

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Гайдамашко Игорь Вячеславович
 Должность: И.о. ректора
 Дата подписания: 21.09.2022 14:18:45
 Уникальный программный ключ:
 c7b77973654876a9af4d3b280790bfd371557fdb

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
 «Сочинский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО

Декан социально-педагогического факультета



Ю.Э. Мазаревская

« 31 » 09 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УРиКОД



В.П. Ермакова

« 09 » 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры»

Шифр и направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Профиль подготовки бакалавра Математика и информатика

Форма обучения очная

Выпускающая кафедра Кафедра педагогического и психолого-педагогического образования

Кафедра-разработчик рабочей программы Кафедра физической культуры и спорта

Семестр	Трудоёмкость (час./зед.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	КРЗ	Форма промежуточного контроля (экс./зачет)
ОФО								
1	36	-	36	-	-	-	-	-
2	72	-	72	-	-	-	-	Зачет
3	72	-	72	-	-	-	-	Зачет
4	40	-	40	-	-	-	-	Зачет
5	72	-	72	-	-	-	-	Зачет
6	36	-	36	-	-	-	-	Зачет
Итого:	328	-	328	-	-	-	-	Зачет

Сочи 2020 г.

Рабочая программа по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 22.02.2018 г. № 125

Рабочую программу составила:

 Л.К. Федякина, к.п.н., доцент кафедры ФКиС

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

на заседании кафедры физической культуры и спорта

Протокол № 1 от « 31 » 08 2020 г.

Заведующий кафедрой

 И.Н. Овсянникова


Руководитель ОПОП

 И.А. Иванов

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления подготовки «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»


Протокол № 01 от « 31.08 » 2020 г.

Председатель УМСН

 Ю.Э. Макаревская

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям

Отдел качества образования и методического обеспечения

 В.В. Васильченко

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2021/2022 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от « 01 » 07 2021 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Дополнений и изменений нет.

Заведующий кафедрой

Ю.В. Шишкова *И.А.*

Рабочая программа переутверждена на 202__/202__ учебный год, протокол №__ заседания кафедры от «__»__ 202__ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой

Рабочая программа переутверждена на 202__/202__ учебный год, протокол №__ заседания кафедры от «__»__ 202__ г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО	5
3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4.1 Тематический план дисциплины	6
4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	12
4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине	13
5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	14
5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины	14
5.2 Организация самостоятельной работы студента (СРС) по дисциплине	14
5.3 Образовательные технологии	14
5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	14
5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины	15
Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
2. Формирование знаний научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни.
3. Понимание роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» относится к Блоку 1 и является дисциплиной части формируемой участниками образовательных отношений учебной программы.

Таблица 1

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции
Универсальные компетенции		
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Фитнес. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Ознакомительная практика. Технологическая (проектно-технологическая) практика

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Универсальные компетенции			

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	<i>Знать:</i> основы физической культуры и здорового образа жизни, - средства и методы физической культуры (З-УК-7.1) <i>Уметь:</i> осуществлять самоконтроль физического развития и физической подготовленности (У-УК-7.1) <i>Владеть:</i> способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения полноценной социальной и профессиональной деятельности (Н-УК-7.1)
		УК-7.2 Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	<i>Знать:</i> основы здорового образа жизни (З-УК-7.2) <i>Уметь:</i> использовать здоровьесберегающие технологии (У-УК-7.2) <i>Владеть:</i> навыками здорового образа жизни (Н-УК-7.2)
		УК-7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	<i>Знать:</i> влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья (З-УК-7.3) <i>Уметь:</i> выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры (У-УК-7.3) <i>Владеть:</i> навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности (Н-УК-7.3)

4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов

Таблица 3

Наименование тем	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы

№ темы	дисциплины	Контактная работа обучающихся с преподавателем	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС	Всего часов
<i>1 семестр</i>							
1	Спортивные и подвижные игры	36	-	36	-	-	36
<i>2 семестр</i>							
1	Спортивные и подвижные игры	72	-	72	-	-	72
	Зачет	-	-	-	-	-	-
<i>3 семестр</i>							
1	Спортивные и подвижные игры	72	-	72	-	-	72
	Зачет	-	-	-	-	-	-
<i>4 семестр</i>							
1	Спортивные и подвижные игры	40	-	40	-	-	40
	Зачет	-	-	-	-	-	-
<i>5 семестр</i>							
1	Спортивные и подвижные игры	72	-	72	-	-	72
	Зачет	-	-	-	-	-	-
<i>6 семестр</i>							
1	Спортивные и подвижные игры	36	-	36	-	-	36
	Зачет	-	-	-	-	-	-
Всего:		328	-	328	-	-	328

4.1.1 Лекционные занятия не предусмотрены

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Объем, час.	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
<i>1 семестр</i>					
1	Спортивные и подвижные игры	2	1. Инструктаж по технике безопасности. 2. Анкетирование.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
2	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (8 минут). 2. ОРУ. 3. Правила игры в волейбол. Стойки. Передвижения. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
3	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]

			сверху. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.		
4	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками снизу. 4. Эстафеты с элементами волейбола.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
5	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Нижняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
6	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Верхняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
7	Спортивные и подвижные игры	2	Тесты (нормативы) определения уровня технической подготовленности студентов.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	2	Контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО».	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
Итого:		36			
<i>2 семестр</i>					
1	Спортивные и подвижные игры	2	Инструктаж по технике безопасности.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
2	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (8 минут). 2. ОРУ. 3. Правила игры в волейбол (правила перехода игроков). Стойки. Передвижения. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
3	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками сверху. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
4	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками снизу. 4. Эстафеты с элементами волейбола.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
5	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Нижняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
6	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (8 минут). 2. ОРУ. 3. Правила игры в волейбол (правила перехода игроков). Стойки. Передвижения. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
7	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками сверху. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками снизу. 4. Эстафеты с элементами	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]

			волейбола.		
9	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Нижняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
10	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Верхняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
11	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Нападающий удар. Защита при нападении. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
12	Спортивные и подвижные игры	2	Контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО»	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Зачет			(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Итого:	72			
<i>3 семестр</i>					
1	Спортивные и подвижные игры	2	1. Инструктаж по технике безопасности. 2. Анкетирование.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
2	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (8 минут). 2. ОРУ. 3. Правила игры в волейбол (правила перехода игроков). Стойки. Передвижения. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
3	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками сверху. 4. Подвижная игра с элементами волейбола.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
4	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (10 минут). 2. ОРУ. 3. Прием и передачи мяча двумя руками снизу. 4. Эстафеты с элементами волейбола.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
5	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Нижняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
6	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Верхняя прямая подача мяча. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
7	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Нападающий удар. Защита при нападении. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
9	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра.	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]

10	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.2) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.1)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	2	Тесты (нормативы) определения уровня технической подготовленности студентов.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
9	Спортивные и подвижные игры	2	Контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО»	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Зачет			(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
Итого:		72			
<i>4 семестр</i>					
1	Спортивные и подвижные игры	2	Инструктаж по технике безопасности.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
2	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
3	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
4	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
5	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
6	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
7	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.2) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	2	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
9	Спортивные и подвижные игры	2	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Зачет		1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
Итого:		40	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра		
<i>5 семестр</i>					
1	Спортивные и подвижные игры	2	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]

2	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
3	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
4	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
5	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
6	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
7	Спортивные и подвижные игры	8	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
9	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
10	Спортивные и подвижные игры	6	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.3) (У-УК-7.1) (Н-УК-7.2)	[1 - 5]
11	Спортивные и подвижные игры	4	Контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО»	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Зачет			(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
Итого:		72			
<i>6 семестр</i>					
1	Спортивные и подвижные игры	2	Инструктаж по технике безопасности.	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
2	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
3	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
4	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
5	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]

6	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
7	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	[1 - 5]
8	Спортивные и подвижные игры	4	1. Ходьба, бег (12 минут). 2. ОРУ. 3. Совершенствование техники игры в волейбол. 4. Учебная игра	(З-УК-7.1) (У-УК-7.3) (Н-УК-7.3)	
9	Спортивные и подвижные игры	4	Тесты (нормативы) определения уровня технической подготовленности студентов	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
10	Спортивные и подвижные игры	2	Контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО»	(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Зачет			(З-УК-7.1) (З-УК-7.3)	[1 - 5]
	Итого:	36			
	Всего:	328			

4.1.3 Самостоятельная работа студента не предусмотрена

4.1.4 Интерактивные формы занятий ОФО

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Литература:

1. Бакешин, К. П. Основы здорового образа жизни студента : учебное пособие / К. П. Бакешин. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 96 с. — 978-5-9227-0619-9. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/66829.html> (дата обращения: 04.05.2020). — Режим доступа : для авториз.пользователей. — Текст : электронный.

2. Волейбол. Основы обучения [Текст] : методические рекомендации для студентов направлений подготовки «Туризм», «Сервис», «Экономика» всех профилей и форм обучения / [авт.-сост. И.Н. Ярыш, Э.Г. Лактионова, Г.Р. Мукминова, Н.М. Нефёдова] ; Министерство науки и высшего образования Рос. Федерации ФГБОУ ВО «СГУ», Кафедра ФКиС. — Сочи : Оптима, 2019. — 26 с. : ил.

3. Турманидзе В. Г. Обучение бадминтону на этапе начальной подготовки в общеобразовательных учреждениях для обучающихся с различным уровнем физического здоровья [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Г. Турманидзе, А. В. Турманидзе. — Электрон. Текстовые данные. — Омск : ОГУ им. Ф.М. Достоевского, 2013. — 192 с. — 978-5-7779-1602-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/24904.html>

4. Мини-волейбол по-японски в системе физического воспитания студентов ВУЗа [Текст] : методические рекомендации для студентов и преподавателей ФК и С / Л. К. Федякина [и др.] ; Министерство науки и высшего образования Рос. Федерации ФГБОУ ВО «СГУ». — Сочи : Типография ИП Кривляки С. П., 2019. — 21, [1] с. : ил.

5. Ветков, Н. Е. Спортивные и подвижные игры : учебно-методическое пособие / Н. Е. Ветков. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. — 126 с. — 2227-8397. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/61049.html> (дата обращения: 04.05.2020). — Режим доступа : для авториз.пользователей. — Текст : электронный.

4.2.2 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам университета. СГУ обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства Российской Федерации об интеллектуальной собственности и международных договоров Российской Федерации в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

1. Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. – Сочи, [2017-]. – URL: <http://lib.sutr.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.

2. ScienceDirect : полнотекстовая база данных / издательство Elsevier. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3. SpringerNature : полнотекстовая база данных / Springer Nature Switzerland AG. Part of Springer Nature. – URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». – Саратов, [2010-]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

5. Znanium.com : электронно-библиотечная система / ЭБС Znanium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». – Москва, [2011-]. – URL: <http://znanium.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ. – Москва, [2004-]. – Режим доступа: <https://rusneb.ru> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

7. Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, [1997-]. – URL: <https://polpred.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

8. КонсультантПлюс : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». – Москва, [1997-]. – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.

9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеос». – Электрон. дан. – Москва, [2014-]. – URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.

10. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). – Москва, [2000-]. – URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

Зав. библиотекой

Е.С. Мысина

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств (контролирующих материалов), предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС ВО.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- тесты (нормативы) определения уровня технической подготовленности;
- контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО».

5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины

Преподавание и изучение учебной дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» осуществляется в виде практических занятий. В течение семестра студенты выполняют физические упражнения по указанию преподавателя, усваивают основные понятия. Характер и количество задач, решаемых на практических занятиях, определяется преподавателем, ведущим занятия. Успешность промежуточной аттестации определяется регулярностью посещения практических занятий.

Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям

Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо выполнять домашнее задание с использованием основных форм физической культуры (утренняя гигиеническая гимнастика, упражнения в течение учебного дня, самостоятельные тренировочные занятия).

Методические рекомендации студентам по подготовке к зачету.

При подготовке к зачету необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры». К зачету студент должен выполнить:

- тесты (нормативы) определения уровня технической подготовленности;
- контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО».

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Не предусмотрена.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

При реализации дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» применяются образовательные технологии, классифицируемые по видам учебной работы:

- практическое занятие - это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения и навыки. Практические занятия проводятся в виде: учебно-тренировочных занятий и контрольных занятий. На занятиях используются методы физической культуры: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы.

Метод регламентированного упражнения заключается в том, что каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой, что позволяет осуществлять двигательную деятельность по твердо предписанной программе, строго регламентировать нагрузку по объёму и интенсивности, точно дозировать интервалы отдыха, эффективно осваивать технику движений. Игровой метод заключается в том, что двигательная деятельность организуется на основе содержания, условий и правил игры. Этот метод обеспечивает всестороннее комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков. Соревновательный метод заключается в использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности. Он позволяет стимулировать максимальное проявление двигательных способностей и выявлять уровень их развития.

Проведение всех видов занятий (лекционные, практические, лабораторные и т.д.) при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний специальной группы, инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине «Элективные дисциплины по

физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» определяются программой дисциплины и фондом оценочных средств, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Студенты специальной группы (предоставляют справки определенного образца) имеющие ограниченные возможности здоровья и инвалиды (предоставление справки КЭК), в начале учебного года приносят справки о состоянии здоровья и рекомендациями о допуске к практическим занятиям. Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, формируются списки и организуются занятия совместно с другими обучающимися в основных группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины

При обучении дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» необходимо следующее материально-техническое обеспечение: Ноутбук,

- Пакеты ПО общего назначения. OS Microsoft Windows

- Дистанционная поддержка дисциплины: для передачи домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта кафедры.

Для практических занятий:

1. Спортивный зал: игровой.

2. Спортивный инвентарь: волейбольные мячи, мячи для японского мини-волейбола, туристские коврики, перекладина, секундомер, рулетка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, степ-платформы.

3. Мультимедийные средства.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, в том числе: Skype, Zoom, Big Blue Button, Moodle, WhatsApp.

Стандартное лицензионное программное обеспечение

Microsoft Windows 7 Professional, 8 Pro, 8.1 Pro, 10 Pro

Microsoft Office Professional Plus 2007, 2010, 2013, 2016.

Состав продукта:

Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, Microsoft Outlook, Microsoft Publisher,

Microsoft Access, Microsoft OneNote, Microsoft InfoPath.

**Приложение к рабочей программе дисциплины
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту,
Спортивные и подвижные игры»**

44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»
бакалавр
Математика и информатика

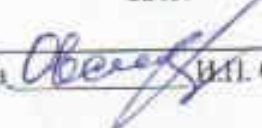
АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины
*«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту,
Спортивные и подвижные игры»*

Дисциплина части, формируемой участниками образовательных отношений
Очная форма обучения

Составитель аннотации – Федякина Л.К., к.п.н.
доцент кафедры физической культуры и спорта



Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	328
Цель изучения дисциплины	Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Содержание дисциплины	Спортивные и подвижные игры
Формируемые компетенции (коды)	УК-7
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	<p>УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни</p> <p>УК-7.2 Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> <p>УК-7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p>
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Физическая культура и спорт. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Фитнес. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Ознакомительная практика. Технологическая (проектно-технологическая) практика
Образовательные технологии	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: практические занятия.
Формы текущего контроля успеваемости	Тесты (нормативы) определения уровня технической подготовленности студентов, контрольные тесты (нормативы) ВФСК «ГТО»
Форма промежуточной аттестации	Зачет

Зав. кафедрой физической культуры и спорта  И.И. Овсянникова