

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 10.07.2026 12:48:26
Уникальный программный ключ:
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e995320af04f043ce2

УП: 04.05.01 ФПХ
Эксперт. мед. химия
2026.plx

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»



УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ООП
Феофанова М.А.

"28" мая 2026 г.

Рабочая программа дисциплины

Спортивные игры

Закреплена за кафедрой:	Физического воспитания
Направление подготовки:	04.05.01 Фундаментальная и прикладная химия
Направленность (профиль):	Экспертная и медицинская химия: теория и практика
Квалификация:	Химик. Преподаватель химии
Форма обучения:	очная
Семестр:	1,2,3,4

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности, способности направленно использовать разнообразные средства физической культуры и спорта, в том числе и различных видов оздоровительных физических упражнений, с целью сохранения и укрепления здоровья, поддержания оптимального уровня физической подготовленности, обеспечивающего полноценную социальную и профессиональную деятельность.

Задачи :

- формирование понимания социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- содействие разностороннему развитию личности, сохранению и укреплению его здоровья, повышению уровня общей физической подготовленности и специальной подготовленности в оздоровительных системах физических упражнений, развитию профессионально важных физических качеств и психомоторных способностей будущих специалистов;
- формирование потребности в физическом самосовершенствовании, установки на здоровый образ жизни и поддержание высокого уровня здоровья через сознательное и творческое использование средств физической культуры;
- формирование знаний основ безопасности при самостоятельных занятиях физической культурой и спортом;
- формирование навыков поддержания необходимого уровня общей физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП: Б1.О

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Адаптивная физическая культура

Безопасность жизнедеятельности

Физическая культура и спорт

Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Адаптивная физическая культура

Физическая культура и спорт

Безопасность жизнедеятельности

Ознакомительная практика

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость	0 ЗЕТ
Часов по учебному плану	328
в том числе:	
самостоятельная работа	188

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

УК-7.1: Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

5. ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля в семестрах:	
зачеты	2, 4

6. ЯЗЫК ПРЕПОДАВАНИЯ

Язык преподавания: русский.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Сем.	Часов	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1.Техническая подготовка баскетболистов.				
1.1	Тема 1. Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Пр	1	4	
1.2		Ср	1	8	
1.3	Тема 2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	Пр	1	4	
1.4		Ср	1	8	
1.5	Тема 3. Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке, средние, дальние. Передача мяча от плеча, от груди, снизу, с отскоком от пола.	Пр	1	4	
1.6		Ср	1	8	
1.7	Тема 4. Бросок мяча: с места, в движении, в прыжке. Бросок мяча одной рукой в прыжке, «с крюком».	Пр	1	4	
1.8		Ср	1	8	
1.9	Тема 5. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем).	Пр	1	4	
1.10		Ср	1	8	
1.11	Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая).	Пр	1	4	
1.12		Пр	1	6	

1.13	Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне.	Пр	1	4	
1.14		Ср	1	8	
1.15	Тема 8. Игровые упражнения 1×1 , 2×2 , 3×3 с включением основных технических приёмов игры.	Пр	2	6	
1.16		Ср	2	8	
	Раздел 2. Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.				
2.1	Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча.	Пр	2	4	
2.2		Ср	2	6	
2.3	Тема 10. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков: пересечения, наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».	Пр	2	4	
2.4		Ср	2	8	
2.5	Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрального.	Пр	2	4	
2.6		Ср	2	8	
2.7	Тема 12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча.	Пр	2	4	
2.8		Ср	2	8	
2.9	Тема 13. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков, групповой отбор мяча, проскальзывание, переключения, подстраховка. Взаимодействие трёх игроков против тройки, против «малой восьмёрки».	Пр	2	4	
2.10		Ср	2	0	
2.11	Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга.	Пр	2	6	
2.12		Ср	2	8	
2.13	Контрольные занятия	Пр	2	4	
	Раздел 3. Раздел 1. Техническая подготовка баскетболистов.				
3.1	Тема 1. Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Пр	3	4	

3.2		Ср	3	8	
3.3	Тема 2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	Пр	3	4	
3.4		Ср	3	8	
3.5	Тема 3. Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке, средние, дальние. Передача мяча от плеча, от груди, снизу, с отскоком от пола. По направлению движения партнёра: при встречном и поступательном движении, скрытые передачи.	Пр	3	4	
3.6		Ср	3	8	
3.7	Тема 4. Штрафной бросок, трёх очковый бросок, бросок мяча перед щитом, параллельно щиту, под углом.	Пр	3	4	
3.8		Ср	3	4	
3.9	Тема 5. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля).	Пр	3	4	
3.10		Ср	3	4	
3.11	Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая). Способы передвижения в защитной стойке. Опека нападающего игрока.	Пр	3	4	
3.12		Ср	3	8	
3.13	Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне, «двойка», взаимодействие трёх игроков (скользящий заслон).	Пр	3	4	
3.14		Ср	3	4	
3.15	Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением основных технических приёмов игры.	Пр	3	6	
3.16		Ср	3	4	
	Раздел 4. Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.				
4.1	Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча. С мячом: выбор способа ловли мяча, передача, бросок, розыгрыш мяча, атака корзины.	Пр	4	4	
4.2		Ср	4	8	

4.3	Тема 10. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков: пересечения, наведения, заслоны, «передай мяч и выходи». Взаимодействие трёх игроков: наведение на двух игроков, сдвоенный заслон, скрестный выход, малая восьмёрка, треугольник, тройка. 10 4 6	Пр	4	4	
4.4		Ср	4	8	
4.5	Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрального. Стремительное нападение, система эшелонного прорыва.	Пр	4	4	
4.6		Ср	4	8	
4.7	Тема 12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча. С мячом: противодействие атаке корзины,	Пр	4	6	
4.8		Ср	4	6	
4.9	Тема 13. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков, групповой отбор мяча, проскальзывание, переключения, подстраховка. Взаимодействие трёх игроков против тройки, против «малой восьмёрки», против скрестного выхода, против сдвоенного заслона, против наведения на двух игроков.	Пр	4	6	
4.10		Ср	4	8	
4.11	Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга. Концентрированная защита: система смешанной защиты, система личной защиты, система зонной защиты. 14 6 8	Пр	4	6	
4.12		Ср	4	8	
4.13	Контрольные занятия	Пр	4	6	

Список образовательных технологий

1	Игровые технологии
2	Метод case-study

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

Текущий контроль включает оценку качества выполнения студентами заданий в ходе практических занятий и регулярность их посещения. Критерии оценивания в 1 - 4 модуле: 100% посещение - 10 баллов.

Примеры заданий, которые студенты выполняют в ходе практических занятий:

- передачи мяча двумя руками сверху стоя у стены, в парах;
- передачи двумя руками снизу стоя у стены, в парах;
- передачи мяча поочередно двумя руками сверху и снизу над собой;
- верхняя прямая подача через сетку.

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Успешностью освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий и выполнение установленных во 2 и 4 семестрах тестов общей физической подготовки: в 3 и 4 модуле студенты выполняют не более 5 тестов в каждом модуле.

Планируемый образовательный результат (компетенция, индикатор)

Типовые контрольные задания

- прыжок в длину с места: 6 баллов - 180 см; 4 балла – 170 см; 2 балла – 160 см
- метание набивного мяча (вес 1 кг), из-за головы двумя руками: сидя: 6 баллов - 7 м ; 4 балла – 6 м; 2 балла – 5 м
- передача двумя руками сверху, стоя у стены: 10 баллов - 25 раз; 6 баллов - 20 раз; 3 балла – 15 раз
- передача двумя руками снизу, стоя у стены: 10 баллов - 25 раз; 6 баллов - 20 раз; 3 балла – 15 раз
- передачи в парах: 10 баллов - 2 мин.; 6 баллов – 1,5 мин.; 3 балла – 1 мин.

8.3. Требования к рейтинг-контролю

Требования к рейтинг - контролю:

Рейтинговый контроль знаний осуществляется в соответствии с Положением о рейтинговой системе обучения в ТвГУ, утвержденного ученым советом ТвГУ 30.04.2020 г., протокол №8.

Распределение баллов по видам работы в рамках рейтинговой системы:

Вид отчетности Баллы

Работа в семестре, в том числе:

текущий контроль

рейтинговый контроль 60 40 20

Зачет 40

Итого: 100

Критерии оценивания в

1 - 2 модуле: 100% посещение – по 10 баллов;

3 модуль: 100% посещение – 10 баллов, 5 контрольных тестов. Максимальное количество: 6 баллов за один тест.

4 модуль: 100% посещение – 10 баллов, 3 контрольных теста. Максимальное количество 10 баллов за один тест.

Максимальная сумма баллов, которую студент может набрать за один учебный год – 100 баллов. Для получения зачета достаточно получить 40 баллов.

Для успешной сдачи зачета по дисциплине "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту" для студентов 1-2 курсов каждый студент очного отделения должен выполнить требования основных разделов учебной программы:

1. Посещение учебных занятий.
2. Выполнение зачетных упражнений на удовлетворительную оценку по разделам

учебной программы.

Члены сборных команд ТвГУ по видам спорта, регулярно тренирующиеся в спортивных секциях и выступающие на межвузовских соревнованиях различного уровня (при наличии ходатайства тренера-преподавателя спортивной секции об освобождении студента от практических занятий по дисциплине) имеют право на свободное посещение практических занятий, но с обязательной сдачей зачетных нормативов ведущему преподавателю по дисциплине.

Спортсмены, регулярно тренирующиеся и выступающие на соревнованиях республиканского и выше уровней (при наличии ходатайства спортивной организации об освобождении студента от практических занятий по дисциплине), имеют право на свободное посещение практических занятий, но с обязательной сдачей зачетных нормативов ведущему преподавателю по дисциплине.

Примечание: ходатайства о свободном посещения занятий, подаются на имя заведующей кафедрой физического воспитания не позднее 15 октября текущего учебного года. Ходатайства, поданные позже установленных сроков, рассматриваются только в исключительных случаях при наличии подтверждающих документов

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуемая литература

Основная

Шифр	Литература
Л.1.1	Поливаев, Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, мини-футбол), Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-11446-1, URL: https://urait.ru/bcode/542168

Дополнительная

Шифр	Литература
Л.2.1	Гусева, Герасимов, Климов, Физическая культура. Волейбол, Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет (НГТУ), 2019, ISBN: 978-5-7782-3932-6, URL: https://znanium.com/catalog/document?id=396073

Перечень программного обеспечения

1	Adobe Acrobat Reader
2	Google Chrome
3	OpenOffice
4	Многофункциональный редактор ONLYOFFICE

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудит-я	Оборудование
3-320	комплект учебной мебели, сетка волейбольная, щиты баскетбольные, антенны под карман для волейбольной сетки, карманы для антенн, кольцо баскетбольное,

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

При подготовке к практическому зачету по дисциплине еще раз подробно ознакомьтесь с условиями сдачи зачета, с контрольными нормативами, повторите технику выполнения каждого физического упражнения.

Примерный перечень физических упражнений для подготовки к зачету по дисциплине:

3 модуль: физическая подготовка

1. Прыжок в длину с места (оценка скоростно-силовых качеств).
2. Бег 30 м: 5х6 м (оцениваются скоростные возможности).
3. Бег 92 м с изменением направления, «елочка» (оценка скоростно-силовой выносливости).
4. Метание набивного мяча (вес 1 кг), из-за головы двумя руками: сидя (оценка скоростно-силовых качеств).
5. Метание набивного мяча (вес 1 кг), из-за головы двумя руками: стоя (оценка скоростно-силовых качеств).

4 модуль: техническая подготовка

1. Передача двумя руками сверху, стоя у стены.
2. Передача двумя руками снизу, стоя у стены.
3. Передача в парах