



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

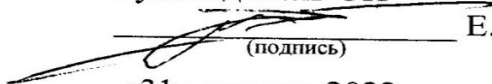
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры и БЖД

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

  
(подпись) Е.Е. Соколов

«31» августа 2022 г.

**Рабочая программа дисциплины  
Спортивные игры**

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Иванов



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

---

## 1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Спортивные игры» является вооружение студентов технологиями профессиональной деятельности педагога по физической культуре. Основными задачами освоения дисциплины являются: изучение теории и методики преподавания спортивных игр, овладение техникой и тактикой спортивных игр, формирование навыков планирования учебного, тренировочного процесса, проведения спортивных соревнований, использования технических средств и инвентаря для повышения качества образовательного процесса.

## 2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Спортивные игры» относится к части, формируемая участниками образовательных отношений образовательной программы.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин: «Спортивная медицина», «Теория спорта», «Спортивная морфология», «Информационные технологии в физической культуре и спорте», прохождению практик: «Производственная практика, педагогическая практика», «Производственная практика, тренерская», «Производственная практика, преддипломная практика».

Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен:

### **Знать:**

- базовый словарный запас, включая профессионально ориентированную лексику и лингвистические маркеры социальных отношений, необходимый и достаточный для удовлетворения основных коммуникативных потребностей и решения коммуникативных задач в предложенных ситуациях общения в личной, социокультурной и деловой сферах;
- социальные, возрастные, психофизические и индивидуальные особенности обучающихся;
- особые образовательные потребности обучающихся;
- теоретические основы обучения, воспитания и развития обучающихся;
- образовательный стандарт в предметной области.

### **уметь:**

составлять деловые документы личного характера, связанные с профессиональной деятельностью;

находить и понимать актуальную и нужную информацию в различных средствах массовой информации, в т.ч. в сети Интернет, для выполнения конкретного задания;

обосновывать и распознавать закономерности и принципы обучения, воспитания и развития;

- применять в образовательном процессе знания о социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностях, в том числе особых образовательных потребностях обучающихся;

- определять специфику форм организации учебно-воспитательного процесса с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностях обучающихся;

- использовать образовательные технологии и эффективные методы воспитания и развития в работе классного руководителя с обучающимися и коллективом.

### **иметь навыки:**

- высокой мотивации к выполнению профессиональной деятельности;
- необходимые для достижения высокого уровня профессиональной компетентности;
- выявлять и оценивать имеющиеся достоинства и недостатки профессиональной деятельности, делать обоснованные выводы;



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

- 
- находить и воспринимать новые знания и формировать новые умения для повышения профессиональной компетентности;
  - обучения предметам, выходящими за рамки урока.

### **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

**3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина** При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

в) профессиональные (ПК):

ПК – 1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;

ПК – 4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

### **3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

#### **Знать:**

- Современную литературу по теории и методике спортивной тренировки; Возрастные особенности спортсменов; Организацию и методику отбора детей; Особенности планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами разных возрастных групп; Средства и методы физической, технической и тактической подготовки; Основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта. Условия подготовка юных спортсменов к соревнованиям; Правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; Федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные Федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта;

- основные положения теории физической культуры; психофизиологические, социально-психологические и биологические основы развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.

- технологию планирования и составления программ конкретных занятий;

- индивидуальные и половые особенности начинающих спортсменов; темпы биологического созревания; закономерности становления различных уровней спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта; историю развития, теорию и методику избранного вида спорта;

- условия формирования совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, технико-тактическими действиями, средствами. Основные технологии совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

#### **Уметь:**

- Планировать, правильно организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия со спортсменами разных возрастных групп; Решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания в избранном виде спорта. Обеспечивать безопасность детей на учебно-тренировочных занятиях. Пользоваться инструментарием для сбора информации; Фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля. Находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. Организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием; Планировать воспитательную работу с юными спортсменами. Вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде;



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

– использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья; подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам;

– планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;

– использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической подготовленности, состояния здоровья; подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; разрабатывать перспективные оперативные планы и программы конкретных занятий;

– определять способности и уровень готовности личности к совершенствованию индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. Реализовывать программы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, технико- тактическими действиями, средствами выразительности.

**Иметь практический опыт:**

– Методикой подбора и проведения тестов, для определения уровня физической и технической подготовленности спортсменов; Навыками оперативного контроля; Правильной техникой в избранном виде спорта; Методом личного показа двигательных действий; Навыками судьи по спорту. Информационными технологиями для демонстрации презентаций, видеофильмов;

– навыками работы с методическими источниками и научной литературой в области физической культуры и спорта; методами и средствами проведения методической работы в области физической культуры и спорта;

– навыками составления учебных планов и программ занятий в профессиональной деятельности;

– техническими элементами базовых видов спорта и избранного вида спорта; приемами объяснения и демонстрации основных способов двигательных действий, навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий; способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны;

технологиями совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. Умениями и навыками основных технологии совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, технико-тактическими действиями, средствами выразительность.

#### **4. Объем и содержание дисциплины**

Объем дисциплины составляет 7 зачетных единиц (256 академических часов).

##### **4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа**

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной/заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной/заочной форме обучения)  Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекцион- ного типа	Занятия семинар- ского типа	
	<b>Баскетбол</b>	5			
1	ОФП баскетболистов	5		6	Тестирование
2	СФП баскетболистов	5		6	Тестирование
3	Техническая подготовка баскетболиста	5		6	Опрос, Тестирование технической подготовленности
4	Тактическая подготовка баскетболиста	5		6	Опрос, Тестирование технической подготовленности
5	Организация и правила проведения соревнований по баскетболу	5		6	Опрос
	<b>Волейбол</b>				
6	Физическая подготовка волейболистов.	5		6	Тестирование технической подготовленности
7	Техника нападения и методика обучения.	5		6	Тестирование
8	Техника защиты и методика обучения.	5		6	Тестирование
9	Методика исправления ошибок в технике волейбола.	5		6	Опрос
10	Контроль уровня технической подготовленности	5		6	Опрос
11	Методика обучения тактике нападения.	5		6	Опрос, Тестирование технической подготовленности
12	Тактика защиты. Методика обучения тактике защиты.	5		6	Опрос, Тестирование технической подготовленности
13	Интегральная подготовка.	5		6	
14	Оборудование и инвентарь на занятиях и соревнованиях по волейболу.	5		6	Тестирование
15	Организация и правила проведения соревнований по баскетболу	5		6	Опрос
Итого за семестр		5		90	Зачет с оценкой
	<b>Футбол</b>				
1	Общая физическая подготовка футболистов	6		12	Тестирование



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

2	Специальная физическая подготовка футболистов	6		12	Тестирование
3	Техническая подготовка футболистов	6		14	Тестирование технической подготовленности
4	Тактическая подготовка футболистов	6		14	Тестирование технической подготовленности
Итого за семестр		6		52	Зачет с оценкой
Итого по дисциплине:				142	Зачет

#### 4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

##### **Баскетбол:**

##### **ОФП баскетболистов.**

##### **Теоретические сведения по виду спорта - баскетбол:**

Баскетбол - олимпийский вид. Развитие баскетбола в Российской федерации. История баскетбола. Великие тренеры и спортсмены. Динамика выступления ведущих команд мира на Олимпийских играх и участие российской команды на Олимпийских играх.

Развитие основных физических качеств баскетболиста. Общая физическая подготовка.

**Практический материал:** бег на короткие дистанции (20м, 60м, 100м), бега по прямой и с изменением направления движения, челночный бег; специальные упражнения бегуна. Бег 6 минут, бег на 600м, 1000м, переменный бег, тренировка с разной интенсивностью. Совершенствование техники прыжка в длину с места, специальные упражнения прыгуна, прыжки через скакалку. Упражнения с отягощением для развития силы рук, плечевого пояса, шеи, туловища, ног; упражнения с гантелями, гириями, штангой, на тренажерах; статические упражнения.

##### **СФП баскетболистов.**

**Теоретические сведения:** Специфика развития быстроты и скоростно-силового потенциала, специальной выносливости, специфической координации (набор средств и техника выполнения упражнений).

**Практический материал:** стартовые ускорения, бег за лидером (партнером), бег с разгона; введение ограничения времени выполнения упражнения, пространственных условий его выполнения, бег с разной скоростью в большом объеме, бег с препятствиями, выполнение прыжка с места или короткого разбега, преимущественно в вертикальном направлении; неоднократное повторение прыжков в условиях силовой борьбы (серийная прыгучесть); управлением своим телом в без опорном положении; разнообразные прыжки вверх и длину с места и короткого разбега, серийные прыжки, прыжки через гимнастические снаряды, а также различные упражнения с отягощениями, силу нужно развивать на основе комплекса силовых упражнений с акцентом на быстроту и ловкость.

##### **Техническая подготовка баскетболиста**

**Теоретические сведения:** Классификация техники игры. Особенности личной гигиены. Профилактика травматизма. Правила соревнований по баскетболу.

##### **Практический материал:**

**Техника игры в нападении:** передвижение: стойка баскетболиста, ходьба и бег (лицом, спиной вперед, вправо и влево), остановка (шагом, прыжком), повороты, прыжки, повороты в движении, сочетание способов передвижения, сочетание способов передвижения с техническими приемами; ловля мяча двумя руками: на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча, катящегося, после низкого отскока, одной рукой: на уровне груди при встречном движении, при поступательном движении; передача мяча: двумя руками от груди, одной от



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

плеча, двумя руками с отскоком от пола, одной рукой снизу, одной рукой сверху, одной рукой по площадке, передача мяча изученными способами при встречном движении, двумя руками (одной рукой) снизу в движении, одной рукой сверху в прыжке; ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком, с изменением скорости передвижения, с изменением высоты отскока, с переводом мяча в другую руку, с изменением направления движения, с обводкой препятствия; обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход.

**Техника игры в защите:** стойка защитника с выставленной вперед ногой, стойка со ступнями на одной линии, передвижение в защитной стойке вперед, назад, в стороны, сочетание способов передвижения с техническими приемами защиты; техника овладения мячом: вырывание мяча, выбивание мяча, перехват мяча, накрывание мяча спереди при броске в корзину, выбивание мяча при ведении.

**Тактическая подготовка баскетболиста**

**Тактика игры в нападении:** Индивидуальные действия: выход на свободное место с целью получения мяча, выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета, выбор способа передачи в зависимости от расстояния, применения изученных приемов нападения в зависимости от ситуации на площадке, выбор места на площадке с целью адекватного взаимодействия с партнерами по команде, действие одного защитника против двух нападающих.; групповые действия - взаимодействие двух игроков: «передай мяч - выходи», взаимодействие трех игроков - «треугольник», взаимодействия двух игроков с заслонами (внутренним, наружным), взаимодействие двух игроков - переключение; командные действия: организация командных действий по принципу выхода на свободное место, организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий, позиционное нападение с заслонами, организация командных действий против применения противником быстрого прорыва.

**Тактика игры в защите:** Индивидуальные действия: выбор места по отношению к нападающему с мячом, применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего, выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча, противодействие нападающему при выходе на свободное место для получения мяча, действие одного защитника против двух нападающих, действие одного защитника против двух нападающих в системе быстрого прорыва, противодействия при бросках в корзину; групповые действия: взаимодействие двух игроков - подстраховка, взаимодействие двух игроков - отступление, взаимодействие двух игроков - проскальзывание, взаимодействие двух игроков - переключение; командные действия: переключение от действий в нападении к действиям в защите; личная система защиты: плотная личная защита, организация командных действий против применения противником быстрого прорыва.

**Организация и правила проведения соревнований по баскетболу.** Составление положения о соревновании, место игры, оборудование и инвентарь. Правила соревнований по баскетболу, проведение матчей, стритбола, проведение судейства на соревнованиях по баскетболу.

**Волейбол:**

**Физическая подготовка волейболистов**

Характеристика физической подготовки. Развитие основных и специальных физических качеств волейболистов. Взаимосвязь физической подготовки с технической.

Развитие скоростных качеств, быстроты ответных действий. Упражнения для развития прыгучести. Подвижные игры и эстафеты. Организация занимающихся в процессе физической подготовки.

**Техника нападения и методика обучения**



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Развитие физических качеств необходимых для выполнения технических приемов нападения в волейболе. Подготовительные и подводящие упражнения. Игры и игровые упражнения, способствующие овладению техникой. Систематическое применение подготовительных упражнений ускоряет процесс обучения техническим приемам волейбола и создает предпосылки для формирования более прочных двигательных навыков.

### **Техника защиты и методика обучения**

Развитие физических качеств необходимых для выполнения технических приемов защиты в волейболе.

Перемещения и стойки: внимание низким стойкам; скоростные перемещения на площадке и вдоль сетки; сочетание перемещений с перекатами на спину и в сторону на бедро. Стойки в сочетании с перемещениями; перемещения различными способами в сочетании с техническими приемами в нападении и защите.

Освоение техники приема подачи снизу и сверху двумя руками. Обучение технике приема нападающего удара. Обучение технике одиночного и группового блокирования.

### **Методика исправления ошибок в технике волейбола**

Словесное объяснение, видеозапись, плакаты. Создание условий, в которых неправильное выполнение движения невозможно. Направленное прочувствование движения с внешней помощью. Избирательные упражнения в отдельных компонентах движения. Сопоставление ошибочного и правильного выполнения приема.

### **Контроль уровня технической подготовленности**

Передача мяча сверху двумя руками над собой, не выходя за пределы круга диаметром 2м.

Передача мяча снизу двумя руками в квадрат на стене на точность попадания и технику выполнения передачи.

### **Методика обучения тактике нападения**

#### Индивидуальные действия

Выбор места: для выполнения второй передачи у сетки; для подачи; для отбивания мяча через сетку, стоя двумя руками сверху, кулаком, в прыжке, снизу.

Выбор способа отбивания мяча через сетку - нападающим ударом, передачей в прыжке, кулаком, снизу (лицом, спиной к сетке).

Вторая передача из зоны 3 игроку, к которому передающий обращен лицом, спиной.

Подача нижняя прямая на точность в зоны - по заданию. Верхняя прямая подача на точность в правую и левую половины площадки. подача на игрока, слабо владеющего приемом подачи.

Передача мяча через сетку на «свободное» место, на игрока, слабо владеющего приемом подачи.

#### Групповые действия

Взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при первой передаче; игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2 при второй передаче; игроков задней и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 при приеме подачи.

#### Командные действия

Система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку зоны 4 или 2 (чередование) стоя лицом и спиной по направлению передачи.

### **Тактика защиты. Методика обучения тактике защиты**

#### Индивидуальные действия





Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Выбор места при приеме подачи, при приеме мяча, направленного соперником через сетку, при блокировании (выход в зону «удара»), определение места и времени для прыжка при блокировании; своевременность выноса рук над сеткой.

Выбор места при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, от обманной передачи.

Выбор способа приема мяча от подачи (сверху от нижней, снизу от верхней); выбор способа приема мяча, посланного через сетку соперником (сверху, снизу).

Групповые действия

Взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1; игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2; игроков зон 5, 1, 6 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (обманы); игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 6.

Взаимодействие игроков внутри линий (нападения и защиты) и между линиями при приеме подачи, нападающего удара, в доигровке.

Командные действия

Расстановка при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3; игрок зоны 2; игрок зоны 4, перемещающийся в зону 3.

Система игры в защите «углом вперед» с применением групповых действий. Система игры в защите «углом назад» с применением групповых действий.

**Интегральная подготовка**

Обучение игровой и соревновательной деятельности. Упражнения по технике в виде игр и эстафет. Подготовительные игры к волейболу. Учебные игры с заданиями по технике и тактике волейбола. Игры полными и неполными составами (6х6, 5х5, 4х4, 3х3, 2х2).

**Организация и правила проведения соревнований по волейболу.** Составление положения о соревновании, место игры, оборудование и инвентарь. Правила соревнований по волейболу, проведение матчей, проведение судейства на соревнованиях по волейболу.

**Футбол:**

**Общая физическая подготовка футболистов**

**Строевые упражнения.** Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции и направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах.

Команды для управления строем. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроения в шеренге, в колонне. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Изменение скорости движения. Переход с шага на бег, с бега на шаг. Повороты в движении.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Выполнение упражнений на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы.

Упражнения для туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. В различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения. В положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением в парах: повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, перетаскивание, приседания, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами: поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении. Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча.

Упражнения с гантелями, штанга, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах, с вращением скакалки вперед и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе.

Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, с разбега. Длинный кувырок вперед. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты. Упражнения на батуте.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, с сопротивлением, на внимание, координацию движений.

Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных Сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения, Бег на 30, 60, 100, 400, 500, 800 м. Кроссы от 1000 до 3000 м, 6- и 12-минутный бег.

Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега. Многоскоки. Пятикратный прыжок с места.

Метание малого мяча на дальность и в цель. Метание гранаты с места и с разбега. Толкание ядра.

#### **Специальная физическая подготовка футболистов**

*Упражнения для развития быстроты.* Упражнения для развития стартовой скорости по сигналу, рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком, спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, из положения сидя, лежа, из медленного бега, подпрыгивания, бега на месте. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Рывок за мячом» и т.п. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за владение мячом.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорение под уклон 3-5°. Бег змейкой между расставленными в разных положениях стойками, неподвижными или медленно передвигающимися партнерами. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий на скорость. Переменный бег на дистанции 100-150 м (15-20 м с максимальной скоростью, 10-15 м медленно).

То же с ведением мяча. Подвижные игры типа салки по кругу, «Бегуны», «Сумей догнать» и т.п.

Упражнения для развития скорости переключения с одного действия на другое. Бег с быстрым изменением способа передвижения (с обычного на бег спиной вперед, боком приставным шагом, прыжками и т.д.). Бег с изменением направления (до 180°). Бег с изменением скорости (резкое замедление или остановка после быстрого бега, после чего новый рывок в заданном направлении и т.д.). «Челночный» бег: 2x10, 4x5, 4x10, 2x15 м и т.п. «Челночный» бег с изменением способа передвижения. Бег с «тенью» (повторение движений партнера, выполняющего бег с максимальной скоростью с изменением направления). То же с ведением мяча.

Выполнение различных элементов техники в быстром темпе.

Для вратарей: рывки на 5-15 м из стойки вратаря из ворот на перехват или отбивание высоко летящего мяча, на прострел мяча. Из положения приседа, широкого выпада, сидя, лежа - рывки на 2-3 м с последующей ловлей или отбиванием мяча. Упражнения в ловле мячей, пробитых по воротам. Упражнения в ловле теннисного мяча. Играв баскетбол по упрощенным правилам.

*Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.* Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи, мешки с песком, диск от штанги, штанга для подростков, или юношеская, весом



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

от 40 до 70% веса спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа с отягощением и без. Прыжки на одной и обеих ногах с продвижением, с преодолением препятствий. То же с отягощением. Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью. Прыжки в глубину. Спрыгивание с высоты 40-80 см с последующим прыжком вверх или рывком на 7-10 м. Беговые и прыжковые упражнения, выполняемые в гору, по песку, опилкам, эстафеты с элементами бега, прыжков, переносом тяжестей. Подвижные игры типа «Волк во рву», «Челнок», «Скакуны», «Прыжковая эстафета» и т.п.

Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Броски набивного мяча на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, батут, ворота, удары на дальность.

Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

Для вратарей. Из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, то же с отталкиванием от стены ладонями и пальцами. В упоре лежа передвижение на руках вправо, влево, по кругу (носки ног на месте), хлопки ладонями из упора лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевыми амортизаторами, сжимание теннисного мяча. Многократное повторение упражнения в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (с акцентом на движение кистей и пальцев). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Упражнения в ловле и бросках набивных мячей, бросаемых партнерами с разных сторон. Серии прыжков (по 4-8) из стойки вратаря в стороны толчком обеими ногами. То же с приставными шагами, с отягощением.

*Упражнения для развития специальной выносливости.* Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же с ведением мяча. Переменный бег с несколькими повторениями в серии. Кроссы с переменной скоростью.

Многократное повторение специальных техника-тактических упражнений (например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударом по воротам, с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками).

Игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры увеличенной продолжительности. Игры с уменьшенным по численности составом.

Для вратарей. Повторное непрерывное выполнение в течение 5-12 мин ловли мяча с отбиванием, ловли мяча с падением при выполнении ударов по воротам с минимальными интервалами тремя-пятью игроками.

*Упражнения для развития ловкости.* Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко подвешенный мяч руками, головой, ногой. То же с поворотом в прыжке на 90-180°. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногой. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры типа «Живая мишень», «Салки мячом», «Ловля парами» и т.п.

Для вратарей. Прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. То же с поворотом до 180°. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами с использованием подкидного трамплина. Переворот в сторону с места и с разбега. Стойка на руках. Из стойки на руках кувырок вперед. Кувырок назад через стойку на руках. Переворот вперед с разбега. Упражнения на батуте: прыжки на обеих ногах, сальто впереди назад согнувшись, сальто назад прогнувшись.

#### **Техническая подготовка футболистов**

Техника передвижения. Различное сочетание приемов бега с прыжками, поворотами и резкими остановками.



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъема, внутренней частью стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. «Резанные» удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полукруга. Удары правой и левой ногой.

Выполнение ударов на точность и силу после остановки мяча, ведения и рывков на короткое, среднее или дальнее расстояние (с различным направлением и траекторией полета). Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различными скоростями и траекториями мячу. Удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояния. Удары головой по мячу в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с переводом, остановка опускающегося мяча бедром и лбом.

Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений, на высокой скорости с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча. Ведение мяча внешней и средней частями подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ведение всеми способами с увеличением скорости, с выполнением рывком и одновременно контролируя мяч, с обводкой движущихся и противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом и переносом ноги через мяч. Финты «ударом ногой» с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнеру. Финты «ударом головой». Обманные движения «остановка во время ведения с наступлением и без наступления на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча».

Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушаг и шаг) и в подкате.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Техника игры вратаря. Ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку катящегося и летящего с различной скоростью и траекторией полета мяча. Ловля мяча на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением. Ловля мяча на выходе.

Отбивание ладонями и пальцами мяча, катящегося и летящего в стороне от вратаря, без падения и с падением. Отбивание мяча кулаком на выходе без прыжка и в прыжке.

Перевод мяча через перекладку ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность.

Выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

### **Тактическая подготовка футболистов**

Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +3, 3+1. Разбор проведенных учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнеру).



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

Тактика нападения.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки».

Комбинация с участием вратаря.

Тактика вратаря. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру.

Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

## **5. Образовательные технологии**

Реализация дисциплины «Спортивные игры» в учебном процессе предусматривает использование следующих образовательных технологий, методов и форм:

- методы целостного и расчлененного разучивания двигательных действий;
- методы групповой, поточной, повторной, интервальной организации работы на учебных занятиях;
- рейтинговая технология

Для пополнения арсенала педагогических приемов и для становления молодого учителя - посещение уроков в школе, учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ, проведение подготовительной части урока по спортивным играм, прохождение педагогической практики, практическое судейство соревнований, организация и проведение соревнований по спортивным играм.

Организация внеурочного образовательного пространства - организация досуговой деятельности студентов: первенства и соревнования внутри факультета, участие студентов на соревнованиях городского, областного, Российского масштаба.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии (интерактивная доска, мультимедийный проектор); компьютерные программы (Microsoft Office Excel, Microsoft Office Word).

Для подготовки к занятиям студенты используют электронный каталог библиотеки ШФ ИвГУ, а также электронные ресурсы:

- <http://www.biblioclub.ru/> Университетская библиотека online.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа студентов (СРС) является основой их профессионального становления, одной из ведущих форм организации учебного процесса. Основными задачами СРС являются:

- глубокое самостоятельное овладение теоретическим и методическим материалом



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

- 
- учебной дисциплины;
  - развитие профессионально значимых мотивов, умений и навыков;
  - применение усвоенных знаний в практической деятельности;
  - развитие творческого потенциала личности каждого студента и таких важных качеств личности учителя, как трудолюбие, настойчивость в постановке и решении педагогических задач.

СРС проводится как в аудиторных, так и во внеаудиторных формах.

Аудиторная СРС осуществляется во всех видах занятий особенно, в ходе практических занятий, семинаров. Элементы СРС целесообразно вводить в лекции. Осуществление СРС в ходе учебных занятий наиболее эффективно при использовании активных методов обучения. За период обучения в вузе студент должен овладеть ведущими способами деятельности, используемыми современной школой. По мере формирования у студентов системы общеучебных умений происходит постоянное усложнение СРС, от овладения элементами культуры умственного труда на первых курсах до УИРС и НИРС на старших, приобретая характер профессиональной работы по специальности.

Внеаудиторная СРС осуществляется преимущественно на основе серий заданий студентам по проработке содержания прослушанных лекций, подготовке к семинарским и практическим занятиям, самостоятельному изучению отдельных тем и разделов, написанию рефератов, подготовке к сдаче зачетов и экзамена. Эти задания могут носить общий для всех студентов характер, а могут быть и индивидуальными. Целесообразно их давать в вариантах «минимум» и «максимум», дифференцируя, таким образом, СРС по уровню сложности. При планировании СРС необходим строгий учет реального времени студентов. Одной из основных задач преподавателей является создание методического обеспечения СРС. Успех всей этой работы будет, в конечном счете, полностью зависеть от умения студента работать с книгой, конспектом, методическими рекомендациями.

Контроль за выполнением заданий носит систематический характер, регулируется графиком отчетности. О сроках, формах контроля по учебному курсу студенты извещены в начале учебного семестра.

Результаты контроля носят гласный характер и служат основой для стимулирования деятельности студентов.

Организация внеаудиторной работы СРС и контроль за ее результатом осуществляется преподавателем в рамках его учебной деятельности.

**Общие требования к самостоятельной работе:**

- работа с литературными источниками;
- работа с программными документами, составление различных учебно-методических материалов для работы с детьми общеобразовательной школы;
- работа с программными документами, составление различных учебно-методических материалов для работы с детьми школьного возраста;
- разработка и составление конспектов урока по спортивным играм;
- конспектирование технических приёмов игры по заданию преподавателя;
- спортивные игры в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к РП.

**7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Текущий контроль успеваемости по дисциплине «Спортивные игры» предполагает проведение теоретической и практической аттестации по итогам освоения дисциплины: опрос, составление конспекта урока, написание реферата, тестирование технической подготовленности



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

---

в спортивных играх, проведение части урока, проведение урока по спортивным играм.

Промежуточный контроль осуществляется с помощью зачета на 3 курсе (5 и 6 семестр). Промежуточный контроль проводится в форме собеседования. Итоговая оценка выставляется с помощью рейтингово оценивания успехов учебной деятельности в ходе изучения дисциплины, включая тестирование, контрольные работы и задания.

**Пороговый уровень** сформированности контролируемых компетенций проверяется устным опросом, позволяющим оценить сформированность базовых компонентов проверяемых компетенций.

**Критерии оценки:**

Опрос проводится с использованием набора вопросов, ответы на которые свидетельствуют о наличии либо об отсутствии теоретического осмысления студентами изученной учебной дисциплины.

Студент должен знать теорию и практику легкой атлетики, технику и методику обучения легкоатлетическим упражнениям, основы спортивной тренировки, правила соревнования в легкой атлетике.

Студент должен уметь использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий спортивными играми; определить причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Студент должен владеть методикой обучения технико-тактическим действиям в спортивных играх; методикой развития физических качеств, необходимых для освоения технических приемов игры; технологиями использования и обновления знаний по спортивным играм.

**Базовый уровень** сформированности контролируемых компетенций проверяется устным опросом, результатами технической подготовленности, позволяющими оценивать и диагностировать знание фактического материала и умение правильно использовать это знание в процессе обучения двигательным действиям.

**Критерии оценки:**

Опрос проводится с использованием набора вопросов, ответы на которые свидетельствуют о наличии либо об отсутствии теоретического осмысления студентами изученной учебной дисциплины.

Студент должен знать теорию и практику спортивных игр, технику, тактику и методику обучения, основы спортивной тренировки, правила соревнования в легкой атлетике.

Студент должен уметь использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий спортивными играми; определить причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Студент должен владеть методикой обучения технико-тактическим приемам игры; методикой развития физических качеств; технологиями использования и обновления знаний по спортивным играм.

**Пороговый уровень** сформированности контролируемых компетенций (обязательный для всех студентов-выпускников вуза по завершении освоения образовательной программы) проверяется теоретическим собеседованием для текущего контроля, позволяющими формировать базовые компоненты проверяемых компетенций.

**Критерии оценки:**

От общего числа вопросов в тесте высчитывается процент правильных ответов. Минимальное значение для успешного прохождения текущего контроля – 61 процент правильных ответов. Если студент набирает количество ответов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются не сформированными.



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

**Базовый уровень** сформированности контролируемых компетенций (превышение минимальных характеристик сформированности компетенции для выпускника вуза) проверяется теоретическим тестированием и практическими заданиями для текущего контроля, позволяющими формировать отдельные части или компетенций в целом.

**Критерии оценки:**

От общего числа вопросов в тесте высчитывается процент правильных ответов. Минимальное значение для успешного прохождения теоретического текущего контроля – 71 процент правильных ответов теста. Минимальное значение для успешного прохождения практического текущего контроля – овладением техникой изученных видов легкой атлетики (определяется педагогом, ведущим учебную дисциплину), сдача нормативов в двигательных тестах на оценку «3»

**Повышенный уровень** сформированности контролируемых компетенций (максимально возможная выраженность компетенции, важен как качественный ориентир для самосовершенствования) проверяется теоретическими и практическими заданиями для текущего контроля, позволяющими формировать компетенции в целом.

**Критерии оценки:**

От общего числа вопросов в тесте высчитывается процент правильных ответов. Минимальное значение для успешного прохождения теоретического текущего контроля – 80 процентов правильных ответов теста. Минимальное значение для успешного прохождения практического текущего контроля – овладением техникой изученных видов легкой атлетики (определяется педагогом, ведущим учебную дисциплину), сдача нормативов физической подготовленности в двигательных тестах на оценку «4» и «5».

**Примерные практические нормативы:**

Баскетбол: умение правильно выполнить основные приемы игры - ловлю и передачу мяча двумя и одной рукой, ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча с места и в движении, умение вести двустороннюю игру в баскетбол с соблюдением правил.

По судейству соревнований; выполнение обязанностей судьи на поле.

Выполнение нормативов по технике игры:

1) Броски с точек 10 бросков, выполняются две серии по 5 бросков с равнорасположенных точек, удаленных от проекции центра кольца на 4 м. Точки для броска размещаются на площадке следующим образом: 1-я слева от щита, на линии, параллельной линии площадки и проходящей через проекцию центра кольца; 2-я - слева от щита, на линии, приходящей через проекцию кольца под углом 45° к проекции щита; 3-я - на линии, проходящей проекцию центра кольца под углом 30° к проекции щита; 4-я - симметрично точке 2 справа от щита; 5-я симметрично точке 1 справа от щита. Необходимо выполнить серию бросков с точек в строгой последовательности: 1, 2, 3, 4, 5, затем 5, 4, 3, 2, 1. Подавать мяч бросающему не разрешается, он должен сам подобрать мяч после броска и с ведением выйти на следующую точку. Оценка норматива - не менее 5 попаданий.

2) 10 штрафных бросков, мяч подает партнер. Оценка норматива - не менее 6 попаданий.

3) Бросок в движении после ведения. С правой стороны от места пересечения средней и боковой линии ведение мяча к кольцу с последующим броском в движении - о повторении. Оценивается техника выполнения и количество попаданий. Оценка норматива - не менее 3 попаданий при правильном техническом выполнении.

Футбол: выполнение передач мяча. Условия выполнения: передачи в парах, перемещения на различные дистанции (в зависимости от способа передач) приставными шагами по кругу. Норматив: уверенное выполнение игровых приемов на уровне хорошего показа, знание основ техники и умение анализировать данные приемы;





Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

- выполнение бросков (любым способом) из опорных положений, в прыжке, в падении, с поворотом. Условия выполнения: броски после выхода, ловля и ведение мяча (в перечисленных условиях), попадание в ворота (мужчины - с 9 м, женщины - с 6 м). Норматив: уверенное выполнение перечисленных бросков в сочетании с выходом, ведение тремя шагами, знание основ техники и умение анализировать приемы;

- показ игровых комбинаций трех игроков: тройка, восьмерка. Условия выполнения: выполнение комбинаций в движении по площадке тремя игроками. Норматив: уверенное выполнение комбинаций, завершение их броском. Знание основ техники и умение объяснить, проанализировать и графически изобразить комбинацию.

По судейству соревнований: выполнение обязанностей судьи в поле.

Волейбол: Передача мяча двумя руками сверху, стоя лицом и спиной в направлении передачи. Передача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая Прием мяча двумя руками снизу. Прием подачи, прием мяча на страховке, прием нападающего удара.

По судейству соревнований: выполнение обязанностей судьи в поле.

рейтинговое оценивание успехов учебной деятельности в ходе изучения дисциплины.

Результативность освоения техники физических упражнений определяется визуально. Владение техникой двигательных действий не должно содержать грубых ошибок, при демонстрации не должна быть нарушена правильность и целостность движений.

**Повышенный уровень** сформированности контролируемых компетенций проверяется устным опросом, результатами технической, тактической и физической подготовленности в спортивных играх.

**Критерии оценки:**

Опрос проводится с использованием набора вопросов, ответы на которые свидетельствуют о наличии либо об отсутствии теоретического осмысления студентами изученной учебной дисциплины.

Студент должен знать теорию и практику спортивных игр, технику, тактику и стратегию, а также методику обучения техническим приемам игры в спортивных играх, основы спортивной тренировки, правила соревнования в баскетболе, волейболе, гандболе.

Студент должен уметь использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий; определить причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Студент должен владеть методикой обучения; методикой развития физических качеств; технологиями использования и обновления знаний по спортивным играм.

Результативность освоения техники физических упражнений определяется визуально. Владение техникой игровых приемов не должно содержать грубых ошибок, при демонстрации не должна быть нарушена правильность и целостность движений.

**Форма проведения зачета:**

–письменная подготовка,  
–устный ответ;  
–использование рейтинговой оценки, с учётом семестрового плана самостоятельной работы.

**Критерии оценки:**

–оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он набирает менее 61 балла, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на уровне ниже порогового;

–оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он набирает от 61 балла до 70 баллов включительно, таким образом, он проявляет сформированность основных компонентов компетенций на пороговом уровне (61-70 баллов);



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если он набирает от 71 до 84 баллов включительно, таким образом проявляет сформированность основных компонентов компетенций на базовом уровне (71-84 балла);

– оценка «отлично» выставляется студенту, если он набирает от 85 и выше баллов, таким образом проявляет сформированность основных компонентов компетенций на повышенном уровне (85 баллов и выше).

**Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Спортивные игры» при рейтинговой системе оценивания**

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
Зачтено «Отлично»	Зачтено «Хорошо»	Зачтено «Удовлетворительно»	Не зачтено «Не удовлетворительно»
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

**8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

**Основная учебная литература**

1. Губа, В.П. Теория и методика футбола : [12+] / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – Москва : Спорт, 2015. – 568 с. : ил., табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430456> (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9906578-9-2. – Текст : электронный.
2. Физическая культура: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный.
3. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01157-8. – Текст : электронный.

**Дополнительная учебная учебно-методическая литература**

1. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон : [16+] / В.Г. Турманидзе, Л.М. Иванова, Г.С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142> (дата обращения: 30.10.2019). – ISBN 978-5-7779-2258-8. – Текст : электронный.
2. Регистрация и анализ соревновательной деятельности в баскетболе / Ю.П. Девяткин, А.А. Гераськин, В.Ф. Кириченко, В.А. Цимбалюк ; Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск : Издательство СибГУФК, 2007. – 51 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298122> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
3. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 136 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 128-130. – Текст : электронный.

4. Фомин, Е.В. Волейбол: начальное обучение : [16+] / Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина. – Москва : Спорт, 2015. – 88 с. : ил. – (Спорт в школе). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415> (дата обращения: 30.10.2019). – ISBN 978-5-9906578-2-3. – Текст : электронный.

5. Андреев, С.Н. Техника дриблинга и финтов в мини-футболе (футзале) / С.Н. Андреев, С. Кардозо ; под общ. ред. С.Н. Андреева. – Москва : Спорт, 2016. – 246 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471209> (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-60-2. – Текст : электронный.

6. 2. Губа, В.П. Теория и методика мини-футбола (футзала) : [12+] / В.П. Губа. – Москва : Спорт, 2016. – 201 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461299> (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-28-2. – Текст : электронный.

7. 3. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419> (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр.: с. 65. – Текст : электронный.

8. 4. Осипов, С.В. Футбол: история, теория и методика обучения : [16+] / С.В. Осипов, Е.В. Мудриевская ; Минобрнауки России, Омский государственный технический университет. – Омск : Издательство ОмГТУ, 2017. – 90 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493422> (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр.: с. 84-85. – ISBN 978-5-8149-2520-6. – Текст : электронный.

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет»  
<https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

## 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

2. Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

3. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

4. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

5. Спортивный зал, оснащенный спортивным оборудованием и спортивным инвентарем.



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Спортивная тренировка в избранном виде спорта)

---

**Автор(ы) рабочей программы дисциплины:** Соколов Е.Е., кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой физической культуры и БЖД.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и БЖД  
«31» августа 2022 г., протокол № 1

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)