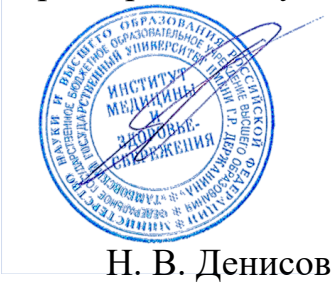
Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Институт медицины и здоровьесбережения
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора института



Н. В. Денисов
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.О.ДВ.01.8 Спортивные игры

Направление подготовки/специальность: 31.05.01 - Лечебное дело

Профиль/направленность/специализация: Лечебное дело

Уровень высшего образования: специалитет

Квалификация: Врач-лечебник

год набора: 2022

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат педагогических наук, доцент Калмыков Сергей Александрович

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 31.05.01 - Лечебное дело (уровень специалитета) (приказ Министерства науки и высшего образования РФ от «12» августа 2020 г. № 988).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «16» июня 2026 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Института медицины и здоровьесбережения, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП специалитета……. 5

3. Объем и содержание дисциплины…… 5

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 12

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 25

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 26

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 27

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- медицинский
- организационно-управленческий

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 02 Здравоохранение (в сфере оказания первичной медико-санитарной помощи населению в медицинских организациях: поликлиниках, амбулаториях, стационарно-поликлинических учреждениях муниципальной системы здравоохранения и лечебно-профилактических учреждениях, оказывающих первичную медико-санитарную помощь населению);, 07 Административно-управленческая и офисная деятельность (в сфере деятельности организаций здравоохранения)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения											
		Очная (семестр)											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Атлетическая гимнастика			+	+	+	+	+	+				
2	Волейбол			+	+	+	+	+	+				
3	Настольный теннис			+	+	+	+	+	+				
4	Общий курс физической подготовки									+	+	+	+
5	Оздоровительная аэробика			+	+	+	+	+	+				
6	Плавание			+	+	+	+	+	+				
7	Стрельба			+	+	+	+	+	+				

8	Физическая культура и спорт	+	+										
9	Футбол			+	+	+	+	+	+				

2. Место дисциплины в структуре ОП специалитета:

Дисциплина «Спортивные игры» относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 31.05.01 - Лечебное дело.

Дисциплина «Спортивные игры» изучается в 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестрах.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины:

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**328**
Контактная работа	288
Практические (Практ. раб.)	288
Самостоятельная работа (СР)	40
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.		Формы текущего контроля
		Практ. раб.	СР	
		О	О	
3 семестр				
1	Гимнастика с элементами акробатики	20	2	Доклад; выполнение контрольных нормативов
2	Легкая атлетика	22	4	Доклад; выполнение контрольных нормативов
3	Спортивные игры	22	2	Доклад; выполнение контрольных нормативов
4 семестр				
4	Лыжная подготовка	32	4	Доклад; выполнение контрольных нормативов
5	Плавание	32	4	Доклад; выполнение контрольных нормативов

5 семестр				
6	Ритмическая гимнастика	20	2	Выполнение контрольных нормативов; доклад
7	Аэробика	22	4	Доклад; выполнение контрольных нормативов
8	Атлетическая гимнастика	22	2	Доклад; выполнение контрольных нормативов
6 семестр				
9	Элементы единоборств	32	4	Доклад; выполнение контрольных нормативов
10	Кроссовая подготовка	32	4	Выполнение контрольных нормативов; Выполнение контрольных нормативов
7 семестр				
11	Элементы единоборств	8	2	Выполнение контрольных нормативов; доклад
12	Кроссовая подготовка	8	2	Доклад; выполнение контрольных нормативов
8 семестр				
13	Совершенствование техники выполнения элементов настольного тенниса	8	2	Доклад; выполнение контрольных нормативов
14	Обучение и совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Волейбол»	8	2	Доклад; выполнение контрольных нормативов

Тема 1. Гимнастика с элементами акробатики (УК-7)

Практическое занятие.

Развитие координационных способностей: комбинации общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами; то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений, акробатических упражнений; упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастическом бревне, на гимнастической стенке, гимнастических снарядах. Акробатические упражнения; прыжки в глубину с вращениями.

Развитие силовых способностей и силовой выносливости: юноши: подтягивания; упражнения в висах, упорах, со штангой, гирей, гантелями, набивными мячами; девушки: упражнения в висах и упорах; общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, в парах. Совершенствование общеразвивающих упражнений с предметами (юноши: с набивными мячами весом до 5 кг, гантелями до 8 кг, гирями до 16 и 24 кг, штангой, с эспандерами, на тренажерах; девушки: комбинации упражнений с обручами, лентами, скакалкой, большими мячами).

Развитие скоростно-силовых способностей: прыжки со скакалкой, метания набивного мяча.

Развитие гибкости: общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для различных суставов; упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке, с предметами.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университет

подготовить доклад:

Сила и методы ее развития: упражнения с преодолением веса собственного тела или его частей, упражнения в противодействие партнера (через сопротивление), динамические упражнения преодолевающего и уступающего характера, силовые упражнения на различные мышечные группы, упражнения на растягивание (активные и пассивные), упражнения на расслабление.

Тема 2. Легкая атлетика (УК-7)

Практическое занятие.

Развитие выносливости: юноши: длительный бег до 25 мин, кросс, бег с препятствиями, эстафеты, круговая тренировка; девушки: длительный бег до 20 мин.

Развитие скоростно-силовых способностей: прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных исходных положений, толкание ядра, броски набивных мячей, круговая тренировка.

Развитие скоростных способностей: эстафеты, старты из различных и.п., бег с ускорением, с максимальной скоростью, изменением темпа и ритма шагов.

Развитие координационных способностей: варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения; метание из различных и.п. с цель, на дальность, обеими руками.

Знания о физической культуре: техника безопасности при занятиях легкой атлетикой; биомеханические особенности техники бега, прыжков и метаний; основные механизмы энергообеспечения легкоатлетических упражнений; дозирование нагрузки при занятиях бегом, прыжками и метанием; виды соревнований по легкой атлетике и рекорды, правила соревнований.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Выносливость и методы ее развития: выполнение упражнений локального воздействия для развития силовой выносливости определенных мышечных групп методом круговой тренировки, разновидности бега с равномерной и не равномерной скоростью движения в медленном, умеренном и быстром темпе.

Тема 3. Спортивные игры (УК-7)

Практическое занятие.

• Баскетбол

Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов, стоек: комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Совершенствование ловли и передачи мяча. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча. Совершенствование техники защитных действий. Совершенствование техники перемещений, владения мячом и развитие двигательных способностей.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей: игра по упрощенным правилам баскетбола, игра по правилам.

• Волейбол

Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов, стоек: комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Совершенствование приема и передачи мяча. Совершенствование техники передач мяча: варианты подач. Совершенствование техники подач мяча: варианты подач мяча. Совершенствование техники нападающего удара: варианты нападающего удара через сетку. Совершенствование техники защитных действий: варианты блокирования нападающих ударов (одиночное и вдвоем), страховка. Совершенствование тактики игры: индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей: игра по упрощенным правилам баскетбола, игра по правилам.

• Футбол

Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов, стоек: комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники перемещений, владения мячом и развитие двигательных способностей. Совершенствование техники защитных действий.

Совершенствование тактики игры: индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей: игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров, игра по правилам.

Совершенствование координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий и реакций, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию и ритму): метания в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме; комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом, выполняемые также в сочетании с акробатическими упражнениями; варианты круговой тренировки, комбинированные упражнения и эстафеты с разнообразными предметами (мячами, теннисными ракетками, бадминтонной ракеткой, воздушными шарами). Подвижные игры с мячом, приближенные к спортивным.

Развитие выносливости: эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры, двусторонние игры и игровые задания длительностью от 20 с до 18 мин.

Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей: бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных положений на расстояние от 10 до 25 м, ведение мяча в различных стойках, с максимальной частотой 10-13 с, подвижные игры и эстафеты с мячом в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Прикладные физические упражнения и отдельные элементы ОФП.

Специальные упражнения для развития основных физических качеств для студентов с учетом специфики будущей профессиональной деятельности.

Тема 4. Лыжная подготовка (УК-7)

Практическое занятие.

Совершенствование техники лыжных ходов: переход с одновременных шагов на попеременные; преодоление подъемов и препятствий; прохождение дистанции до 5 км (девушки) и до 10 км (юноши).

Формирование знаний о физической культуре: правила и техника безопасности при занятиях лыжным спортом; первая помощь при травмах и обморожениях; особенности физической подготовки лыжников; правила проведения самостоятельных занятий; основные элементы тактики лыжных гонок; правила соревнований.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Энергозатраты при физической нагрузке разной интенсивности.

Участие в спортивных соревнованиях в процессе самостоятельных занятий.

Тема 5. Плавание (УК-7)

Практическое занятие.

Закрепление и совершенствование изученных способов плавания. Развитие выносливости: плавание в умеренном и переменном темпе до 600 м. проплывание отрезков 25-100 м по 2-6 раз. Развитие координационных способностей, выносливости: подготовительные, общеразвивающие и подводящие упражнения на суше и в воде. Освоение плавания прикладными способами: плавание на боку, брассом, на спине. Развитие выносливости: плавание в умеренном и переменном темпе до 600 м. проплывание отрезков 25-100 м по 2-6 раз.

Развитие координационных способностей: подготовительные, общеразвивающие и подводящие упражнения на суше и в воде.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной нагрузки.

Тема 6. Ритмическая гимнастика (УК-7)

Практическое занятие.

Совершенствование общеразвивающих упражнений под музыку в положении стоя, сидя, лежа. Упражнения на растягивание. Ходьба: различные варианты; сочетание ходьбы на месте и в движении с различными движениями руками (одновременными и разноименными, симметричными и асимметричными); ходьба с хлопками; ходьба с продвижением (вперед, назад, по диагонали, по дуге, по кругу); основные шаги и их разновидности, используемые в аэробике; бег (использовать те же варианты движений, как и при ходьбе). Подскоки и прыжки: на двух ногах (с различным положением ног в фазе полета), на месте и с продвижением в разных направлениях; с переменой положения ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не выполнять больше 4 прыжков на одной ноге); сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями с различными движениями руками

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета..

подготовить доклад:

Музыкакально-ритмическая деятельность: ритмические упражнения, не сложные построения и перестроения, музыкальные игры.

Тема 7. Аэробика (УК-7)

Практическое занятие.

Совершенствование основных шагов аэробики (ходьба, открытый шаг, приставной шаг, поднимание колен, скрестный шаг, прыжок ноги врозь-вместе, бег, скип); вспомогательных шагов; выполнение связок из трех-пяти шагов; сочетание шагов с различными движениями руками, в различных направлениях.

Развитие двигательных способностей: выносливости, координации движений, ритма. Развитие гибкости: упражнения с повышенной амплитудой для различных суставов.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Структура и содержание занятий фитнес - аэробикой.

Методы проведения аэробной тренировки.

Тема 8. Атлетическая гимнастика (УК-7)

Практическое занятие.

Развитие силовых, скоростно-силовых способностей и силовой гимнастики с использованием специальных тренажеров, приспособлений, отягощений.

Формирование знаний и принципах силовой тренировки, особенностях питания, дозирования нагрузки в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Организация силовой тренировки.

Развитие выносливости на занятиях фитнес -аэробикой.

Тема 9. Элементы единоборств (УК-7)

Практическое занятие.

Совершенствование техники приемов: стойки и передвижения в стойке, захваты рук и туловища, освобождение от захватов, приемы борьбы за выгодное положение, борьба за предмет, упражнения по овладению приемами страховки.

Развитие координационных способностей: подвижные игры.

Развитие силовых способностей и силовой выносливости: силовые упражнения и единоборства в парах.

Овладение знаниями: самостоятельная разминка, влияние занятий единоборствами на развитие нравственных и волевых качеств. Техника безопасности.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

подготовить доклад:

Индивидуальные самостоятельные занятия профессионально-прикладными физическими упражнениями: упражнения с предметами, с отягощениями, в тренажерах.

Тема 10. Кроссовая подготовка (УК-7)

Практическое занятие.

Пробегание дистанции 2 км (девушки), 3 км (юноши) в сочетании с ходьбой, полностью в умеренном темпе.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Прикладное значение упражнений ОФП

Тема 11. Элементы единоборств (УК-7)

Практическое занятие.

Совершенствование техники приемов: стойки и передвижения в стойке, захваты рук и туловища, освобождение от захватов, приемы борьбы за выгодное положение, борьба за предмет, упражнения по овладению приемами страховки.

Развитие координационных способностей: подвижные игры.

Развитие силовых способностей и силовой выносливости: силовые упражнения и единоборства в парах.

Овладение знаниями: самостоятельная разминка, влияние занятий единоборствами на развитие нравственных и волевых качеств. Техника безопасности.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

подготовить доклад:

Ловкость и методы ее развития: преодоление полосы препятствий.

Тема 12. Кроссовая подготовка (УК-7)

Практическое занятие.

Пробегание дистанции 2 км (девушки), 3 км (юноши) в сочетании с ходьбой, полностью в умеренном темпе.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета.

подготовить доклад:

Гибкость и методы ее развития: пассивная и активная гибкость.

Тема 13. Совершенствование техники выполнения элементов настольного тенниса (УК-7)

Практическое занятие.

Совершенствование изученных приемов игры. Чередование нескольких приемов игры в быстром темпе, с различными направлениями полета мяча. Отражение сложных подач: «накат», «подрезка», «подставка», и «топ-спин». Удары: слева против «подставок» и контрударов с различными вращениями мяча, справа против «подставок», «подрезок», и контрударов с различными вращениями мяча, сильный завершающий удар. Тактика одиночной игры с противниками: защитниками, нападающими, комбинационными игроками. Особенности парных игр и тактика смешанных игр. Совершенствование тактики игры в разных зонах. Свободная игра на столе, с тренером, партнерами. Участие в соревнованиях.

Задания для самостоятельной работы.

подготовить доклад:

Структура и содержание занятий.

Имитация ударов накатом, подрезкой, у зеркала без ракетки, с ракеткой, на простейших тренировочных тренажерах.

Тема 14. Обучение и совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Волейбол» (УК-7)

Практическое занятие.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу. Стойки и перемещения волейболистов: упражнения для развития быстроты, ловкости, силы, игры подготовительные к волейболу «Пионербол», «Три касания» и др. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Нападающий удар. Использование подводящих упражнений и эстафет. Правила игры. Учебная игра.

Задания для самостоятельной работы.

подготовить доклад:

Совершенствование стоек, перемещений волейболиста.

Передача мяча сверху двумя руками в парах.

Передача мяча сверху двумя руками над собой, хлопок перед собой, за спиной, передача партнеру.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Гимнастика с элементами акробатики	Доклад	20	20-15 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 14 9баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 8-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 50 раз 9 баллов – 49 раз 8 баллов – 48 раз 7 баллов – 47 раз 6 баллов – 46 раз 5 баллов – 45 раз 4 балла – 44 раза 3 балла – 43 раза 2 балла – 42 раза 1 балл – 41 раз
2.	Легкая атлетика	Доклад	20	20-15 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 14 9баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 8-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов	10	10 баллов – 100 раз 9 баллов – 99 раз 8 баллов – 98 раз 7 баллов – 97 раз 6 баллов – 96 раз 5 баллов – 95 раза 4 балла – 94 раза 3 балла – 93 раза 2 балла – 92 раз 1 балл – 91 раз

3.	Спортивные игры	Доклад	20	20-15 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 14 9баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 8-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 58 см 9 баллов – 59 см 8 баллов – 60 см 7 баллов – 61 см 6 баллов – 62 см 5 баллов – 63 см 4 балла – 64 см 3 балла – 65 см 2 балла – 66 см 1 балл – 67 см
4.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
5.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов; - участие в соревнованиях – 10 баллов
6.	Итого за семестр		100	

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки

1.	Лыжная подготовка	Доклад	35	35-24 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 25-14 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 15-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 раз 9 баллов – 99 раз 8 баллов – 98 раз 7 баллов – 97 раз 6 баллов – 96 раз 5 баллов – 95 раза 4 балла – 94 раза 3 балла – 93 раза 2 балла – 92 раз 1 балл – 91 раз
2.	Плавание	Доклад	35	35-25 баллов – студент выполнил работу без ошибок и недочетов, допустил не более одного недочета. 24-16 балла – студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов. 15-11 баллов – студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов. 6-10 баллов – студент правильно выполнил менее половины работы, допустил несколько недочетов. 5-1 балл – студент правильно выполнил не более 25% работы, допустил несколько недочетов или более 3 грубых ошибок
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 50 раз 9 баллов – 49 раз 8 баллов – 48 раз 7 баллов – 47 раз 6 баллов – 46 раз 5 баллов – 45 раз 4 балла – 44 раза 3 балла – 43 раза 2 балла – 42 раза 1 балл – 41 раз

3.	Посещаемость	10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
4.	Премиальные баллы	20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов; - участие в соревнованиях – 10 баллов
5.	Итого за семестр	100	

5 семестр

- текущий контроль – 80 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Ритмическая гимнастика	**Выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)**	10	10 баллов – 18 с 9 баллов – 17 с 8 баллов – 16 с 7 баллов – 15 с 6 баллов – 14 с 5 баллов – 13 с 4 балла – 12 с 3 балла – 11 с 2 балла – 10 с 1 балл – 9 с
		доклад	20	20-15 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 14-9 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 8-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.

2.	Аэробика	Доклад	20	20-15 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 14 9баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 8-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов	20	20 баллов – 70 раз 19 баллов – 69 раз 18 баллов – 68 раз 17 баллов – 67 раз 16 баллов – 66 раз 15 баллов – 65 раза 14 балла – 64 раза 13 балла – 63 раза 12 балла – 62 раз 11 балл – 61 раз 10 баллов-60 раз 9 баллов-59 раз 8 баллов-58 раз 7 баллов-57 раз 6 баллов-56 раз 5 баллов-55 раз 4 балла-54 раз 3 балла-53 раз 2 балла-52 раз 1 балл-51
3.	Атлетическая гимнастика	Доклад	20	20-15 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 14 9баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 8-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.

		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 58 см 9 баллов – 59 см 8 баллов – 60 см 7 баллов – 61 см 6 баллов – 62 см 5 баллов – 63 см 4 балла – 64 см 3 балла – 65 см 2 балла – 66 см 1 балл – 67 см
4.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов; - участие в соревнованиях – 10 баллов
5.	Итого за семестр		100	

6 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Элементы единоборств	Доклад	35	35-24 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 25-14 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 15-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 50 раз 9 баллов – 49 раз 8 баллов – 48 раз 7 баллов – 47 раз 6 баллов – 46 раз 5 баллов – 45 раз 4 балла – 44 раза 3 балла – 43 раза 2 балла – 42 раза 1 балл – 41 раз

2.	Кроссовая подготовка	Выполнение контрольных нормативов	35	35 баллов – 50 раз 34 балл – 49 раз 33 балла – 48 раз 30 баллов – 47 раз 25 баллов – 46 раз 20 баллов – 45 раз 15 баллов – 44 раза 10 баллов – 43 раза 7 баллов – 42 раза 5 баллов – 41 раз
		Выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 58 см 9 баллов – 59 см 8 баллов – 60 см 7 баллов – 61 см 6 баллов – 62 см 5 баллов – 63 см 4 балла – 64 см 3 балла – 65 см 2 балла – 66 см 1 балл – 67 см
3.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
4.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов; - участие в соревнованиях – 10 баллов
5.	Итого за семестр		100	

7 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Элементы единоборств	**Выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)**	10	10 баллов – 18 с 9 баллов – 17 с 8 баллов – 16 с 7 баллов – 15 с 6 баллов – 14 с 5 баллов – 13 с 4 балла – 12 с 3 балла – 11 с 2 балла – 10 с 1 балл – 9 с

		доклад	35	35-24 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 25-14 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 15-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
2.	Кроссовая подготовка	Доклад	35	35-24 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 25-14 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 15-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 раз 9 баллов – 99 раз 8 баллов – 98 раз 7 баллов – 97 раз 6 баллов – 96 раз 5 баллов – 95 раза 4 балла – 94 раза 3 балла – 93 раза 2 балла – 92 раз 1 балл – 91 раз
3.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются

4.	Премиальные баллы	20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов; - участие в соревнованиях – 10 баллов
5.	Итого за семестр	100	

8 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Совершенствование техники выполнения элементов настольного тенниса	Доклад	35	35-24 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 25-14 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 15-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 50 раз 9 баллов – 49 раз 8 баллов – 48 раз 7 баллов – 47 раз 6 баллов – 46 раз 5 баллов – 45 раз 4 балла – 44 раза 3 балла – 43 раза 2 балла – 42 раза 1 балл – 41 раз

2.	Обучение и совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Волейбол»	Доклад	35	35-24 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет сравнивать разные точки зрения; анализировать и правильно формулировать свои вопросы; сопоставлять полученную при подготовке к практическому занятию информацию; отвечать на задаваемые ему вопросы; способен вести дискуссию с использованием терминологии физической культуры и спорта. 25-14 баллов – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. Студент умеет применять полученную при подготовке к выступлению информацию; способен отвечать на большинство вопросов; вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта. 15-1 балл – содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике. В докладе присутствуют логические нарушения в представлении материала. Студент затрудняется применять полученную при подготовке к выступлению информацию; не уверенно отвечает на большинство вопросов; затрудняется вести дискуссию с использованием терминологий физической культуры и спорта.
		выполнение контрольных нормативов(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 раз 9 баллов – 99 раз 8 баллов – 98 раз 7 баллов – 97 раз 6 баллов – 96 раз 5 баллов – 95 раза 4 балла – 94 раза 3 балла – 93 раза 2 балла – 92 раз 1 балл – 91 раз
3.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
4.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов; - участие в соревнованиях – 10 баллов
5.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

выполнение контрольных нормативов

Тема 10. Кроссовая подготовка

Приседания: и.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. Выполнить приседания (количество раз)

Тема 14. Обучение и совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Волейбол»

Прыжки через скакалку: студент, взявшись за концы скакалки, выполняет прыжки через нее за одну минуту (количество раз).

Типовые контрольные нормативы по общей физической подготовленности

В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)

Лежа на спине хват руками за гимнастическую стенку (скамейку), поднимание прямых ног до касания стенки (кол-во раз)

Поднимание туловища из положения, лежа на спине, кисти к плечам, ноги согнуты в коленях и закреплены (кол-во раз)

Подтягивание на перекладине (кол-во раз)

Прыжок в длину с места (см)

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, ноги на гимнастической скамейке (кол-во раз)

Сгибание и разгибание рук в упоре на коленях, ноги скрестно (кол-во раз)

Типовые контрольные нормативы по технической подготовленности

(настольный теннис)

Подбивание мяча различными сторонами ракетки во время ходьбы.

Удары справа (слева) у тренировочной стенки.

Накат справа (слева) по диагонали (кол-во ударов в серию)

Подачи справа (слева) накатом

Сочетание наката справа и слева в левый угол Количество ударов в серию

Типовые контрольные нормативы по технической подготовленности

(волейбол)

Передача мяча сверху двумя руками над собой, не выходя из центрального (баскетбольного) круга

Передача мяча снизу двумя руками над собой, не выходя из центрального (баскетбольного) круга (кол-во раз)

Нижняя прямая подача в пределы площадки

Верхняя прямая подача в пределы площадки

Типовые контрольные нормативы по технической подготовленности

(футбол)

Ведение мяча 30 метров (с).

Удары по воротам на точность (щёчкой), правой, левой, нижние углы ворот, с 11 метров

Ведение мяча на скорость, квадрат 10-10 метров «конверт» (с).

Жонглирование мяча (кол-во раз), подъёмом стопы, бедром, чередуя левую, правую ноги.

Вбрасывание мяча из-за головы на дальность и точность партнёру на грудь, расстояние 20 метров, 15 попыток.

Передача мяча подъёмом стопы верхом, на точность, в парах, расстояние 30 метров, по 20 передач.

Доклад

Тема 14. Обучение и совершенствование техники выполнения различных элементов спортивной игры «Волейбол»

Типовые темы докладов

Совершенствование стоек, перемещений волейболиста.

Передача мяча сверху двумя руками в парах.

Передача мяча сверху двумя руками над собой, хлопок перед собой, за спиной, передача партнеру.

Сила и методы ее развития: упражнения с преодолением веса собственного тела или его частей, упражнения в противодействие партнера (через сопротивление), динамические упражнения преодолевающего и уступающего характера, силовые упражнения на различные мышечные группы, упражнения на растягивание (активные и пассивные), упражнения на расслабление.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (УК-7)

Типовые вопросы зачета

1. Классификация спортивных игр.
2. Показатели тренированности в покое.
3. Показатели тренированности при выполнении стандартных нагрузок.
4. Показатели тренированности при предельно напряженной работе.
5. Общая физическая подготовка в теннисе, волейболе, футболе.
6. Специальная физическая подготовка в теннисе, волейболе, футболе.
7. Методические основы технико-тактической подготовки в спортивных играх.

Типовые задания для зачета (УК-7)

Типовые задания промежуточного контроля (ОФП) – девушки.

1. Прыжок в длину с места (см)
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на гимнастической скамейке (кол-во раз)
3. Поднимание туловища из положения, лежа на спине, кисти к плечам, ноги согнуты в коленях и закреплены (кол-во раз)

Типовые задания промежуточного контроля (ОФП) – юноши

1. Прыжок в длину с места (см)
2. Подтягивание на перекладине (кол-во раз)
3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, ноги на гимнастической скамейке (кол-во раз)

Типовые задания промежуточного контроля (настольный теннис)

Подбивание мяча различными сторонами ракетки во время ходьбы.

Накат справа по диагонали (кол-во ударов в серию.

Накат слева по диагонали (кол-во ударов в серию).

Подача с верхним и смешанным вращением.

Подача с нижним и смешанным вращением.

Типовые задания промежуточного контроля (волейбол)

Передача мяча сверху двумя руками над собой, не выходя из центрального (баскетбольного) круга

Передача мяча снизу двумя руками над собой, не выходя из центрального (баскетбольного) круга

Нижняя боковая подача в пределы площадки

Типовые задания промежуточного контроля (футбол)

Бег 30 метров (с).

Удары по воротам на точность (щёчкой), правой, левой, нижние углы ворот, с 11 метров.

Удары на точность, подъёмом стопы с 11 метров, 10 ударов, нижние углы ворот.

Передача мяча подъёмом стопы верхом, на точность, в парах, расстояние 30 метров, по 20 передач.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)

«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-7	Корректно выбирает здоровьесберегающие техноло-гии для поддержания здорового образа жизни с уче-том физиологических особенностей организма
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-7	Затрудняется с выбором здоровьесберегающих тех-нологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;

- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентаци, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;

- полнота и глубина ответа;

- сознательность ответа;

- логика изложения материала;

- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;

- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;

- использование дополнительного материала;

- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели. ссылки на ресурсы. соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;

- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;

- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:

- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Яковлев В.Н. Атлетическая гимнастика для студентов 1-2 курсов нефизкультурных специальностей, обучающихся по программе бакалавра : учеб. пособие. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2013. - 90 с.

2. Сычев А.В. История физической культуры и спорта : [УМК по спец.: "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья"]. - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2009. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

3. Скороходов Н.М., Сютина В.И., Лисицын Е.П. Технология физкультурно-спортивной деятельности : учеб. пособие. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2014. - 76 с.

4. Болдырева В.Б., Рязанов А.А., Кузнецов С.А., Шпичко А.М. Техника и методика обучения на занятиях по спортивным играм : учеб. пособие. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2015. - 197 с.

5. Гусева, М. А., Герасимов, К. А., Климов, В. М. Физическая культура. Волейбол : учебное пособие. - 2025-09-07; Физическая культура. Волейбол. - Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2019. - 80 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/98756.html

6.2 Дополнительная литература:

1. Луценко, С. А. Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебно-методическое пособие. - Весь срок охраны авторского права; Организация и проведение соревнований по спортивным играм. - Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2010. - 52 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/29982.html

2. Шалаев, О. С., Мишенькина, В. Ф., Эртман, Ю. Н., Ковыршина, Е. Ю. Подвижные игры : учебное пособие. - 2023-04-30; Подвижные игры. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. - 158 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/95631.html

3. Колотильщикова, С. В., Бумарскова, Н. Н., Никишкин, В. А., Лазарева, Е. А. Развитие пространственной точности движений как основа обучения подвижным спортивным играм : учебно-методическое пособие. - 2024-07-01; Развитие пространственной точности движений как основа обучения подвижным спортивным игр. - Москва: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2017. - 135 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/63773.html

6.3 Иные источники:

1. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания - www.monographies.ru
2. Правовой сайт КонсультантПлюс - http://www.consultant.ru
3. Российская национальная библиотека - http://www.nlr.ru/
4. Российское образование для иностранных граждан - http://www.russia.edu.ru/
5. Словари и энциклопедии он-лайн - http://dic.academic.ru - http://dic.academic.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

7-Zip 9.20

Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014 187,00 MB 11.0.08

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal Licence

Операционная система Microsoft Windows 10

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Электронная библиотека ТГУ. – URL: https://elibrary.tsutmb.ru/
2. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: https://biblioclub.ru
3. Цифровой образовательный ресурс IPR SMART. – URL: http://www.iprbookshop.ru
4. Юрайт: образовательная платформа, электронно-библиотечная система. – URL: https://urait.ru
5. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: https://www.tsutmb.ru/biblio/elektronnyij-katalog/
6. Российская государственная библиотека: официальный сайт. – URL: https://www.rsl.ru
7. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: https://elibrary.ru
8. ЭБС «Консультант студента»: коллекции: Медицина. Здравоохранение. Гуманитарные науки . – URL: https://www.studentlibrary.ru

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.