 1.

6. То же из 2-й зоны.

Раздел 2 Спортивные игры. Баскетбол

Практическая работа № 5. Тема «Техника безопасности при занятиях баскетболом. Техника защитной стойки баскетболиста, передвижения.Правила игры в баскетбол. Основные термины. Совершенствование техники передач мяча на месте»

Цель работы – ознакомить с теоретической частью раздела «баскетбол», обучить технике защитной стойки и передвижений.

Задание и методика выполнения:

1. Рассказ о технике безопасности на тренировочных занятиях по баскетболу, медицинской помощи при травмах, гигиенических требованиях к занятиям.

2. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

3. Передвижения без мяча в защитной стойке.

4. Передачи мяча в парах от груди, одной рукой, двумя руками, с ударом об пол и по воздуху.

Практическая работа № 6. Тема «Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски»

Цель работы – совершенствовать технику базовых технических элементов игры

Задание и методика выполнения:

1. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.
2. Передвижения в защитной стойке с мячом и без мяча.
3. Передачи мяча в парах на месте и в движении.
4. Передачи набивных мячей в парах на месте и в движении.
5. Эстафеты с элементами баскетбола.
6. Двусторонняя игра по упрощенным правилам.

Практическая работа № 7. Тема «Защитные действия против ведения и передач соперника»

Цель работы – обучить защитным действиям против атакующих действий соперника, совершенствовать технику ведения и бросков мяча с сопротивлением.

Задание и методика выполнения:

1. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок
2. передачи мяча в парах на месте и в движении
3. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения
4. Ведение мяча с сопротивлением защитника
5. Броски мяча в кольцо с сопротивлением защитника
6. Передвижения в защитной стойке против атакующего соперника
7. Защитные действия против бросков в кольцо
8. Двусторонняя игра по всем правилам

Практическая работа № 8. Тема «Техника бросков в кольцо с различных точек»

Цель работы – совершенствовать технику бросков в кольцо с различных дистанций, обучить технике выполнения трехочкового броска, подготовить к сдаче зачетных нормативов

Задание и методика выполнения:

1. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок
2. Передачи мяча в парах на месте и в движении
3. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения
4.Броски в кольцо с трехочковой линии
5. Объяснение и пробные попытки зачетных нормативов:
   - штрафные броски в кольцо (попасть 4 из 10 попыток)
   - броски мяча в кольцо в движении с 2 шагов по 5 попыток слева и справа(попасть 6 из 10)
6. Ответы на вопросы по правилам игры в баскетбол

Раздел 3. Спортивные игры. Волейбол

Практическая работа № 9. «Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол»

Цель работы – 1) изучение техники приема и передач сверху и снизу двумя руками; 2) ознакомление с основными правилами игры в волейбол.

Задание и методика выполнения:

Освоить технику приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

1. а) Многократное выполнение исходного положения и выноса рук для передачи по сигналу; б) ловля набивных мячей в исходном положении для передачи, броски с имитацией передачи; в) передачи мяча после набрасывания партнером; г) передачи мяча у стены; д) встречные передачи в парах; е) передачи мяча за голову, вдоль сетки, через сетку, по зонам, в прыжке, после передвижений; ж) прием и передача мяча после подачи.

2. То же после перемещений.

Методические указания: следить за своевременным выносом рук, правильным положением пальцев и кистей; наличием остановки после перемещения, правильным выбором места передачи.

3. Правила игры в волейбол.

4. Эстафеты у стены и с перемещением по кругу, выполняя передачу. Игра «Пионербол» с отбиванием мяча через сетку одной из указанных передач.

Практическая работа № 10. Тема «Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу»

Цель работы – 1) изучение техники подач: нижней прямой и боковой, верхней прямой; 2) ознакомление с основными правилами судейства игры.

Задание и методика выполнения:

1. Освоить технику 1) нижней прямой и боковой подач; 2) верхней прямой подачи.

1. а) броски одной рукой снизу;
   б) многократные подбрасывания мяча вперед-вверх левой рукой;
   в) многократные удары по мячу правой рукой снизу у стены;
   г) удары по мячу в парах на расстоянии 12–15 м;
   д) подачи через сетку на точность попадания.

2. а) броски мяча вперед-вверх;

б) броски мяча одной рукой из-за головы;

в) подбрасывания мяча слабейшей рукой снизу на удар из исходного положения подачи;

г) удары по мячу вперед-вверх в стену;

д) удары по мячу на расстоянии 12–15 м;

е) подачи через сетку

Методические указания: следить за правильностью подброса мяча, замаха на удар, заключительного активного движения кистью.

3. Судейство соревнований по волейболу.

4. Игра «Лапта волейболистов».

Практическая работа № 11. Тема «Техника нападающего удара»

Цель работы – изучение техники прямого нападающего удара.

Задание и методика выполнения: освоить технику прямого нападающего удара.

1. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками, одной рукой попеременно, двумя руками через сетку, в прыжке с разбега.

2. Удары по мячу вперед-вниз в парах (7–8 м).

3. Шаг – прыжок со взмахом двух рук до уровня плеч.

4. Шаг – прыжок с выполнением 2 –3-х шагового разбега.

5. Имитация нападающего удара.

6. Удары по мячу с собственного набрасывания с последующим «наскоком» высоким прыжком.

7. Удары по мячу с набрасывания (без сетки, через сетку).

8. Удары у стены с 6 – 7 м.

9. Атакующие удары по ходу, из различных зон, с изменением траектории, против блокирующего.

Методические указания: следить за правильным подходом к мячу, стопорящим толчком, прямой бьющей рукой, разгибанием руки в локтевом суставе, полетом мяча в направлении разбега.

10. Игра «Круговая лапта»

Практическая работа № 12. Тема «Техника защитных действий: блокирование, страховка»

Цель работы – изучение техники защитных действий.

Задание и методика выполнения.

1. Блокирование без прыжка: имитация блокирования; перемещение приставными шагами вправо и влево лицом к сетке на расстоянии 40–50 см, остановка – исходное положение для блокирования.

2. Блокирование с прыжком: а) по сигналу выпрыгнуть вверх, вывести ладони над сеткой; б) перемещение вдоль сетки, по сигналу – остановка и прыжок с выносом ладоней над сеткой.

3. Блокирование против нападающих, варианты блокирования (одиночное, вдвоем) против нападающих в зонах 2, 3, 4; по сигналу с перемещением рук в прыжке вправо или влево.

Самостраховка. В случае, если мяч остался на стороне блокирующих.

Методические указания: следить за правильным выходом на мяч, чтобы расстояние между кистями было меньше диаметра мяча, пальцы широко разведены.

Практическая работа № 13. Тема «Тактика игры в волейболе: индивидуальные, группо-

вые и командные действия в нападении и защите»

Цель работы – изучить тактические индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.

Задание и методика выполнения.

1. Тактика индивидуальных действий в защите и нападении:

а) совершенствование одиночного блокирования при нападающем ударе из зоны 4; то же из зоны 3;

б) совершенствование группового блокирования в двусторонней игре.

2. Тактика нападения со 2-й подачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4.

3. Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Методические указания: в двусторонней игре обязательна постановка одиночного блока; следить за тем, чтобы игроки на площадке все время передвигались в средней стойке волейболиста.

4. Игра «Треугольник на волейбольной площадке».

Практическая работа № 14. Тема «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»

Цель работы – оценить уровень выполнения технических приемов игры в волейбол.

Задание и методика выполнения.

1. Верхняя передача мяча над собой из 10 передач: «отлично» – 6, «хорошо» – 5, «удовлетворительно» – 3–4.

2. Верхняя передача из 3 зоны в 4-ю из 5 передач: «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

3. Нижняя прямая подача в определенную половину площадки (попеременно в правую и левую) из 6 подач: «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3.

4. Верхняя прямая подача в пределы площадки из 5: юноши – «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3; девушки – «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

5. Прямой нападающий удар из 4 зоны с 3-х попыток, передача из 3-й зоны (юноши): «отлично» –3, «хорошо» – 2, «удовлетворительно» – 1.

6. То же из 2-й зоны.

Практическая работа № 15. Тема «Двусторонняя игра в волейбол»

Цель работы – 1) совершенствование изученных технических умений игры в волейбол; 2) совершенствование умений применения в игре различных тактических действий.

Задание и методика выполнения.

1. Подачи на точность в левую и правую половину площадки.

2. Тактика нападения со 2-й передачи игроками передней линии и защиты «углом вперед». Нападение через 3-ю зону.

3. Одиночное блокирование.

4. Тактика защитных действий «углом назад».

Методические указания: при тактике нападения со 2-й передачи страхует игрок зоны № 6. При тактике защиты «углом назад» прием осуществляет игрок зоны № 6, его страхуют игроки зон № 1 и № 5. Одиночное блокирование обязательно.

Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол

Практическая работа № 16. Тема «Правила игры в баскетбол Основные термины. Техника передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении»

Цель работы – обучить правилам игры и основным терминам, совершенствовать технику базовых технических элементов игры.

Задание и методика выполнения:

Рассказ о правилах игры в баскетбол, знакомство со специфической терминологией.

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передвижения в защитной стойке с мячом и без мяча.

Передачи мяча в парах на месте и в движении.

Передачи набивных мячей в парах на месте и в движении.

Эстафеты с элементами баскетбола.

Двусторонняя игра по упрощенным правилам.

Практическая работа № 17. Тема «Техника ведения мяча с сопротивлением защитника. Штрафные броски»

Цель работы – совершенствовать технику ведения мяча и штрафных бросков, подготовить к сдаче зачетных нормативов.

Задание и методика выполнения:

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передачи мяча в парах на месте и в движении.

Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.

Ведение мяча с сопротивлением защитника.

Ведение мяча по прямой, по дугам, «змейкой», разными руками.

Объяснение и пробные попытки зачетных нормативов:

- штрафные броски в кольцо (попасть 3 из 10 попыток);
- броски мяча в кольцо в движении с 2 шагов по 5 попыток слева и справа (попасть 5 из 10).

Практическая работа № 18. Тема «Защитные действия против ведения и передач соперника»

Цель работы – обучить защитным действиям против атакующих действий соперника, совершенствовать технику ведения и бросков мяча с сопротивлением.

Задание и методика выполнения:

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передачи мяча в парах на месте и в движении.

Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.

Ведение мяча с сопротивлением защитника.

Броски мяча в кольцо с сопротивлением защитника.

Передвижения в защитной стойке против атакующего соперника.

Защитные действия против бросков в кольцо.

Двусторонняя игра по всем правилам.

Практическая работа № 19. Тема «Двустороння игра в баскетбол»

Цель работы – Закрепить технику выполнения ведения мяча, передач и бросков в условиях двусторонней игры и тактику игры в защите и нападении..

Задание и методика выполнения. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передачи в парах с завершающим броском в кольцо. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции. Деление учащихся на команды, деление игроков по игровым амплуа. Двусторонняя игра по официальным правилам баскетбола.

Раздел 5. Спортивные игры. Волейбол

Практическая работа № 20. Тема «Техника приема и передач мяча: сверху и снизу двумя руками. Правила игры в волейбол»

Цель работы – 1) изучение техники приема и передач сверху и снизу двумя руками; 2) ознакомление с основными правилами игры в волейбол.

Задание и методика выполнения:

Освоить технику приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

1. а) Многократное выполнение исходного положения и выноса рук для передачи по сигналу; б) ловля набивных мячей в исходном положении для передачи, броски с имитацией передачи; в) передачи мяча после набрасывания партнером; г) передачи мяча у стены; д) встречные передачи в парах; е) передачи мяча за голову, вдоль сетки, через сетку, по зонам, в прыжке, после передвижений; ж) прием и передача мяча после подачи.

2. То же после перемещений.

Методические указания: следить за своевременным выносом рук, правильным положением пальцев и кистей; наличием остановки после перемещения, правильным выбором места передачи.

3. Правила игры в волейбол.

4. Эстафеты у стены и с перемещением по кругу, выполняя передачу. Игра «Пионербол» с отбиванием мяча через сетку одной из указанных передач.

Практическая работа № 21. Тема «Техника подачи мяча: нижняя прямая и боковая, верхняя прямая. Судейство соревнований по волейболу»

Цель работы – 1) изучение техники подач: нижней прямой и боковой, верхней прямой; 2) ознакомление с основными правилами судейства игры.

Задание и методика выполнения:

1. Освоить технику 1) нижней прямой и боковой подач; 2) верхней прямой подачи.

1. а) броски одной рукой снизу;

б) многократные подбрасывания мяча вперед-вверх левой рукой;

в) многократные удары по мячу правой рукой снизу у стены;

г) удары по мячу в парах на расстоянии 12–15 м;

д) подачи через сетку на точность попадания.

2. а) броски мяча вперед-вверх;

б) броски мяча одной рукой из-за головы;

в) подбрасывания мяча слабейшей рукой снизу на удар из исходного положения подачи;

г) удары по мячу вперед-вверх в стену;

д) удары по мячу на расстоянии 12–15 м;

е) подачи через сетку

Методические указания: следить за правильностью подброса мяча, замаха на удар, заключительного активного движения кистью.

3. Судейство соревнований по волейболу.

4. Игра «Лапта волейболистов».

Практическая работа № 22. Тема «Техника нападающего удара»

Цель работы – изучение техники прямого нападающего удара.

Задание и методика выполнения: освоить технику прямого нападающего удара.

1. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками, одной рукой попеременно, двумя руками через сетку, в прыжке с разбега.

2. Удары по мячу вперед-вниз в парах (7–8м).

3. Шаг – прыжок со взмахом двух рук до уровня плеч.

4. Шаг – прыжок с выполнением 2 –3-х шагового разбега.

5. Имитация нападающего удара.

6. Удары по мячу с собственного набрасывания с последующим «наскоком» высоким прыжком.

7. Удары по мячу с набрасывания (без сетки, через сетку).

8. Удары у стены с 6 – 7 м.

9. Атакующие удары по ходу, из различных зон, с изменением траектории, против блокирующего.

Методические указания: следить за правильным подходом к мячу, стопорящим толчком, прямой бьющей рукой, разгибанием руки в локтевом суставе, полетом мяча в направлении разбега.

10. Игра «Круговая лапта».

Практическая работа № 23. Тема «Техника защитных действий: блокирование, страховка»

Цель работы – изучение техники защитных действий.

Задание и методика выполнения.

1. Блокирование без прыжка: имитация блокирования; перемещение приставными шагами вправо и влево лицом к сетке на расстоянии 40–50 см, остановка – исходное положение для блокирования.

2. Блокирование с прыжком: а) по сигналу выпрыгнуть вверх, вывести ладони над сеткой; б) перемещение вдоль сетки, по сигналу – остановка и прыжок с выносом ладоней над сеткой.

3. Блокирование против нападающих, варианты блокирования (одиночное, вдвоем) против нападающих в зонах 2, 3, 4; по сигналу с перемещением рук в прыжке вправо или влево.

Самостраховка. В случае, если мяч остался на стороне блокирующих.

Методические указания: следить за правильным выходом на мяч, чтобы расстояние между кистями было меньше диаметра мяча, пальцы широко разведены.

Практическая работа № 24. Тема «Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»

Цель работы – изучить тактические индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.

Задание и методика выполнения.

1. Тактика индивидуальных действий в защите и нападении:

а) совершенствование одиночного блокирования при нападающем ударе из зоны 4; то же из зоны 3;

б) совершенствование группового блокирования в двусторонней игре.

2. Тактика нападения со 2-й подачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4.

3. Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Методические указания: в двусторонней игре обязательна постановка одиночного блока; следить за тем, чтобы игроки на площадке все время передвигались в средней стойке волейболиста.

4. Игра «Треугольник на волейбольной площадке».

Практическая работа № 25. Тема «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»

Цель работы – оценить уровень выполнения технических приемов игры в волейбол.

Задание и методика выполнения.

1. Верхняя передача мяча над собой из 10 передач: «отлично» – 6, «хорошо» – 5, «удовлетворительно» – 3–4.

2. Верхняя передача из 3 зоны в 4-ю из 5 передач: «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

3. Нижняя прямая подача в определенную половину площадки (попеременно в правую и левую) из 6 подач: «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3.

4. Верхняя прямая подача в пределы площадки из 5: юноши – «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3; девушки – «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

5. Прямой нападающий удар из 4 зоны с 3-х попыток, передача из 3-й зоны (юноши): «отлично» –3, «хорошо» – 2, «удовлетворительно» – 1.

6. То же из 2-й зоны.

Практическая работа № 26. Тема «Двусторонняя игра в волейбол»

Цель работы – 1) совершенствование изученных технических умений игры в волейбол; 2) совершенствование умений применения в игре различных тактических действий.

Задание и методика выполнения.

1. Подачи на точность в левую и правую половину площадки.

2. Тактика нападения со 2-й передачи игроками передней линии и защиты «углом вперед». Нападение через 3-ю зону.

3. Одиночное блокирование.

4. Тактика защитных действий «углом назад».

Методические указания: при тактике нападения со 2-й передачи страхует игрок зоны № 6. При тактике защиты «углом назад» прием осуществляет игрок зоны № 6, его страхуют игроки зон № 1 и № 5. Одиночное блокирование обязательно.

Раздел 6. Спортивные игры. Баскетбол

Практическая работа № 27. Тема «Совершенствование техники передвижений в защитной стойке, передач мяча на месте и в движении»

Цель работы –совершенствовать технику базовых технических элементов игры.

Задание и методика выполнения.
Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.
Передвижения в защитной стойке с мячом и без мяча.
Передачи мяча в парах на месте и в движении.
Передачи набивных мячей в парах на месте и в движении.
Эстафеты с элементами баскетбола.
Двусторонняя игра.

Практическая работа № 28. Тема «Тактика игры в нападении численным большинством»

Цель работы – обучить тактике игры в нападении численным большинством.
Задание и методика выполнения.
Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.
Передачи мяча в парах на месте и в движении.
Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.
Атака кольца вдвоем, втроем при помощи одних передач, без ведения.
Объяснение особенностей атаки в большинстве.
Игра «двое против одного, трое против двоих».
Двусторонняя игра.

Практическая работа № 29. Тема «Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите»

Цель работы – обучить технике постановки заслона в нападении. Обучить тактике личного прессинга в защите.
Задание и методика выполнения.
Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.
Передачи мяча в парах на месте и в движении.
Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.
Объяснение техники постановки заслона в парах.
Постановка заслона с последующей атакой кольца.
Постановка заслона с сопротивлением защитников.
Объяснение тактики защиты с использованием личного прессинга.
Двусторонняя игра с применением заслонов и личной защиты.

Практическая работа № 30. Тема «Тактика игры в зонной защите»

Цель работы – обучить тактике игры с использованием зонной защиты.
Задание и методика выполнения.
Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.
Передачи мяча в парах на месте и в движении.
Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.
Объяснение тактики игры в защите, в расстановке 3-2.
Объяснение тактики игры в защите, в расстановке 2-1-2.
Объяснение тактики игры в защите, в расстановке 2-3.
Игра на одно кольцо с использованием зонной защиты.
Двусторонняя игра с применением зонной защиты.

Практическая работа № 31. Тема «Двустороння игра в баскетбол»

Цель работы – Закрепить технику выполнения ведения мяча, передач и бросков в условиях двусторонней игры и тактику игры в защите и нападении..
Задание и методика выполнения. Общеразвивающие упражнения, растягивание

мышц, связок. Передачи в парах с завершающим броском в кольцо. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции. Деление учащихся на команды, деление игроков по игровым амплуа. Двусторонняя игра по официальным правилам баскетбола.

Раздел 7. Спортивные игры. Волейбол

Практическая работа № 32. Тема «Тактика игры в волейболе: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите»

Цель работы – изучить тактические индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.

Задание и методика выполнения.

1. Тактика индивидуальных действий в защите и нападении:

а) совершенствование одиночного блокирования при нападающем ударе из зоны 4; то же из зоны 3;

б) совершенствование группового блокирования в двусторонней игре.

2. Тактика нападения со 2-й подачи игроков передней линии и защиты «углом вперед» (страховку осуществляет игрок зоны № 6, который не должен близко подходить к блокирующим игрокам, страховка осуществляется в зонах 2, 4.

3. Тактика защитных действий и «углом назад»: прием с подачи – игрок зоны 6, игроки зон 1 и 5 приближаются к нему на случай неудачного приема; нападающий удар из зоны 4, на другой стороне в зоне 2 ставят блок. Игрок зоны 1 выходит на страховку; то же, но нападение из зоны 2, блок – зона 4, страховка – зона 5; совершенствование тактики защиты «углом вперед, назад» в двусторонней игре.

Методические указания: в двусторонней игре обязательна постановка одиночного блока; следить за тем, чтобы игроки на площадке все время передвигались в средней стойке волейболиста.

4. Игра «Треугольник на волейбольной площадке».

Практическая работа № 33. Тема «Контрольное выполнение технических приемов игры в волейбол»

Цель работы – оценить уровень выполнения технических приемов игры в волейбол.

Задание и методика выполнения.

1. Верхняя передача мяча над собой из 10 передач: «отлично» – 6, «хорошо» – 5, «удовлетворительно» – 3–4.

2. Верхняя передача из 3 зоны в 4-ю из 5 передач: «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

3. Нижняя прямая подача в определенную половину площадки (попеременно в правую и левую) из 6 подач: «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3.

4. Верхняя прямая подача в пределы площадки из 5: юноши – «отлично» – 5, «хорошо» – 4, «удовлетворительно» – 3; девушки – «отлично» – 4, «хорошо» – 3, «удовлетворительно» – 2.

5. Прямой нападающий удар из 4 зоны с 3-х попыток, передача из 3-й зоны (юноши): «отлично» –3, «хорошо» – 2, «удовлетворительно» – 1.

6. То же из 2-й зоны.

Практическая работа № 34. Тема «Двустороння игра в волейбол»

Цель работы – 1) совершенствование изученных технических умений игры в волейбол; 2) совершенствование умений применения в игре различных тактических действий.

Задание и методика выполнения.

1. Подачи на точность в левую и правую половину площадки.

2. Тактика нападения со 2-й передачи игроками передней линии и защиты «углом вперед». Нападение через 3-ю зону.

3. Одиночное блокирование.

4. Тактика защитных действий «углом назад».

Методические указания: при тактике нападения со 2-й передачи страхует игрок зоны № 6. При тактике защиты «углом назад» прием осуществляет игрок зоны № 6, его страхуют игроки зон № 1 и № 5. Одиночное блокирование обязательно.

Раздел 8. Спортивные игры. Баскетбол

Практическая работа № 35. Тема «Тактика игры в нападении численным большинством»

Цель работы – обучить тактике игры в нападении численным большинством и тактики игры в защите в меньшинстве.

Задание и методика выполнения.

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передачи мяча в парах на месте и в движении.

Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.

Атака кольца вдвоем, втроем при помощи одних передач, без ведения.

Объяснение особенностей атаки в большинстве.

Объяснение особенностей защиты в меньшинстве.

Игра «двое против одного, трое против двоих».

Двусторонняя игра.

Практическая работа № 36. Тема «Техника постановки заслона в нападении. Тактика личного прессинга в защите»

Цель работы – обучить технике постановки заслона в нападении. Обучить тактике личного прессинга в защите.

Задание и методика выполнения.

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передачи мяча в парах на месте и в движении.

Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.

Объяснение техники постановки заслона в парах.

Постановка заслона с последующей атакой кольца.

Постановка заслона с сопротивлением защитников.

Объяснение тактики защиты с использованием личного прессинга.

Двусторонняя игра с применением заслонов и личной защиты.

Практическая работа № 37. Тема «Тактика игры в зонной защите»

Цель работы – обучить тактике игры с использованием зонной защиты.

Задание и методика выполнения.

Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок.

Передачи мяча в парах на месте и в движении.

Броски в кольцо с близкой и средней дистанции с места и после ведения.

Объяснение тактики игры в защите, в расстановке 3-2.

Объяснение тактики игры в защите, в расстановке 2-1-2.

Объяснение тактики игры в защите, в расстановке 2-3.

Игра на одно кольцо с использованием зонной защиты.

Двусторонняя игра с применением зонной защиты.

Практическая работа № 38. Тема «Двустороння игра в баскетбол»

Цель работы – Закрепить технику выполнения ведения мяча, передач и бросков в условиях двусторонней игры и тактику игры в защите и нападении..

Задание и методика выполнения. Общеразвивающие упражнения, растягивание мышц, связок. Передачи в парах с завершающим броском в кольцо. Броски в кольцо с близкой и средней дистанции. Деление учащихся на команды, деление игроков по игровым амплуа. Двусторонняя игра по официальным правилам баскетбола.

6.3.4.3. Темы и задания для мелкогрупповых/индивидуальных занятий

Мелкогрупповые/индивидуальные занятия по дисциплине учебным планом не предусмотрены.

6.3.4.4. Типовые темы и задания контрольных работ (контрольного урока)

Контрольная работа в учебном процессе не используется.

6.3.4.5. Тестовые задания

Тестовые задания включены в фонд оценочных средств. Используются тестовые задания в форме выбор одного, двух и более правильных ответов из предложенных.

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и владений, характеризующих этапы формирования компетенций

1. Нормативно-методическое обеспечение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся осуществляется в соответствии с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (утв. приказом Министерства образования и науки РФ № 301от 05.04.2017) и локальными актами (положениями) образовательной организации «Об организации учебной работы» (утв. 25.09.2017), «О порядке проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета и магистратуры» (утв. 25.09.2017), «О порядке проведения промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета и магистратуры» (утв. 24.09.2018).

Конкретные формы и процедуры текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине отражены в 4 разделе «Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий».

Анализ и мониторинг промежуточной аттестации отражен в сборнике статистических материалов: «Итоги зимней (летней) зачетно-экзаменационной сессии».

2. Для подготовки к промежуточной аттестации рекомендуется пользоваться фондом оценочных средств:

– перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы (см. п. 6.1);

– описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (см. п. 6.2);

– типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (см. п. 6.3).

3. Требования к прохождению промежуточной аттестации зачет. Обучающийся должен: своевременно и качественно выполнять практические работы;

- своевременно выполнять самостоятельные задания;
- пройти промежуточное тестирование (выполнить нормативы);

4. Во время промежуточной аттестации используются:

–база практических заданий, выносимых на зачет;

– описание шкал оценивания;

– справочные, методические и иные материалы.

5. Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья фонды оценочных средств адаптированы за счет использования специализированного оборудования для инклюзивного обучения. Форма проведения текущей и итоговой аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т. п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете.

7. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для освоения дисциплины

7.1. Печатные и (или) электронные образовательные ресурсы[1]

1. Физическая культура : учебник / коллектив авторов ; под ред. М. Я. Виленского. – 2-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2013. – 424 с. – (Бакалавриат).
2. Власова, И. А. Оздоровительный фитнес: учеб. пособие / О. А. Иваненко, Челяб. гос. ин-т культуры, И. А. Власова.— Челябинск : ЧГИК, 2017 .— 161 с.: ил. — ISBN 978-5-94839-628-6 .— Текст : электронный // Руконт : электронно-библиотечная система. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/651923 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Еремина Людмила Васильевна, Рыков Сергей Сергеевич. Пауэрлифтинг: Учебно-методическое пособие / Еремина Людмила Васильевна, Рыков Сергей Сергеевич, Челяб.гос. академия культуры и искусств, Еремина Людмила Васильевна, Рыков Сергей Сергеевич .— Челябинск : ЧГАКИ, 2014 .— 108 с. — ISBN 978-5-94839-458-9 .— Текст : электронный // Руконт : электронно-библиотечная система. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/284004 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Ерёмина, Л. В. Спортивные игры в вузе. Волейбол: учеб.-метод. пособие / Л. В. Ерёмина; Челяб. гос. ин-т культуры – Челябинск: ЧГИК, 2018. – 88 с.– Текст: электронный // Руконт : электронно-библиотечная система. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/675738 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Кравчук, В. И. Легкая атлетика: учеб.-метод. пособие по дисциплине «Физическая культура» / В. И. Кравчук; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. – Че-

[1] Обеспечение обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья печатными и электронными образовательными ресурсами осуществляется в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

лябинск, 2013. – 183 с.– Текст: электронный // Руконт : электронно-библиотечная система. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/284008 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Кравчук, В. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов музыкальных специальностей вуза культуры и искусств / В. И. Кравчук. Челяб. гос. академия культуры и искусств. Челябинск, 2014 – 300 с.– Текст: электронный // Руконт :электронно-библиотечная система. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/299088 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Кравчук, В. И. Физическая культура: учеб. пособие по дисциплине «Физическая культура» для студентов вузов культуры / В. И. Кравчук: Челяб. гос. институт культуры. – Челябинск : ЧГИК, 2019. – 223 с Текст: электронный // Руконт :электронно-библиотечная система. — URL:https://lib.rucont.ru/efd/199888 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Смолин, Ю. В., Основы теории спортивных соревнований и подвижных игр: учеб.-метод. пособие по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре» / Ю. В. Смолин; Челяб. гос. ин-т культуры – Челябинск: ЧГИК, 2016. – 55 с.– Текст: электронный // Руконт : электронно-библиотечная система. — URL: https://lib.rucont.ru/efd/631985 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.2. Информационные ресурсы

7.2.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Базы данных:

ЭБС «Лань» – Режим доступа:http://e.lanbook.com

ЭБС «Руконт» –- Режим доступа: http://rucont.ru

Информационные справочные системы:

Использование информационных систем по дисциплине не предусмотрено

7.2.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

http://www.intuit.ru/ – Национальный открытый университет

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Комплексное изучение обучающимися дисциплины предполагает: овладение материалами лекций, учебной и дополнительной литературой, указанной в рабочей программе дисциплины; творческую работу обучающихся в ходе проведения семинарских (практических, индивидуальных) занятий, а также систематическое выполнение тестовых и иных заданий для самостоятельной работы обучающихся.

В ходе лекций раскрываются основные вопросы в рамках рассматриваемой темы, делаются акценты на наиболее сложные и интересные положения изучаемого материала, которые должны быть приняты обучающимися во внимание. Основой для подготовки обучающегося к семинарским занятиям являются лекции и издания, рекомендуемые преподавателем (см. п. 6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы).

Основной целью практических занятий является отработка профессиональных умений и владений навыками. В зависимости от содержания практического занятия

могут быть использованы методики интерактивных форм обучения. Основное отличие активных и интерактивных упражнений и заданий в том, что они направлены не только и не столько на закрепление уже изученного материала, сколько на изучение нового.

Для выполнения заданий самостоятельной работы в письменной форме по темам обучающиеся, кроме рекомендуемой к изучению литературы, электронных изданий и интернет-ресурсов, должны использовать публикации по изучаемой теме в журналах: «Теория и практика физической культуры» (задания для самостоятельной работы см. в Разделе 5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине).

Предусмотрено проведение индивидуальной работы (консультаций) с обучающимися в ходе изучения материала данной дисциплины.

Выбор методов обучения для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья определяется с учетом особенностей восприятия ими учебной информации, содержания обучения, методического и материально-технического обеспечения. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создания комфортного психологического климата в студенческой группе.

Таблица 14

Оценочные средства по дисциплине с учетом вида контроля

Наименование оценочного средства	**Краткая характеристика оценочного средства**	**Виды контроля**
Аттестация в рамках текущего контроля	Средство обеспечения обратной связи в учебном процессе, форма оценки качества освоения образовательных программ, выполнения учебного плана и графика учебного процесса в период обучения студентов.	Текущий (аттестация)
Зачет	Формы отчетности обучающегося, определяемые учебным планом. Зачеты служат формой проверки качества выполнения обучающимися учебных работ, усвоения учебного материала практических и семинарских занятий.	Промежуточный
Практическая работа	Оценочное средство для закрепления теоретических знаний и отработки владения навыками и умений, способности применять знания при решении конкретных задач.	Текущий (в рамках практического занятия, сам. работы)
Реферат	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, основываясь прежде всего на изучении значительного количества научной и иной литературы по теме исследования, а также собственных взглядах на нее.	Текущий (в рамках сам. работы)
Творческое задание	Учебные задания, требующие от обучающихся не простого воспроизводства информации, а творчества, поскольку содержат больший или меньший элемент неизвестности и имеют, как правило, несколько подходов в решении поставленной в за-	Текущий (в рамках самостоятельной работы, семинара или практического занятия)

Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Виды контроля
	дании проблемы. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	

9. Описание материально-технического обеспечения, необходимого для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебные аудитории для проведения учебных занятий по дисциплине оснащены оборудованием (кардиолиния, силовые тренажеры, свободные веса, степ-платформы, бодибары, мячи, коврики, зеркальные панели, тематические стенды) и техническими средствами обучения (звукотехническое оборудование).

Лист изменений в рабочую программу дисциплины

В рабочую программу дисциплины внесены следующие изменения и дополнения:

Учебный год	Реквизиты протокола Ученого совета	Номер раздела, подраздела	Содержание изменений и дополнений
2024/2025	Протокол № 11 от 27.05.2024		Без изменений
2025/2026	Протокол № 8 от 26.05.2025	7.1. 7.2.	Дополнены списки литературы
2026/2027	Протокол № 10 от 25.05.2026	Р.8	Доработан
2027/28			

Учебное издание

Авторы-составители
Еремина Людмила Васильевна

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Рабочая программа дисциплины

Программа бакалавриата
«Документационное обеспечение управления»
по направлению подготовки
46.03.02 Документоведение и архивоведение

Квалификация: бакалавр

Печатается в авторской редакции

Подписано к печати
Формат 60х84/16 *Объем 3,3 п. л.*
Заказ *Тираж 100 экз.*

Челябинский государственный институт культуры
454091, Челябинск, ул. Орджоникидзе, 36а
Отпечатано в типографии ЧГИК. Ризограф