

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Поверинов Игорь Егорович

Должность: Проректор по учебной работе

Дата подписания: 03.07.2023 14:14:58

Уникальный программный идентификатор:

6d465b936eef331cede482bded6d12ab98216652f016465d53b72a2eab0de1b2

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «ЧГУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет медицинский

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе



И.Е. Поверинов

15.06.2020

Рабочая программа дисциплины (модуля)
«Игровые виды спорта»

Направление подготовки / специальность 34.03.01 Сестринское дело
Квалификация выпускника Бакалавр

Направленность (профиль) / специализация « Управление сестринской деятельностью»

Форма обучения – очная

Курс – 1, 2, 3

Семестр – 2, 3, 4, 5, 6

Всего академических часов/з.е. – 328/0

Основополагающие документы при составлении рабочей программы дисциплины (модуля)

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело (приказ Минобрнауки России от 22.09.2017 г. № 971);

- учебный план по направлению подготовки \ специальности 34.03.01 Сестринское дело направленность (профиль) \ специализация «Управление сестринской деятельностью», утвержденный 20.05.2020 г.

Рабочую программу составил(и):

Доцент, кандидат педагогических наук Н.Н. Пьянзина

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта,

15.06.2020, протокол № 5

Заведующий кафедрой В.Ф. Тихонов

Согласовано

Декан факультета

Начальник учебно-методического управления М. Ю. Митрофанова

1. Цель и задачи обучения по дисциплине (модулю)

Цель дисциплины - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины - сохранение и укрепление здоровья обучающихся, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения; понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; приобретение знаний научно - биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту; формирование специальных знаний о структуре соревновательно-игровой деятельности, технике и тактике игры в процессе обучения; формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; приобретение обучающимися необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей; создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы высшего образования

Дисциплина «Игровые виды спорта» относится к части учебного плана формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы высшего образования (далее - ОП ВО) по направлению подготовки / специальности 34.03.01 Сестринское дело, направленность (профиль) / специализация программы «Управление сестринской деятельностью».

Предшествующие учебные дисциплины (модули) и (или) практики, формирующие знания, умения и навыки, необходимые для обучения по дисциплине (модулю):

Физическая культура и спорт

Знания, умения и навыки, сформированные в результате обучения по дисциплине (модулю), необходимы при обучении по следующим дисциплинам (модулям) и (или) практикам:

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы высшего образования

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОП ВО

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения	Дескрипторы индикатора достижения компетенции
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		Знать основные способы оценки состояния здоровья и определения самочувствия. Уметь сочетать интеллектуальные и физические нагрузки в профессиональной деятельности. Владеть здоровьесберегающими технологиями.

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Образовательная деятельность по дисциплине (модулю) проводится:

- в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (далее - контактная работа);
- в форме самостоятельной работы обучающихся.

Контактная работа может быть аудиторной, внеаудиторной, а также проводиться в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС).

Учебные занятия по дисциплине (модулю) и промежуточная аттестация обучающихся проводятся в форме контактной работы и в форме самостоятельной работы обучающихся.

Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплине (модулю) включает в себя: занятия лекционного типа, занятия семинарского типа и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).

Обозначения:

Лек – лекции, Лаб – лабораторные работы, Пр – практические занятия, ИКР – индивидуальная контактная работа, СР – самостоятельная работа.

4.1. Содержание дисциплины (модуля)

Наименование раздела	Содержание раздела (темы)	Формируемые компетенции	Индикатор достижения компетенции
Волейбол	Приемы и передачи мяча в волейболе. Передачи мяча сверху, снизу одной и двумя руками, приемы мяча сверху и снизу.	УК-7	УК-7
	Техника перемещений в волейболе. Основные способы передвижения: приставные шаги влево, вправо, вперед и назад, двойной шаг вперед и назад, скачок, бег, остановка после		

	перемещения.		
Волейбол	Развитие мышц верхних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц рук и плечевого пояса, с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.	УК-7	УК-7
	Развитие ловкости и координации движений. Подвижные игры. Игра в волейбол.		
	Подачи мяча в волейболе. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Верхняя боковая подача. Нижняя боковая подача.		
	Нападающие удары в волейболе. Прямой нападающий удар. Боковой нападающий удар. Удар с переводом вправо или влево.		
	Техника игры в защите в волейболе. Стойки и перемещения, техника владения мячом, противодействия. Блокирование.		
	Развитие мышц нижних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц ног с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.		
	Развитие координационных способностей. Подачи по зонам. Игра в волейбол.		
	Совершенствование техники нападающих ударов в волейболе. Скидка. Боковое нападение. Прямое нападение.		

Волейбол	Технико-тактическая подготовка в волейболе. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Действия игрока без мяча и действия игрока с мячом. Организация и проведение соревнований в волейболе. Виды соревнований. Правила соревнований. Действия судей. Инвентарь. Площадка. Развитие скоростно-силовых способностей. Упражнения с отягощениями, тренажерными устройствами, эспандерами.	УК-7	УК-7
Баскетбол	Техника перемещений в баскетболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений. Ведение мяча в баскетболе. Дриблинг с высоким отскоком мяча от пола, с низким отскоком мяча и комбинированная техника дриблинга. Ловля мяча в баскетболе. Ловля мяча двумя руками. Ловля мяча одной рукой. Ловля мяча с полуотскока. Ловля катящегося мяча. Передача мяча в баскетболе. Передача от груди. Передача с отскоком. Передача из-за головы. Передача из-за спины. «Скрытая» передача. Развитие координационных способностей. Штрафные броски.		

	Броски с разных точек трехочковой дуги. Игра в баскетбол.		
Баскетбол	Броски по кольцу в баскетболе. Штрафной бросок. Бросок в прыжке. Слэм-данк. Бросок крюком. Броски одной и двумя руками стоя на месте, в движении и после ведения.	УК-7	УК-7
	Отбор мяча в баскетболе. Перехват. Выбивание. Вырывание. Борьба за мяч после отскока от щита.		
	Технико-тактическая подготовка в баскетболе. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите.		
	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила соревнований. Права и обязанности участников. Оборудование и инвентарь. Взаимодействие судей.		
	Совершенствование технико-тактической подготовки в баскетболе. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите. Зонная защита. Личная защита. Позиционная атака. Стремительная атака.		
Футбол	Техника перемещений в футболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.		
	Ведение мяча в футболе. Дриблинг внутренней, внешней стороной стопы, подошвой. Дриблинг с места, после		

	скоростного ведения мяча, после финтов.		
Футбол	Развитие скоростных качеств. Бег с ускорением. Бег с гандикапом. Эстафетный бег.	УК-7	УК-7
	Развитие ловкости и координации движений. Подвижные игры. Челночный бег. Футзал.		
	Остановки и отбор мяча в футболе. Остановка катящегося мяча. Остановка опускающегося мяча. Остановка летящего мяча. Отбор мяча толчком. Отбор мяча подкатом.		
	Техника и тактика игры вратаря. Стойка вратаря. Перемещения вратаря. Ловля, отбивание, переводы, броски мяча.		
	Техника игры в защите в футболе. Индивидуальные, групповые, командные действия. Системы игры в защите.		
	Развитие мышц нижних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц ног с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.		
	Развитие координационных способностей. Вбрасывания. Штрафные удары. Одиннадцатиметровый удар. Футзал.		
	Удар по мячу ногой, головой в футболе. Удары внутренней и внешней сторонами стопы, серединой,		

	внутренней и внешней частями подъема, носком, пяткой. Удар с лета.		
Футбол	Совершенствование техники перемещений в футболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.	УК-7	УК-7
	Совершенствование техники и тактики игры в защите в футболе. Сосредоточенная защита. Рассредоточенная защита. Персональная защита. Зонная защита. Комбинированной защита. Групповой отбор мяча. Действия против игрока с мячом.		
	Совершенствование техники и тактики игры в нападении в футболе. Индивидуальные, групповые, командные действия. Основные расстановки игроков.		
	Развитие ловкости. Совершенствование передач и остановок мяча различными способами. Игра в футбол, применяя технико-тактические действия.		
	Совершенствование техники ведения мяча в футболе. Дриблинг внутренней, внешней стороной стопы, подошвой. Дриблинг с места, после скоростного ведения мяча, после финтов.		
	Совершенствование техники остановки и отбора мяча в футболе. Отбор мяча «выбиванием ногой», «наложением подошвы		

	на мяч», «толчком плечом в плечо».		
Футбол	Совершенствование техники и тактики игры вратаря. Ловля и отбивание мяча руками, летящего с различных направлений.	УК-7	УК-7
	Совершенствование техники удара по мячу ногой, головой в футболе. Удар по летящему навстречу мячу серединой лба с места, в движении, в прыжке толчком одной и двумя ногами.		
	Совершенствование техники ведения мяча в футболе. Ведение внешней, внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы, носком.		
	Организация и проведение соревнований в футболе. Правила соревнований. Взаимодействие судей. Инвентарь и оборудование.		
	Совершенствование технико-тактической подготовки в футболе. Современные системы тактической и технической подготовки в футболе.		

4.2. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Формы контроля и виды учебной работы	Трудоемкость дисциплины (модуля)					
	1	2	3	4	5	6
1. Контактная работа:						
Аудиторные занятия всего,	26	24	32	22	16	120
Практические занятия (Пр)	26	24	32	22	16	120
Индивидуальная контактная работа (ИКР)	0,2		0,2		0,2	0,6
2. Самостоятельная работа	27,8	40	21,8	42	55,8	207,4

3. Промежуточная аттестация (зачет)		За		За			
Всего:	ак. час.	0	0	0	0	0	228
	зач. ед.	0	0	0	0	0	0

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Контактная работа, в т.ч. в электронной информационно-образовательной среде, ак. час.				СР, ак. час.	Всего ак. час.
		Лек.	Пр.	Лаб.	ИКР		
	Волейбол						
1	Приемы и передачи мяча в волейболе. Передачи мяча сверху, снизу одной и двумя руками, приемы мяча сверху и снизу.		4			4	8
2	Техника перемещений в волейболе. Основные способы передвижения: приставные шаги влево, вправо, вперед и назад, двойной шаг вперед и назад, скачок, бег, остановка после перемещения.		4			4	8
3	Развитие мышц верхних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц рук и плечевого пояса, с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.		2			6	8
4	Развитие ловкости и координации движений. Подвижные игры. Игра в волейбол.		4		0,2	3,8	8
5	Подачи мяча в волейболе. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Верхняя боковая подача. Нижняя боковая подача.		2			4	6
6	Нападающие удары в волейболе. Прямой нападающий удар. Боковой нападающий удар. Удар с переводом вправо или влево.		4			4	8

7	Техника игры в защите в волейболе. Стойки и перемещения, техника владения мячом, противодействия. Блокирование.		4			6	10
8	Развитие мышц нижних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц ног с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.		2			4	6
9	Развитие координационных способностей. Подачи по зонам. Игра в волейбол.		2			2	4
10	Совершенствование техники нападающих ударов в волейболе. Скидка. Боковое нападение. Прямое нападение.		2			6	8
11	Технико-тактическая подготовка в волейболе. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Действия игрока без мяча и действия игрока с мячом.		2			6	8
12	Организация и проведение соревнований в волейболе. Виды соревнований. Правила соревнований. Действия судей. Инвентарь. Площадка.		2			6	8
13	Развитие скоростно-силовых способностей. Упражнения с отягощениями, тренажерными устройствами, эспандерами.		4			6	10
	Баскетбол						
14	Техника перемещений в баскетболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.		2			2	4
15	Ведение мяча в баскетболе. Дриблинг с высоким отскоком мяча от пола, с низким отскоком мяча и комбинированная техника дриблинга.		4			4	8

16	Ловля мяча в баскетболе. Ловля мяча двумя руками. Ловля мяча одной рукой. Ловля мяча с полукоско. Ловля катящегося мяча.		4			4	8
17	Передача мяча в баскетболе. Передача от груди. Передача с отскоком. Передача из-за головы. Передача из-за спины. «Скрытая» передача.		4			4	8
18	Развитие координационных способностей. Штрафные броски. Броски с разных точек трехочковой дуги. Игра в баскетбол.		2			2	4
19	Броски по кольцу в баскетболе. Штрафной бросок. Бросок в прыжке. Слэм-данк. Бросок крюком. Броски одной и двумя руками стоя на месте, в движении и после ведения.		2			6	8
20	Отбор мяча в баскетболе. Перехват. Выбивание. Вырывание. Борьба за мяч после отскока от щита.		2			6	8
21	Технико-тактическая подготовка в баскетболе. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите.		2			6	8
22	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила соревнований. Права и обязанности участников. Оборудование и инвентарь. Взаимодействие судей.		2		0,2	7,8	10
23	Совершенствование технико -тактической подготовки в баскетболе. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите. Зонная защита. Личная защита. Позиционная атака. Стремительная атака.		2			6	8
	Футбол						

24	Техника перемещений в футболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.		2			6	8
25	Ведение мяча в футболе. Дриблинг внутренней, внешней стороной стопы, подошвой. Дриблинг с места, после скоростного ведения мяча, после финтов.		4			4	8
26	Развитие скоростных качеств. Бег с ускорением. Бег с гандикапом. Эстафетный бег.		2			6	8
27	Развитие ловкости и координации движений. Подвижные игры. Челночный бег. Футзал.		4			4	8
28	Остановки и отбор мяча в футболе. Остановка катящегося мяча. Остановка опускающегося мяча. Остановка летящего мяча. Отбор мяча толчком. Отбор мяча подкатом.		2			4	6
29	Техника и тактика игры вратаря. Стойка вратаря. Перемещения вратаря. Ловля, отбивание, переводы, броски мяча.		2			4	6
30	Техника игры в защите в футболе. Индивидуальные, групповые, командные действия. Системы игры в защите.		2			4	6
31	Развитие мышц нижних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц ног с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.		2			4	6
32	Развитие координационных способностей. Вбрасывания. Штрафные удары. Одиннадцатиметровый удар. Футзал.		2			4	6

33	Удар по мячу ногой, головой в футболе. Удары внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком, пяткой. Удар с лета.		4			4	8
34	Совершенствование техники перемещений в футболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.		2			2	4
35	Совершенствование техники и тактики игры в защите в футболе. Сосредоточенная защита. Рассредоточенная защита. Персональная защита. Зонная защита. Комбинированной защита. Групповой отбор мяча. Действия против игрока с мячом.		4			4	8
36	Совершенствование техники и тактики игры в нападении в футболе. Индивидуальные, групповые, командные действия. Основные расстановки игроков.		4		0,2	3,8	8
37	Развитие ловкости. Совершенствование передач и остановок мяча различными способами. Игра в футбол, применяя технико-тактические действия.		2			2	4
38	Совершенствование техники ведения мяча в футболе. Дриблинг внутренней, внешней стороной стопы, подошвой. Дриблинг с места, после скоростного ведения мяча, после финтов.		4			6	10
39	Совершенствование техники остановки и отбора мяча в футболе. Отбор мяча «выбиванием ногой», «наложением подошвы на мяч», «толчком плечом в плечо».		4			6	10

40	Совершенствование техники и тактики игры вратаря. Ловля и отбивание мяча руками, летящего с различных направлений.		4			6	10
41	Совершенствование техники удара по мячу ногой, головой в футболе. Удар по летящему навстречу мячу серединой лба с места, в движении, в прыжке толчком одной и двумя ногами.		2			6	8
42	Совершенствование техники ведения мяча в футболе. Ведение внешней, внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы, носком.					6	6
43	Организация и проведение соревнований в футболе. Правила соревнований. Взаимодействие судей. Инвентарь и оборудование.		2			6	8
44	Совершенствование технико-тактической подготовки в футболе. Современные системы тактической и технической подготовки в футболе.		2			6	8
Всего академических часов			120		0,6	207,4	328

4.3. Краткое содержание дисциплины (модуля), структурированное по разделам (темам)

Раздел 1. Волейбол

Тема 1. Приемы и передачи мяча в волейболе. Передачи мяча сверху, снизу одной и двумя руками, приемы мяча сверху и снизу.

- Практическое занятие. 1. Приемы и передачи мяча и их разновидности.
2. Подводящие упражнения для обучения приемам и передачам.

Тема 2. Техника перемещений в волейболе. Основные способы передвижения: приставные шаги влево, вправо, вперед и назад, двойной шаг вперед и назад, скачок, бег, остановка после перемещения.

- Практическое занятие. 1. Разновидности ходьбы и бега, остановки, повороты, прыжки, падения.
2. Сочетание способов перемещения.

Тема 3. Развитие мышц верхних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц рук и плечевого пояса, с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.

Практическое занятие. 1. Сгибание и разгибание рук от гимнастической скамейки, брусьев.

2. Подтягивание на перекладине различными хватами.

3. Упражнения с гантелями.

Тема 4. Развитие ловкости и координации движений. Подвижные игры. Игра в волейбол.

Практическое занятие. 1. Сложнокоординационные упражнения.

2. Подвижные игры на развитие ловкости.

3. Двусторонняя игра с применением элементов нападения и защиты.

Тема 5. Поддачи мяча в волейболе. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Верхняя боковая подача. Нижняя боковая подача.

Практическое занятие. 1. Поддача мяча одной рукой в различных направлениях, стоя на месте и в прыжке.

2. Поддачи мяча по зонам.

Тема 6. Нападающие удары в волейболе. Прямой нападающий удар. Боковой нападающий удар. Удар с переводом вправо или влево.

Практическое занятие. 1. Подводящие упражнения, упражнения для совершенствования техники ударов. Типичные ошибки.

2. Нападающие удары по зонам. Нападающие удары через сетку с места, после передвижения и в прыжке.

Тема 7. Техника игры в защите в волейболе. Стойки и перемещения, техника владения мячом, противодействия. Блокирование.

Практическое занятие. 1. Блокирование.

2. Прием нападающего удара по линии.

3. Подбор скидок.

Тема 8. Развитие мышц нижних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц ног с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.

Практическое занятие. 1. Приседания, выпады.

2. Прыжковые упражнения.

Тема 9. Развитие координационных способностей. Поддачи по зонам. Игра в волейбол.

Практическое занятие. 1. Упражнения на развитие координации.

2. Двусторонняя игра с применением элементов нападения и защиты.

Тема 10. Совершенствование техники нападающих ударов в волейболе. Скидка. Боковое нападение. Прямое нападение.

Практическое занятие. 1. Нападающие удары различными способами.

2. Упражнения для совершенствования техники нападающих ударов. Типичные ошибки при нападающих ударах.

Тема 11. Техничко-тактическая подготовка в волейболе. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Действия игрока без мяча и действия игрока с мячом.

Практическое занятие. 1. Упражнения для совершенствования технико-тактических действий во взаимодействии с партнером по команде и при противодействиях со стороны соперника.

2. Современные тактические системы ведения игры в нападении и защите.

Тема 12. Организация и проведение соревнований в волейболе. Виды соревнований. Правила соревнований. Действия судей. Инвентарь. Площадка.

Практическое занятие. 1. Виды соревнований. Правила соревнований в волейболе.

2. Судьи. Взаимодействие судей. Проведение массовых соревнований по волейболу.

Тема 13. Развитие скоростно-силовых способностей. Упражнения с отягощениями, тренажерными устройствами, эспандерами.

Практическое занятие. 1. Двусторонняя игра с использованием элементов техники нападения и защиты.

2. Развитие скоростно-силовых способностей.

Раздел 2. Баскетбол

Тема 14. Техника перемещений в баскетболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.

Практическое занятие. 1. Разновидности ходьбы и бега, остановки, повороты, прыжки, падения.

2. Сочетание способов перемещения.

Тема 15. Ведение мяча в баскетболе. Дриблинг с высоким отскоком мяча от пола, с низким отскоком мяча и комбинированная техника дриблинга.

Практическое занятие. 1. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с изменением скорости и направления перемещения.

2. Подводящие упражнения для обучения способам ведения мяча.

Тема 16. Ловля мяча в баскетболе. Ловля мяча двумя руками. Ловля мяча одной рукой. Ловля мяча с полукотскока. Ловля катящегося мяча.

Практическое занятие. 1. Подводящие упражнения для обучения ловле мяча.

2. Ловля мяча двумя и одной рукой, летящего с различных направлений, стоя на месте и в движении.

Тема 17. Передача мяча в баскетболе. Передача от груди. Передача с отскоком. Передача из-за головы. Передача из-за спины. «Скрытая» передача.

Практическое занятие. 1. Подводящие упражнения для обучения передачам мяча.

2. Передача мяча двумя и одной рукой в различных направлениях, стоя на месте и в движении.

Тема 18. Развитие координационных способностей. Штрафные броски. Броски с

разных точек трехочковой дуги. Игра в баскетбол.

- Практическое занятие. 1. Упражнения на развитие координации.
2. Двусторонняя игра с применением элементов нападения и защиты.

Тема 19. Броски по кольцу в баскетболе. Штрафной бросок. Бросок в прыжке. Слэм-данк. Бросок крюком. Броски одной и двумя руками стоя на месте, в движении и после ведения.

- Практическое занятие. 1. Подводящие упражнения для обучения броскам по кольцу.
2. Броски одной и двумя руками стоя на месте, в движении и после ведения.

Тема 20. Отбор мяча в баскетболе. Перехват. Выбивание. Вырывание. Борьба за мяч после отскока от щита.

- Практическое занятие. 1. Подводящие упражнения для обучения приемам отбора мяча.
2. Отбор мяча «выбиванием», «вырыванием», «перехватом».

Тема 21. Техничко-тактическая подготовка в баскетболе. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите.

- Практическое занятие. 1. Упражнения для совершенствования технико-тактических действий во взаимодействии с партнером по команде и при противодействиях со стороны соперника.
2. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Техника противодействия владению мячом.

Тема 22. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила соревнований. Права и обязанности участников. Оборудование и инвентарь. Взаимодействие судей.

- Практическое занятие. 1. Правила соревнований по баскетболу. Права и обязанности участников. Оборудование и инвентарь.
2. Взаимодействие судей. Проведение массовых соревнований по баскетболу. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 23. Совершенствование технико-тактической подготовки в баскетболе. Индивидуальные, групповые, командные действия в нападении и защите. Зонная защита. Личная защита. Позиционная атака. Стремительная атака.

- Практическое занятие. 1. Групповые тактические действия в нападении и защите. Командные тактические действия в нападении и в защите.
2. Современные тактические системы ведения игры в нападении и защите.

Раздел 3. Футбол

Тема 24. Техника перемещений в футболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.

- Практическое занятие. 1. Разновидности ходьбы и бега, остановки, повороты, прыжки, падения.
2. Совмещения способов перемещения.

Тема 25. Ведение мяча в футболе. Дриблинг внутренней, внешней стороной стопы, подошвой. Дриблинг с места, после скоростного ведения мяча, после финтов.

Практическое занятие. 1. Введение мяча серединой, внешней и внутренней частью подъема.

2. Введение мяча с изменением скорости и направления перемещения.

Тема 26. Развитие скоростных качеств. Бег с ускорением. Бег с гандикапом. Эстафетный бег.

Практическое занятие. 1. Бег на 30 м. с низкого старта.

2. Переменный бег.

3. Интервальный бег.

Тема 27. Развитие ловкости и координации движений. Подвижные игры. Челночный бег. Футзал.

Практическое занятие. 1. Сложнокоординационные упражнения.

2. Подвижные игры на развитие ловкости.

3. Двусторонняя игра с применением элементов нападения и защиты.

Тема 28. Остановки и отбор мяча в футболе. Остановка катящегося мяча. Остановка опускающегося мяча. Остановка летящего мяча. Отбор мяча толчком. Отбор мяча подкатом.

Практическое занятие. 1. Остановка катящегося и опускающегося мяча после отскока от земли подошвой, внешней и внутренней частью подъема.

2. Остановка летящего мяча грудью, бедром, внутренней стороной стопы.

Тема 29. Техника и тактика игры вратаря. Стойка вратаря. Перемещения вратаря. Ловля, отбивание, переводы, броски мяча.

Практическое занятие. 1. Стойка вратаря. Перемещения вратаря.

2. Ловля катящегося мяча, мяча, летящего на уровне пояса, груди выше головы.

3. Вбрасывание мяча рукой. Ловля высоко летящих мячей в прыжке.

Тема 30. Техника игры в защите в футболе. Индивидуальные, групповые, командные действия. Системы игры в защите.

Практическое занятие. 1. Блокирование.

2. Упражнения для совершенствования технико-тактических действий во взаимодействии с партнером по команде и при противодействиях со стороны соперника.

Тема 31. Развитие мышц нижних конечностей. Упражнения на развитие силы мышц ног с отягощениями, с преодолением собственного веса, с сопротивлением и в парах.

Практическое занятие. 1. Приседания, выпады с отягощениями.

2. Прыжковые упражнения в парах.

Тема 32. Развитие координационных способностей. Вбрасывания. Штрафные удары. Одиннадцатиметровый удар. Футзал.

Практическое занятие. 1. Упражнения на развитие координации.

2. Двусторонняя игра с применением элементов нападения и защиты.

Тема 33. Удар по мячу ногой, головой в футболе. Удары внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком, пяткой. Удар с лета.

Практическое занятие. 1. Удары серединой, внутренней и внешней частью подъема. Удар внутренней стороной стопы.

2. Удары по катящемуся и летящему мячу. Подводящие упражнения для обучения ударам по мячу ногой.

Тема 34. Совершенствование техники перемещений в футболе. Ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты. Сочетание способов перемещений.

Практическое занятие. 1. Совершенствование сочетаний способов перемещения.

2. Развитие быстроты.

Тема 35. Совершенствование техники и тактики игры в защите в футболе. Сосредоточенная защита. Рассредоточенная защита. Персональная защита. Зонная защита. Комбинированная защита. Групповой отбор мяча. Действия против игрока с мячом.

Практическое занятие. 1. Современные тактические системы ведения игры в нападении и защите.

2. Групповые тактические действия в защите («диагональная страховка», «переключение»).

Тема 36. Совершенствование техники и тактики игры в нападении в футболе. Индивидуальные, групповые, командные действия. Основные расстановки игроков.

Практическое занятие. 1. Групповые тактические действия в нападении (передачи мяча «в разрез», тактические комбинации «стенка», «стенка на третьего», «скречивание»).

2. Зависимость постановки тактических задач от уровня владения техникой.

Тема 37. Развитие ловкости. Совершенствование передач и остановок мяча различными способами. Игра в футбол, применяя технико-тактические действия.

Практическое занятие. 1. Двусторонняя игра в футбол с использованием элементов техники нападения и защиты.

2. Упражнения на развитие ловкости.

Тема 38. Совершенствование техники ведения мяча в футболе. Дриблинг внутренней, внешней стороной стопы, подошвой. Дриблинг с места, после скоростного ведения мяча, после финтов.

Практическое занятие. 1. Упражнения для совершенствования техники ведения мяча. Типичные ошибки при ведении мяча.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Тема 39. Совершенствование техники остановки и отбора мяча в футболе. Отбор мяча «выбиванием ногой», «наложением подошвы на мяч», «толчком плечом в плечо».

Практическое занятие. 1. Совершенствование техники противодействия в

футболе.

2. Отбор мяча «выбиванием ногой», «наложением подошвы на мяч», «толчком плечом в плечо».

Тема 40. Совершенствование техники и тактики игры вратаря. Ловля и отбивание мяча руками, летящего с различных направлений.

Практическое занятие. 1. Совершенствование ловли и отбивания мяча руками, летящего с различных направлений.

2. Отбивание мяча ногами. Типичные ошибки в игре вратаря.

Тема 41. Совершенствование техники удара по мячу ногой, головой в футболе. Удар по летящему навстречу мячу серединой лба с места, в движении, в прыжке толчком одной и двумя ногами.

Практическое занятие. 1. Удар по летящему навстречу мячу серединой лба с места, в движении, в прыжке толчком одной и двумя ногами.

2. Средства и методические особенности обучения технике ударов и остановок мяча с учетом дидактических принципов и этапов обучения.

Тема 43. Организация и проведение соревнований в футболе. Правила соревнований. Взаимодействие судей. Инвентарь и оборудование.

Практическое занятие. 1. Правила соревнований по футболу. Судья в поле и судьи на линии. Взаимодействие судей. Проведение массовых соревнований по футболу.

2. Двусторонняя игра в футбол.

Тема 44. Совершенствование технико-тактической подготовки в футболе. Современные системы тактической и технической подготовки в футболе.

Практическое занятие. 1. Упражнения для совершенствования технико-тактических действий во взаимодействии с партнером по команде и при противодействиях со стороны соперника.

2. Двусторонняя игра с использованием элементов техники нападения и защиты

5. Образовательные технологии

Для реализации компетентностного подхода при изучении дисциплины (модуля) предусмотрено широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных методов проведения занятий:

6. Формы контроля и виды оценочных материалов по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация - оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

6.1. Примерный перечень вопросов к зачету

1. Характеристика спортивной игры «волейбол».
2. Оздоровительное и прикладное значение спортивной игры «волейбол».
3. Личная гигиена и профилактика травматизма на занятиях по волейболу.
4. Характеристика спортивной игры «баскетбол».
5. Оздоровительное и прикладное значение спортивной игры «баскетбол».
6. Личная гигиена и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу.

7. Характеристика спортивной игры «футбол».
8. Оздоровительное и прикладное значение спортивной игры «футбол».
9. Личная гигиена и профилактика травматизма на занятиях по футболу.
10. Техника приема и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху.
11. Техника приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу.
12. Способы подачи мяча через волейбольную сетку и техника их выполнения.
13. Техника нападающего удара в волейболе.
14. Техника блокирования в волейболе.
15. Характеристика тактики соревновательной деятельности в волейболе.
16. Индивидуальные, парные и групповые тактические приемы и комбинации в защите в волейболе.
17. Индивидуальные, парные и групповые тактические приемы и комбинации в нападении в волейболе
18. Техника приема и передачи баскетбольного мяча двумя руками от груди.
19. Техника приема и передачи баскетбольного мяча одной рукой от плеча.
20. Техника ведения баскетбольного мяча.
21. Техника штрафного броска мяча в корзину.
22. Техника броска мяча в корзину в движении.
23. Характеристика тактики соревновательной деятельности в баскетболе.
24. Индивидуальные, парные и групповые тактические приемы и комбинации в защите в баскетболе.
25. Индивидуальные, парные и групповые тактические приемы и комбинации в нападении в баскетболе.
26. Техника ведения футбольного мяча.
27. Техника удара по мячу серединой, внешней и внутренней частью подъема.
28. Техника удара по мячу внутренней стороной стопы.
29. Техника удара по мячу серединой лба.
30. Техника остановки опускающегося мяча внутренней стороной стопы.
31. Техника остановки катящегося мяча подошвой.
32. Характеристика тактики соревновательной деятельности в футболе.
33. Индивидуальные, парные и групповые тактические приемы и комбинации в защите в футболе.
34. Индивидуальные, парные и групповые тактические приемы и комбинации в нападении в футболе.

6.2. Примерный перечень вопросов к экзамену

Экзамен не предусмотрен.

6.3. Примерная тематика курсовых работ

Курсовая работа не предусмотрена.

6.4. Примерная тематика курсовых проектов

Курсовой проект не предусмотрен.

6.5. Примерная тематика расчетно-графических работ

Расчетно-графические работы не предусмотрены.

7. Учебно-методическое, информационное и программное обеспечение дисциплины (модуля)

Электронный каталог и электронно-библиотечные системы, предоставляемые научной библиотекой ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова» доступны по ссылке <http://library.chuvsu.ru/>

7.1. Нормативно-правовые документы, стандарты и правила

1. Об образовании в Российской Федерации : федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ : в редакции от 31 июля 2020 года № 303-ФЗ. – Текст : электронный // ГАРАНТ : информационно-правовое обеспечение. – URL: <http://mobileonline.garant.ru/#/document/70291362/paragraph/1/highlight/образование:2> (дата обращения: 20.08.2020)

2. О физической культуре и спорте в Российской Федерации : федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ : в редакции от 31 июля 2020 года № 274-ФЗ. – Текст : электронный // КонсультантПлюс: надежная правовая поддержка : официальный сайт. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 20.08.2020).

3. О физической культуре и спорте : закон Чувашской Республики от 27 июня 2008 года № 31 : в редакции от 11 сентября 2019 года № 66. – Текст : электронный // ГАРАНТ : информационно-правовое обеспечение. – URL: <http://base.garant.ru/17625571/> (дата обращения: 20.08.2020).

4. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации : федеральный закон от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ : в редакции от 31 июля 2020 года № 303-ФЗ. – Текст : электронный // ГАРАНТ : информационно-правовое обеспечение. – URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/12191967/> (дата обращения: 20.08.2020).

7.2. Рекомендуемая основная учебно-методическая литература

№ п/п	Наименование
1	Стриханов, Савинков. Физическая культура и спорт в вузах [Электронный ресурс]: Учебное пособие. - Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 160 – Режим доступа: https://www.biblio-online.ru/bcode/430716
2	Письменский, Аллянов. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебник. - Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 493 – Режим доступа: https://www.biblio-online.ru/bcode/431427
3	Стриханов. Физическая культура и спорт в вузах [Электронный ресурс]: Учебное пособие. - Москва: Издательство Юрайт, 2018. - 153 – Режим доступа: http://www.biblio-online.ru/book/1B3DA446-6A1E-44FA-8116-798C79A9C5BA

7.3. Рекомендуемая дополнительная учебно-методическая литература

№ п/п	Наименование
1	Муллер, Дядичкина, Богащенко, Близневский, Рябинина. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебник и практикум. - Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 424 – Режим доступа: https://www.biblio-online.ru/bcode/431985
2	Пьянзина Н. Н., Орлов А. И., Ермолаев А. Х., Петрова Т. Н.. Физическая культура: учебное пособие. - Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2018. - 101 с.
3	Тихонов В. Ф., Ермолаев А. Х., Колесникова О. Б., Яковлева Л. А., Ермолаев А. Х.. Физическая культура: учебное пособие [для англоговорящих студентов 1 курса]. - Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2019. - 86с.

4	Гилев Г. А., Каткова А. М.. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]: Учебник. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 336 с. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/75830.html
5	Физическая культура. Баскетбол [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017. - 51 с. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/91470.html
6	Гусева М. А., Герасимов К. А., Климов В. М.. Физическая культура. Волейбол [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2019. - 80 с. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/98756.html

7.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

№ п/п	Наименование	Ссылка на ресурс
1	Министерство спорта РФ	https://www.minsport.gov.ru
2	Министерство физической культуры и спорта ЧР	http://sport.cap.ru
3	Российского журнала «Теория и практика физической культуры»	http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3
4	Всероссийская федерация волейбола	http://www.volley.ru
5	Российская федерация баскетбола	https://russiabasket.ru
6	Российского футбольный союза	https://rfs.ru

7.5. Программное обеспечение, профессиональные базы данных, информационно-справочные системы, электронно-образовательные ресурсы и электронно-библиотечные системы

Программное обеспечение, профессиональные базы данных, информационно-справочные системы, предоставляемые управлением информатизации ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова» доступны для скачивания по ссылке <http://ui.chuvsu.ru/>. Единый реестр российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных, в том числе свободно распространяемых, доступен по ссылке reestr.minsvyaz.ru/reestr/.

7.5.1. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Операционная система Microsoft Windows и (или) Unix-подобная операционная система и (или) мобильная операционная система;

Пакеты офисных программ:

Microsoft Office и (или) LibreOffice

и (или) OpenOffice и (или) аналоги;

Браузеры, в том числе Яндекс.Браузер.

Перечень программного обеспечения:

7.5.2. Перечни профессиональных баз данных и(или) информационных справочных систем и(или) электронно-библиотечный систем и(или) электронно-образовательных ресурсов

Научная библиотека ЧувГУ
 Справочная система «Гарант»
 Справочная система «Консультант Плюс»
 Профессиональная справочная система «Техэксперт»
 Электронно-библиотечная система IPRBooks

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для занятий лекционного типа по дисциплине оснащены автоматизированным рабочим местом преподавателя в составе: персональный компьютер/ноутбук, мультимедийное оборудование с экраном и (или) интерактивная доска SMART/телевизор SMART.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова».

№ п/п	Вид занятия	Краткое описание и характеристика состава установок, измерительно-диагностического оборудования, компьютерной техники и средств автоматизации экспериментов
1	Пр	Баскетбольные щиты, гимнастические скамейки, гимнастические маты, мячи футбольные, баскетбольные, волейбольные, бадминтонные ракетки, гимнастические обручи, скакалки
2		Силовые тренажеры, беговые дорожки, гири, гантели, штанги, диски, тренажерные приспособления «Правило», перекладина, канат
3		Спортивный зал: - многофункциональный зал игровых видов спорта мини-футбол, баскетбол, волейбол, бадминтон. Зал оборудован: стенки гимнастические; перекладины навесные универсальные для стенки гимнастической; гимнастические снаряды (перекладина, бруссы); тренажеры для занятий атлетической гимнастикой; маты гимнастические; ковер борцовский или татами; кольца баскетбольные, стойки баскетбольные, волейбольные, футбольные ворота, защита для баскетбольного щита и стоек, плакаты и рисунки для освоения техники различных видов спорта; информационные материалы по тестовым и зачетным нормативам. Зал оборудован инвентарем для спортивных игр: скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные); гири 16, 24 кг; секундомеры; мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные

4	Пр	Мячи звенящие: футбольный, баскетбольный, волейбольный, для гандбола, настольный теннис для слепых «Шоудаун» (стол, ракетки, мячи). Парта для инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата, рабочий стол с регулируемыми ножками, парта универсальная с регулировкой высоты. Шашки 64-клеточные для незрячих спортсменов, настольная игра шахматы тактильные с применением системы Брайля; тактильное домино для незрячих и слабовидящих; парта для инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
5		Баскетбольные щиты, гимнастические стенки, гимнастические скамейки, волейбольная сетка, гимнастические маты, столы для настольного тенниса, мячи футбольные, баскетбольные, волейбольные, теннисные, бадминтонные ракетки, ракетки для настольного тенниса, гимнастические обручи, скакалки и другое спортивное оборудование
6		Спортивная площадка (мини-футбол): футбольные ворота, мячи футбольные
7		Спортивная площадка (многофункциональная): баскетбольные щиты, волейбольная сетка, мячи футбольные, баскетбольные, волейбольные, стол для настольного тенниса, гимнастические тренажеры
8	Ср	Помещение для самостоятельной работы обучающихся. Оборудование: компьютерная техника с подключением к сети Интернет и доступом к электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова»

9. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям лиц с ограниченными возможностями здоровья

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- 1) с применением электронного обучения и дистанционных технологий.
- 2) с применением специального оборудования (техники) и программного обеспечения в соответствии у обучающихся ограничений в здоровье в Центрах обучения для лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ), имеющих в университете.

В процессе обучения при необходимости для лиц с нарушениями зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата предоставляются следующие условия:

- для лиц с нарушениями зрения: учебно-методические материалы в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

- для лиц с нарушениями слуха: учебно-методические материалы в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: учебно-методические материалы в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

10. Методические указания обучающимся по выполнению самостоятельной работы

Целью самостоятельной работы обучающегося (СР) является закрепление полученных теоретических знаний и приобретение практических навыков применения и исследования алгоритмов и структур данных при проектировании прикладных программ. СР включает в себя самостоятельное изучение учебных вопросов, подготовку к лабораторным занятиям, выполнение расчетно-графической работы, подготовку к зачету и экзамену.

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы по подготовке к лабораторным занятиям приводится в соответствующих методических указаниях в описании каждой лабораторной работы.

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы по выполнению расчетно-графической работы приводится в соответствующих методических указаниях.

Преподаватель в начале чтения курса информирует обучающихся о формах, видах и содержании самостоятельной работы, разъясняет требования, предъявляемые к результатам самостоятельной работы, а также формы и методы контроля.

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса. Целью самостоятельной работы обучающихся является овладение знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом творческой, исследовательской деятельности.

Основными формами организации самостоятельной работы обучающихся являются: аудиторная самостоятельная работа под руководством и контролем преподавателя (на лекциях, практических, лабораторных занятиях и т.д. и консультациях); внеаудиторная самостоятельная работа под руководством и контролем преподавателя (на консультациях, при проведении научно-

исследовательской работы), внеаудиторная самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа обучающихся, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Обучающиеся при выполнении самостоятельной работы должны опираться, в основном, на знания и умения, полученные на лекционных, практических, лабораторных занятиях, групповых и индивидуальных занятиях. Это дает необходимый базис для дальнейшего углубленного изучения других дисциплин. Однако эти знания необходимо активизировать.

К формам самостоятельной работы обучающихся, предусмотренные дисциплиной, относятся:

- Подготовка к практическим, лабораторным занятиям, групповым и индивидуальным занятиям.
- Самостоятельное изучение учебных вопросов.
- Подготовка к зачету/экзамену.

Для самостоятельной подготовки к практическим, лабораторным, групповым и индивидуальным занятиям, изучения учебных вопросов, подготовки к зачету и экзамену рекомендуются следующие источники:

- конспекты лекций и материалы практических, лабораторных, групповых и индивидуальных занятий;
- учебная (научная) литература соответствующего профиля;
- ресурсы Интернет.

По предложенным преподавателем вопросам обучающийся изучает содержание рекомендуемых по темам разделов, глав, параграфов, учебников, учебных пособий и монографий; статистических сборников; обзоров; статей в периодической печати. Нормативно-правовые акты исследуются с использованием правовых баз «Консультант – Плюс» или «Гарант», а также ресурсов Интернет. Формами контроля такой индивидуальной работы являются опросы на практических, групповых и индивидуальных занятиях, проверка конспектов, заключений.

Тестовые задания являются формой текущего контроля. Они предназначены для выделения основных положений дисциплины, понимания особенностей на основе теории, повторения и закрепления учебного материала, проверки знаний, контроля остаточных знаний.

11. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины (модуля)

Практическое занятие – это одна из форм учебной работы, которая ориентирована на закрепление изученного теоретического материала, его более глубокое усвоение и формирование умения применять теоретические знания в практических, прикладных целях. Особое внимание на практических занятиях уделяется выработке учебных или профессиональных навыков. Такие навыки формируются в процессе выполнения конкретных заданий – упражнений, задач и т. п. – под руководством и контролем преподавателя. Ведущей целью практических занятий является формирование умений и приобретение практического опыта, направленных на формирование профессиональных компетенций (способности выполнять определенные действия, операции, необходимые в профессиональной деятельности) или общих компетенций (общие компетенции необходимы для успешной деятельности как в профессиональной, так и во внепрофессиональной сферах).

Содержанием практических занятий являются формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств.

Для подготовки к практическому занятию студенту необходимо изучить теоретический материал по данной теме. Для закрепления пройденного материала

студенту необходимо выполнить домашнюю работу в соответствии с заданием, полученным на предыдущем практическом занятии. В случае возникновения затруднений при ее выполнении рекомендуется обратиться за помощью к преподавателю в отведенное для консультаций время.

Этапы подготовки к практическому занятию:

- изучение теоретического материала, полученного на занятии и в процессе самостоятельной работы;
- выполнение домашнего задания;
- самопроверка по контрольным вопросам темы.

11.1. Методические указания для подготовки к занятиям семинарского типа

Не предусмотрено.

11.2. Методические указания для подготовки к экзамену

Не предусмотрено.

11.3. Методические указания для подготовки к зачету

Подготовка обучающихся к сдаче зачета включает в себя:

- просмотр программы учебного курса;
- определение необходимых для подготовки источников (учебников, дополнительной литературы и т. д.) и их изучение;
- использование материалов практических занятий;
- консультирование у преподавателя.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором студенты получают общую установку преподавателя и перечень основных требований к текущей и итоговой отчетности. При этом важно с самого начала планомерно осваивать материал, руководствуясь, прежде всего перечнем вопросов к зачету (экзамену), конспектировать важные для решения учебных задач источники. В течение семестра происходят пополнение, систематизация и корректировка студенческих работ, освоение нового и закрепление уже изученного материала.

11.4. Методические указания по выполнению расчетно-графической работы

Не предусмотрено.

11.5. Методические указания по выполнению контрольной работы

Не предусмотрено.

11.6. Методические указания по выполнению курсовой работы (проекта)

Не предусмотрено.

Лист дополнений и изменений

Наименование и реквизиты (при наличии), прилагаемого к Рабочей программе дисциплины (модуля) документа, содержащего текст обновления	Решение кафедры		И. О.Фамилия заведующего кафедрой
	Дата	протокол №	