



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

Е.Е. Соколов

(подпись)

«30» августа 2025 года

**Рабочая программа дисциплины  
Спортивные игры**

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

Иваново



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.

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: практический опыт/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/Иметь навыки:**

– 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 6 зачетных единиц (216 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)

| №<br>п/п             | Разделы (темы)<br>дисциплины | курс | Виды занятий, их<br>объем (в ак. часах, по<br>заочной форме обучения) |                                   | Формы текущего<br>контроля успеваемости (по<br>очной/заочной форме обучения) |
|----------------------|------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                              |      | Занятия<br>лекцион-<br>ного типа                                      | Занятия<br>семинар-<br>ского типа | Формы промежуточной<br>аттестации                                            |
| 1                    | <b>Баскетбол</b>             | 3    | 2                                                                     | 2                                 | Тестирование                                                                 |
| 2                    | <b>Волейбол</b>              | 3    | 2                                                                     | 2                                 | Тестирование                                                                 |
| 3                    | <b>Футбол</b>                | 3    | 4                                                                     | 4                                 | Тестирование                                                                 |
| Итого за курс        |                              |      | 8                                                                     | 8                                 | Зачет с оценкой                                                              |
| Итого по дисциплине: |                              |      | 8                                                                     | 8                                 | Зачет с оценкой                                                              |

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

##### **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:** 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.

##### **Волейбол:**

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**

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



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

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.

**Футбол:**

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

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 полуката. 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 убиением 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 (полушпагат и шпагат) 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 перекладину 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.

## 5. Образовательные технологии



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

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 OfficeWord).

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 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



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

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 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.



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

---

**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.

**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:**



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

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, проходящей через проекцию кольца под углом  $45^\circ$  к проекции щита; 3-я - на линии, проходящей проекцию центра кольца под углом  $30^\circ$  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;

- 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:**



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

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);

– 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<br>«Отлично» | Зачтено<br>«Хорошо» | Зачтено<br>«Удовлетворительно» | Не зачтено<br>«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.



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

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 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.



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

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:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka);  
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>
2. Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>
3. Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>
4. СПС «КонсультантПлюс»

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.

**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  
«28» августа 2025 г., протокол № 1

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № 1 от « 28 » августа 2026 г.

Согласовано:

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

Программа обновлена

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

Согласовано:

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



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

---

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

Согласовано:

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