

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

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины
ОК-8. Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: <ul style="list-style-type: none">- основные принципы, средства и методы обеспечения физической подготовленности студентов;- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной направленности. Уметь: <ul style="list-style-type: none">- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;- самостоятельно применять разнообразные средства и методы физической культуры для поддержания физической подготовленности и работоспособности. Владеть: <ul style="list-style-type: none">- методами организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;- навыками пропаганды здорового образа жизни и физической активности.- методами совершенствования основных физических качеств человек;- гигиеническими навыками поддержания физической и умственной работоспособности;- объективными и субъективными методами самоконтроля при проведении самостоятельных занятий.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений.

При изучении дисциплины дополняются и углубляются знания, умения и навыки, полученные в результате освоения дисциплины: физическая культура.

Результаты освоения дисциплины используются в дальнейшей профессиональной деятельности: в направлении физического самосовершенствования студентов, профилактики спортивного и производственного травматизма, а также для поддержания физической работоспособности и совершенствования спортивных умений и навыков.

3 Объем дисциплины в зачетных единицах

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

4.3 Темы лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

4.4 Темы практических занятий

№	Наименование темы	Количество часов по формам обучения	
		очная	заочная
Семестр 1			
Раздел 1. Футбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по футболу			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по футболу	2	
Тема 2. Совершенствование техники ведения и передачи мяча			
2	Совершенствование техники ведения и передачи мяча	2	
Тема 3. Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом			
3	Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом	2	
Тема 4. Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря			
4	Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря	2	
Тема 5. Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций			
5	Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций	2	
Тема 6. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча			
6	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча	2	
Тема 7. Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство			
7	Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство	2	
Тема 8. Организация самостоятельных занятий по футболу			
8	Организация самостоятельных занятий по футболу	2	
Всего часов в семестре		16	-
Семестр 2			
Раздел 2. Волейбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по волейболу. Освоение навыков передачи мяча			
9	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по волейболу. Освоение навыков передачи мяча	2	0,25
Тема 2. Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча в волейболе в парах и тройках, через сетку			
10	Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча в волейболе в парах и тройках, через сетку	2	0,25
Тема 3. Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам			
11	Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам	2	0,25
Тема 4. Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча			
12	Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча	2	0,25
Тема 5. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку			
13	Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку	2	0,25
Тема 6. Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов			
14	Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов	2	0,25

Тема 7. Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам			
15	Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам	2	0,25
Тема 8. Организация самостоятельных занятий по волейболу			
16	Организация самостоятельных занятий. Двусторонняя игра по правилам	2	0,25
17	Организация самостоятельных занятий. Судейство	2	
Всего часов в семестре		18	2
Семестр 3			
Раздел 3. Баскетбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста			
18	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста	2	
Тема 2. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)			
19	Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	2	
Тема 3. Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке			
20	Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке	2	
Тема 4. Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений			
21	Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	2	
Тема 5. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину			
22	Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину	2	
Тема 6. Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание			
23	Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание	2	
Тема 7. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство			
24	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство	2	
Тема 8. Организация самостоятельных занятий по баскетболу			
25	Организация самостоятельных занятий. Двусторонняя игра по правилам	2	
26	Организация самостоятельных занятий. Судейство	2	
Всего часов в семестре		18	-
Всего часов		52	2

4.5 Темы семинарских занятий

Семинарские занятия не предусмотрены учебным планом.

5 Самостоятельная работа обучающихся

Наименование темы	Трудоемкость самостоятельной работы, час.		Содержание работы
	очная	заочная	
Раздел Футбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях	4		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в игре	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям

Тема 3. Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 4. Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 5. Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 6. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 7. Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство	16		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 8. Организация самостоятельных занятий	16		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Раздел Волейбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях	4	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в игре	10	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам	10	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 4. Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча	10	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 5. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку	10	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 6. Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов	10	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 7. Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двухсторонняя игра по правилам	16	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 8. Организация самостоятельных занятий	16	40	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Раздел Баскетбол			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста	4		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 4. Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 5. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 6. Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 7. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 8. Организация самостоятельных занятий	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов	262	320	

6 Тематика курсового проектирования (курсовой работы)

Курсовое проектирование не предусмотрено учебным планом.

7 Методы обучения

Основными формами изучения дисциплины являются: чтение лекций, проведение практических занятий, самостоятельная работа студентов.

Основным методом изучения дисциплины являются лекции, которые проводятся в лекционных аудиториях с использованием наглядных пособий и интерактивных средств. На лекциях используется мультимедийное презентационное оборудование для демонстрации иллюстративного материала, таблиц и схем, основных тезисов и выводов по теме. По каждой теме составляется список терминов и понятий и перечень контрольных вопросов, которые выносятся на самостоятельное изучение студентов. В ходе лекций проводится экспресс-тестирование студентов по материалам раздела.

Работа на лекциях не должна ограничиваться пассивной записью лекционного материала. На лекциях рассматриваются основополагающие понятия спортивных игр; принципы развития и совершенствования процесса тренировки в волейболе, футболе, баскетболе; профилактика спортивного травматизма; особенности оценки физической подготовленности по различным видам спортивных игр; возможности физического самосовершенствования студентов в различных направлениях игрового спорта.

Практические занятия проводятся в форме решения задач физического развития и спортивного совершенствования и направлены на практическое закрепление теоретического материала.

Практические занятия организованы в групповой форме по игровым видам спорта, позволяющая студентам развить навыки самостоятельной тренировки, получить опыт физического самосовершенствования, применить полученные теоретические знания при решении практических задач формирования и совершенствования спортивных умений и навыков; повышения физической подготовленности и спортивного мастерства. Занятие может проходить в разных формах, обязательной для обучающихся является также самостоятельная работа.

В ходе практических занятий студент должен овладеть методиками применения специальных, подготовительных, тренирующих упражнений игровых видов спорта, а также методиками организации самостоятельной тренировки по футболу, волейболу и баскетболу, самооценки физической подготовленности и физической работоспособности.

8 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Приведен в обязательном приложении к рабочей программе.

9 Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Наименование	Количество экземпляров в библиотеке ФГБОУ ВО «КГМТУ»
основная	
1. Букша С.Б. Физическая культура : курс лекций для студентов направлений подгот.: 19.03.03 Продукты питания животного происхождения, 38.03.01 Экономика, 05.03.06 Экология и природопользование, 15.03.02 Технологические машины и оборудование, 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура, 39.03.02 Социология и социальная работа оч. и заоч. форм обучения / Букша С.Б. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 81 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: https://lib.kgmtu.ru/?p=634	

<p>2. Васильченко С. П. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по волейболу» для студентов (курсантов) специальностей: 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика (Бухгалтерский учет, анализ и аудит)», 05.03.06 «Экология и природопользование», 38.03.01 «Экономика (Экономика предприятия и организаций)», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики», 39.03.02 «Социология и социальная работа» оч. (заоч.) форм обучения / Васильченко С.П. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 52 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: https://lib.kgmtu.ru/?p=417</p>	
дополнительная	
<p>3. Дербина Н.И. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по баскетболу» для студентов (курсантов) специальностей: 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика (Бухгалтерский учет, анализ и аудит)», 05.03.06 «Экология и природопользование», 38.03.01 «Экономика (Экономика предприятия и организаций)», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики», 39.03.02 «Социология и социальная работа» оч. (заоч.) форм обучения / сост.: Дербина Н.И. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 58 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: https://lib.kgmtu.ru/?p=514</p>	
<p>4. Дербина Н.И. Физическая культура: Подвижные игры в подготовке баскетболистов : практикум для студентов (курсантов) специальностей: 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики», 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 39.03.02 «Социальная работа», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика», 05.03.06 «Экология и природопользование», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование» оч. и заоч. форм обучения / сост.: Дербина Н.И. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2017. — 23 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: https://lib.kgmtu.ru/?p=2266</p>	
<p>5. Платонова Н.О. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по футболу» для студентов (курсантов) специальности (направления подгот.): 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики» направлений подгот. 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 39.03.02 «Социология и социальная работа», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика (Экономика предприятия и организаций)», 38.03.01 «Экономика (Бухгалтерский учет, анализ и аудит)», 05.03.06 «Экология и природопользование», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование» оч. (заоч.) форм обучения / Платонова Н.О. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 62 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: https://lib.kgmtu.ru/?p=411</p>	

10 Состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Наименование информационного ресурса	Ссылка на информационный ресурс
Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ»	http://lib.kgmtu.ru/
ЭБС «Лань»	https://e.lanbook.com/
Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации	http://pravo.gov.ru/
Справочная правовая система «Консультант Плюс»	http://www.consultant.ru/
RSCI платформа WebofScience - база данных лучших российских журналов	http://www.technosphaera.ru/news/

Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»	http://window.edu.ru/
База данных Научной электронной библиотеки	http://elibrary.ru/
Официальный сайт студенческого спортивного союза России	http://www.studsport.ru/
О физической культуре и спорте в Российской Федерации	http://docs.cntd.ru/document/902075039
Физическая культура и спорт	http://www.minsport.gov.ru/
Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	http://www/infosport.ru/
Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту	http://lib/sportedu.ru/press/

11 Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Наименование программного продукта	Назначение (базы и банки данных, тестирующие программы, практикум, деловые игры и т.д.)	Тип продукта (полная лицензионная версия, учебная версия, демоверсия и т.п.)
Операционная система (Microsoft Windows 10 Pro или Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level)	Комплекс системных и управляющих программ	Лицензионное программное обеспечение
Офисный пакет (Microsoft Office Pro Plus 2016 или Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN 1 License No Level)	Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций	Лицензионное программное обеспечение

12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Специализированная аудитория – спортзал, корпус 1, оснащенная спортивным оборудованием и инвентарем: гантели 1,5 кг – 24 шт., гимнастическая палка – 15 шт., каримат – 11 шт., мяч гимнастический – 3 шт., обруч – 10 шт., тренажёр для ног – 2 шт., маты гимнастические – 8 шт., мегафон – 3 шт., свисток – 8 шт., секундомер – 4 шт., коврик для фитнеса – 20 шт., мяч (медбол) 4 кг – 4 шт., мяч (медбол) 5 кг – 2 шт., мяч (медбол) 3 кг – 4 шт., гантели наборные 50 кг – 3 пары (6 шт.), скакалка – 11 шт., насос для мячей – 7 шт., мяч для наст. тенниса – 50 шт., мяч футбольный – 8 шт., ракетка настольного тенниса – 20 шт., форма спортивная белая – 15 шт., полусфера с эспандерами – 6 шт., лестница координационная – 2 шт., степ-платформа трехуровневая – 10 шт., диск балансировочный – 10 шт., фишки для разметки поля 40 шт. – 1 набор., спирометр сухой портативный – 3 шт.; стол теннисный – 1 шт.; сетка для настольного тенниса – 2 шт., гантели виниловые 5 кг – 14 шт., турник настенный – 2 шт., брусья гимнастические – 2 шт., гимнастическая скамейка – 4 шт., шахматы турнирные – 2 шт., пульсометр электронный – 2 шт..

Специализированная аудитория – спортивный зал Судомеханического техникума, оснащенная спортивным оборудованием и инвентарем: канаты – 2 шт., кольцо баскетбольное – 6 шт., сетка для бадминтона – 2 шт., сетка для большого тенниса – 1 шт., сетка волейбольная – 3 шт., сетка баскетбольная – 8 шт., стойка волейбольная – 1 шт., маты гимнастические – 2 шт., мегафон – 3 шт., свисток – 8 шт., секундомер – 4 шт., мяч (медбол) 4 кг – 4 шт., мяч (медбол) 5 кг – 2 шт., мяч (медбол) 3 кг – 4 шт., скакалка – 11 шт., насос для мячей – 7 шт., мяч волейбольный – 9 шт., мяч футбольный – 11 шт., мяч баскетбольный – 11 шт., мяч футзал – 7 шт., мяч футбольный – 8 шт., лестница координационная – 2 шт., фишки для разметки поля 40 шт. – 1 набор., манишки футбольные – 14 шт., перекидное табло – 1 шт.

Содержание практической работы	Оборудование, используемое в работе
Раздел Футбол	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях	Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсомер, секундомер
Тема 2. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в игре	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 3. Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 4. Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 5. Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 6. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 7. Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 8. Организация самостоятельных занятий	Гантели, турник, брусья, гимнастические палки, кариматы, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница
Раздел Волейбол	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях	Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсомер, секундомер
Тема 2. Совершенствование техники ведения и передачи мяча в игре	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 3. Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 4. Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 5. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 6. Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 7. Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка
Тема 8. Организация самостоятельных занятий	Гантели, турник, брусья, гимнастические палки, кариматы, свисток, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная., перекидное табло
Раздел Баскетбол	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста	Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсомер, секундомер

Тема 2. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка
Тема 3. Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка
Тема 4. Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка
Тема 5. Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка
Тема 6. Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка
Тема 7. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка
Тема 8. Организация самостоятельных занятий	Турник, стенка гимнастическая, гимнастические палки, кариматы, свисток, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло

13 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Цель самостоятельной работы студентов – формирование навыков самовоспитания и совершенствования; осмысленная работа с учебным материалом и научной информацией; закрепление, расширение и углубление знаний; воспитание самостоятельности, организованности и творческой активности.

Рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям. В ходе лекционного курса проводится изложение современных научных взглядов и освещение основных проблем изучаемой области знаний. Значительную часть теоретических знаний студент должен получать самостоятельно из рекомендованных информационных источников (учебников, Интернет-ресурсов, электронной образовательной среды университета). По ходу конспектирования лекции на занятиях необходимо делать пометки на полях, к которым рекомендуется вернуться по окончании занятия и своевременно задать вопросы преподавателю. Конспекты лекций используются при подготовке к практическим занятиям, в самостоятельной работе и подготовке к зачету по дисциплине.

Рекомендации по подготовке к практическим занятиям. Необходимо заранее ознакомиться с перечнем вопросов, которые будут рассмотрены на занятии. Изучить основные термины и понятия, выносимые на практическое занятие, ознакомиться с рекомендуемой литературой, заранее внимательно прочитать материал лекций, ознакомиться с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям, выписать основные термины, приемы, навыки, необходимые к освоению по разным видам спорта. При подготовке к практическим занятиям необходимо постоянно повышать уровень физической работоспособности, укреплять здоровье и формировать спортивные умения, технические и тактические навыки. Также необходимо осуществлять самостоятельную спортивную тренировку, контролировать основные параметры жизнедеятельности физиологических систем, определять уровень физической подготовленности и работоспособности.

Рекомендации по организации самостоятельной работы. Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение и систематизацию нормативно-инструкционных и справочных материалов по игровым видам спорта; изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий и электронных средств информации; подготовку докладов и рефератов; участие в работе студенческих конференций, комплексных научных исследованиях и другое. Приступая к изучению учебной дисциплины, студенты

должны ознакомиться с рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, изучить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций и работы на практических занятиях.

К зачету по игровым видам спорта необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, и систематически. Необходимо ознакомиться с тематическими (поурочными) планами практических занятий и формой проведения контрольных мероприятий. Необходимо изучить перечень вопросов и нормативов, выносимых на итоговый контроль.

Необходимо подготовиться и сдать все нормативы по игровым видам спорта, а также отработать все пропущенные без уважительной причины занятия по установленным на кафедре физического воспитания и спорта правилам и требованиям.