

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Павлова Людмила Владимировна
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 16.10.2025 16:38:49
Уникальный программный ключ:
d1b168d67b4d7601372f8158b54869a0a60b0a21

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Руководитель ООП:

С.М. Дудаков



2023 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Спортивные игры

15.03.06 МЕХАТРОНИКА И РОБОТОТЕХНИКА

Профиль подготовки

Интеллектуальное управление в мехатронных и робототехнических
системах

Для студентов 1 и 2 курса

очная форма

Составитель: *Гужова Т.И.*

Тверь, 2023

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины.

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.

Задачами освоения дисциплины являются:

- 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

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: Спортивные игры» является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту и входит в обязательную часть учебного плана, включает направления: баскетбол, бадминтон, волейбол, черлидинг, футбол. Она является обязательным разделом гуманитарного компонента образования, значимость которого, проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство - основы для осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

3. Объем дисциплины: составляет 328 академических часов, в том числе:

контактная аудиторная работа: практические занятия 124 часа;

контактная внеаудиторная работа: контроль самостоятельной работы ____ -- ____, в том числе курсовая работа ____ -- ____;

самостоятельная работа: 204 часа, в том числе контроль 0 часов.

Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации

	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. Форма промежуточного контроля – зачет (2 и 4 семестры).

Освоение дисциплины рассчитано на четыре семестра, с осуществлением текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации. Текущий контроль и промежуточная аттестация проводятся в счет аудиторного времени, предусмотренного на дисциплину.

6. Язык преподавания русский.

II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Баскетбол

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)	Самостоятельная работа (час.)
		Практические занятия	
1 курс (I,II семестр)			
Раздел 1.Техническая подготовка баскетболистов.			

Тема 1. Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	10	4	6
Тема 2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	12	4	8
Тема 3. Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке, средние, дальние. Передача мяча от плеча, от груди, снизу, с отскоком от пола.	12	4	8
Тема 4. Бросок мяча: с места, в движении, в прыжке. Бросок мяча одной рукой в прыжке, «с крюком».	12	4	8
Тема 5. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем).	10	4	6
Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая).	10	4	6
Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне.	10	4	6
Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением основных технических приёмов игры.	14	6	8
Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.			
Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча.	10	4	6

Тема 10. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков: пересечения, наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».	12	4	8
Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрального.	12	4	8
Тема 12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча.	12	4	8
Тема 13. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков, групповой отбор мяча, проскальзывание, переключения, подстраховка. Взаимодействие трёх игроков против тройки, против «малой восьмёрки».	12	4	8
Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга.	12	462	8
Контрольные занятия	4	4	
ИТОГО:	164	62	102
2 курс (III,IV семестр)			
Раздел 1.Техническая подготовка баскетболистов.			
Тема 1. Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	10	2	8

Тема 2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	12	4	8
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.	12	4	8
Тема 4. Штрафной бросок, трёх очковый бросок, бросок мяча перед щитом, параллельно щиту, под углом.	12	4	8
Тема 5. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля).	10	4	6
Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая). Способы передвижения в защитной стойке. Опека нападающего игрока.	12	4	8
Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне, «двойка», взаимодействие трёх игроков (скользящий заслон).	10	4	6
Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением основных технических приёмов игры.	14	4	10

Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.			
Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча. С мячом: выбор способа ловли мяча, передача, бросок, розыгрыш мяча, атака корзины.	10	4	6
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
Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрального. Стремительное нападение, система эшелонного прорыва.	10	4	6
Тема 12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча. С мячом: противодействие атаке корзины, противодействие розыгрышу мяча.	10	4	6

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.	12	4	8
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
Контрольные занятия	6	6	
ИТОГО (2 курс):	164	62	102
ИТОГО:	328	124	204

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
1 курс (I,II семестр)		
Вводное занятия Ознакомление с дисциплиной и правилами техники безопасности		Технология учебного диалога Технология содержательного обобщения

Раздел 1. Техническая подготовка баскетболистов	Практические занятия (общая физическая подготовка – ОФП, специальная физическая подготовка – СФП, техническая подготовка, тактическая подготовка, интегральная подготовка)	Технологии: - личностно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие, - информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки.
Тема 1. Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Практические занятия	Общепедагогические методы: - словесный - наглядный
Тема 2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	Практические занятия	Методы развития физических качеств: - Переменный метод - Повторный метод - Игровой метод
Тема 3. Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке, средние, дальние. Передача мяча от плеча, от груди, снизу, с отскоком от пола.	Практические занятия	Специфические методы: - метод строго регламентированного упражнения
Тема 4. Бросок мяча: с места, в движении, в прыжке. Бросок мяча одной рукой в прыжке, «с крюком».	Практические занятия	
Тема 5. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем).	Практические занятия	
Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка	Практические занятия	
Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне.	Практические занятия	
Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением основных технических приёмов игры.	Практические занятия	
Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.	Практические занятия	Технологии: - личностно-

Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча.	Практические занятия	ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования,
Тема 10. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков: пересечения, наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».	Практические занятия	- здоровьесберегающие, - информационно-коммуникативные технологии,
Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрального	Практические занятия	- технология поддержки. Общепедагогические методы:
Тема 12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча	Практические занятия	- словесный - наглядный Методы развития физических качеств:
Тема 13. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков, групповой отбор мяча, проскальзывание, переключения, подстраховка. Взаимодействие трёх игроков против тройки, против «малой восьмёрки».	Практические занятия	- Переменный метод - Повторный метод - Игровой метод Специфические методы:
Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга.	Практические занятия	-метод строго регламентированного упражнения
2 курс (III,IV семестр)		Технологии:
Раздел 1. Техническая подготовка баскетболистов	Практические занятия	- личностно-ориентированного подхода,
Тема1. Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Практические занятия	- дифференцированного физкультурного образования,
Тема 2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола,	Практические занятия	- здоровьесберегающие, - информационно-коммуникативные

на месте, в движении.		технологии,
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.	Практические занятия	- технология поддержки. Общепедагогические методы: - словесный - наглядный Методы развития физических качеств: - Переменный метод
Тема 4. Штрафной бросок, трёх очковый бросок, бросок мяча перед щитом, параллельно щиту, под углом	Практические занятия	- Повторный метод - Игровой метод Специфические методы:
Тема 5. Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля).	Практические занятия	-метод строго регламентированного упражнения
Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая). Способы передвижения в защитной стойке. Опека нападающего игрока.	Практические занятия	
Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне, «двойка», взаимодействие трёх игроков (скользящий заслон).	Практические занятия	
Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением	Практические занятия	
Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.	Практические занятия	Технологии:
Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча. С мячом: выбор способа ловли мяча, передача, бросок, розыгрыш мяча, атака корзины	Практические занятия	- личностно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования,
Тема 10. Групповые взаимодействия.	Практические занятия	- здоровьесберегающие,

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.		- информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки. Общепедагогические методы: - словесный - наглядный
Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрального. Стремительное нападение, система эшелонного прорыва	Практические занятия	Методы развития физических качеств: - Переменный метод - Повторный метод - Игровой метод
Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга. Концентрированная защита: система смешанной защиты, система личной защиты, система зонной защиты	Практические занятия	Специфические методы: -метод строго регламентированного упражнения

IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

- Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для всех направлений и профилей подготовки / Министерство образования и науки РФ, ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», Факультет физической культуры, Кафедра физического воспитания; составители: Т. И. Гужова, И. А. Титкова. - Тверь: Тверской государственный университет, 2019. — 129 с. — URL: <http://megapro.tversu.ru/megaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=4834671>
- Филиппова, Ю. С. Физическая культура учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 201 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-

16-015719-1. - Текст: электронный. - URL:
<https://znanium.com/catalog/product/1087952> – Режим доступа: по подписке.

- Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности): учебное пособие: [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 81 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1472-9. – Текст: электронный.
- Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для всех направлений и профилей подготовки / Твер. гос. ун-т, Фак. физ. культуры, Каф. физ. воспитания; сост.: Т. И. Гужова, Н. А. Федорова, В. В. Клунко. - Тверь: Тверской государственный университет, 2019. – 39 с. – URL: <http://megapro.tversu.ru/megaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=4608391>

б) Дополнительная литература

- Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова [и др.]; под ред. проф. Э. А. Арустамова. — 22-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2020. — 446 с. - ISBN 978-5-394-03703-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1091487> : 16.11.2020). – Режим доступа: по подписке.
- Орехова И.Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / Орехова И.Л. — Челябинск: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с. — ISBN 978-5-906908-76-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83862.html> . — Режим доступа: для авторизир. пользователей

- Физическая культура: учебное пособие: в 2 частях: [16+] / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантьева, Н.С. Рыжова и др. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. – Ч. 2. – 91 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-2449-1. - 978-5-8353-2450-7 (Ч. 1). – Текст: электронный.

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав №1842 30.11.2020
- Microsoft office professional 2016 - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- IBM SPSS Statistics 25 - Акт приема-передачи по договору №20201222-1 от 28.12.2020 г.

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

- Google Chrome - бесплатно

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

• Информационно-справочные системы:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - Договор № 18-10/2019 от 25.11.2019 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Юрайт» - Договор № 7-е от 23.04.2020 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://urait.ru/>
- ЭБС «Лань» - Договор № 8-е от 23.04.2020 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС ZNANIUM.COM - Договор № 10-е/эбс от 29.04.2020 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://znanium.com/>
- ЭБС IPRbooks - Договор № 5826/19 от 17.12.2019 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <http://www.iprbookshop.ru/>
- ЭБС BOOK.ru - Договор № 11-е от 13.05.2020 г. Срок действия – 14.05.2021 г. <https://www.book.ru>
- Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>

- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
- Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>
- **Профессиональные базы данных:**
 - База данных международных индексов научного цитирования Scopus www.scopus.com (<http://library.tversu.ru/kratie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
 - База данных международных индексов научного цитирования Web of Science (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
 - Справочно-правовая система «Консультант Плюс» www.consultant.ru (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
 - **Психологический навигатор** - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/>
 - Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
 - Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

<http://bibl.tikva.ru>

<http://www.rusmedserver.ru/>

<https://www.gto.ru/>

V. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

Требования к рейтинг-контролю:

Распределение баллов по видам работы в рамках рейтинговой системы:

Вид отчетности	Баллы
----------------	-------

Работа в семестре, в том числе:	60
текущий контроль	40
рейтинговый контроль	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.

VI. Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал № 320 (170002, Тверская обл., г.Тверь, Садовый переулок, д.35)	• Щит баскетбольный игровой • Кольцо б/б • Мяч • Скамья гимнастическая
---	---

Бадминтон

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)				Контроль самостоятельной работы	Самостоятельная работа, в том числе контроль (час.)
		Лекции		Практическое занятия			
		всего в т.ч. практическая	всего в т.ч. практическая	всего в т.ч. практическая	всего в т.ч. практическая		
Вводное занятие Ознакомление с дисциплиной и правилами техники безопасности	2			2			

Раздел 1. Представление о правильном хвате ракетки, положении кисти Темы: Универсальная, для удара открытой и закрытой стороной ракетки	20			10			10
Раздел 2. Обучение игровым стойкам Темы: Стойки при подаче, при приеме, игровые; правосторонние, левосторонние; высокие, средние, низкие; атакующие, защитные, универсальные	44			20			24
Раздел 3. Обучение подачам Темы: Подачи открытой и закрытой стороной ракетки; высоко-далекая, высокая, атакующая, плоская, короткая	60			20			40
Раздел 4. Ознакомление со способами перемещения по площадке Темы: Перемещение по площадке вперед, назад, в сторону; простой, переменный, приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег	60			20			40
Раздел 5. Обучение ударам Темы: Удары фронтальные, нефронтальные; открытой и закрытой стороной ракетки; сверху, сбоку, снизу; высоко-далекий; высокий атакующий; атакующий («смеш», «полусмеш»); плоский; укороченный; сброс на сетке; подставка; подкрутка, в «противоход»	68			28			40
Раздел 6. Обучение правилам игры Темы: Правила перехода игроков, ведения счёта игры, местоположение на площадке при подаче	40			20			20
Контрольные занятия	4			4			
Индивидуальная подготовка к участию в соревнованиях и непосредственное участие в соревнованиях	30						30

ИТОГО	328		124		204
-------	-----	--	-----	--	-----

Программа дисциплины предполагает возможность повторного освоения, обеспечивая при этом совершенствование знаний и навыков по темам учебной программы.

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
Вводное занятия Ознакомление с дисциплиной и правилами техники безопасности	Практическое занятие	Технология учебного диалога Технология содержательного обобщения
Практическая часть	Практическое занятие (общая физическая подготовка – ОФП, специальная физическая подготовка – СФП, техническая подготовка, тактическая подготовка, интегральная подготовка)	Технология учебного диалога Игровые технологии Тренинг
Раздел 1. Представление о правильном хвате ракетки, положении кисти		
Раздел 2. Обучение игровым стойкам		
Раздел 3. Обучение подачам		
Раздел 4. Ознакомление со способами перемещения по площадке		
Раздел 5. Обучение ударам		
Раздел 6. Обучение правилам игры		

IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

1. Турманидзе В.Г. Обучение бадминтону на этапе начальной подготовки в общеобразовательных учреждениях для обучающихся с различным уровнем физического здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Турманидзе В.Г., Турманидзе А.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2013.— 192 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/24904.html>

2. Мавроматис В.Д. Применение бадминтона в оздоровительной физической культуре студентов строительных вузов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Мавроматис В.Д.— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012.— 60 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19029.html>

б) Дополнительная литература

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта бадминтон [Электронный ресурс]: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19 января 2018 г. №37/ — Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2019.— 26 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/87555.html>
2. Новые правила в бадминтоне и их влияние на модернизацию учебно-тренировочного процесса [Электронный ресурс]: методические указания для проведения учебных занятий/ — Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, 2009.— 25 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16027.html>

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

1. Kaspersky Endpoint Security

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

1. ОС Linux Ubuntu
2. Многофункциональный редактор ONLYOFFICE
3. Adobe Acrobat Reader DC
4. Google Chrome

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» www.znanium.com;
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/>;
3. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>;
4. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>;
5. ЭБС BOOK.ru <https://www.book.ru/>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp? ;
7. СПС КонсультантПлюс (в сети ТвГУ).

- 4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины
 Национальная федерация бадминтона России, <http://www.badm.ru/>
 Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО), <https://www.gto.ru>

V. Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал № 320 (170002, Тверская обл., г.Тверь, Садовый переулок, д.35)	Ракетки Воланы Сетка
--	----------------------------

Волейбол

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)	Самостоятельная работа (час.)
		Практические занятия	
1 курс (I,II семестр)			
I семестр			
Раздел I.Техническая подготовка волейболистов.			
Тема 1. Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места). Техника стоек, перемещений волейболиста в защите. Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом (бег), приставным шагом (бег). Выпады: вперед, в сторону. Остановки: скачком, шагом.	14	4	10

Тема 2. Техника передачи мяча двумя руками сверху, вперед (короткие, средние, длинные) стоя на месте. Техника нижних подач: прямая, боковая.	14	4	10
Тема 3. Техника приема снизу двумя руками, одной рукой (на месте, после перемещения).	14	4	10
Тема 4. Техника приема мяча сверху двумя руками после перемещения.	14	4	10
Тема 5. Техника верхней прямой подачи.	14	6	8
Тема 6. Техника прямого нападающего удара.	14	4	10
Тема 7. Техника одиночного блокирования.	14	4	10
<i>Раздел 3.Тактическая подготовка волейболистов.</i>			
Тема 8. Тактика нападения: индивидуальные действия; групповые взаимодействия. Функции игроков.	12	4	8
Тема 9.Индивидуальные тактические действия при выполнении вторых передач.	12	4	8
Тема 10.Тактика защиты: индивидуальные действия; групповые взаимодействия.	12	4	8

Тема 11. Индивидуальные тактические действия при приеме подач. Индивидуальные тактические действия при приеме нападающих ударов. Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	12	4	8
Тема 12. Групповые действия игроков в защите внутри линии и между линиями.	10	4	6
Контрольные занятия	8	8	
ИТОГО (1 курс):	164	62	102
2 курс (III, IV семестр)			
<i>Раздел 1. Техническая подготовка волейболистов.</i>			
Тема 1. Совершенствование техники стоек, перемещений волейболиста в нападении. Совершенствование техники стоек, перемещений волейболиста в защите.	14	6	8
Тема 2. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху вперед, над собой, назад стоя на месте, после перемещения.	14	6	8
Тема 3. Совершенствование техники приема снизу двумя руками, одной рукой (на месте, после перемещения).	14	6	8
Тема 4. Совершенствование техники приема мяча сверху двумя руками после перемещения.	14	4	10
Тема 5. Совершенствование техники верхней прямой подачи.	14	4	10

Тема 6. Совершенствование техники прямого нападающего удара.	14	4	10
Тема 7. Совершенствование техники одиночного блокирования.	14	4	10
<i>Раздел 2.Тактическая подготовка волейболистов.</i>			
Тема 8. Совершенствование тактики нападения: индивидуальные действия; групповые взаимодействия. Функции игроков.	12	4	8
Тема 9.Индивидуальные тактические действия при выполнении вторых передач.	12	4	8
Тема 10.Совершенствование тактики защиты: индивидуальные действия; групповые взаимодействия.	12	4	8
Тема 11. Индивидуальные тактические действия при приеме подач. Индивидуальные тактические действия при приеме нападающих ударов. Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	12	4	8
Тема 12.Групповые действия игроков в защите внутри линии и между линиями.	10	4	6
Контрольные занятия	8	8	
ИТОГО:	328	124	204

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем)	Вид занятия	Образовательные технологии
1 курс(I,II семестр)		
Раздел 1.Техническая подготовка волейболистов.		
Тема 1. Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места).	Практические занятия	Технологии: - личностно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие, - игровые, - информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки. Общепедагогические методы: - словесный - наглядный Методы развития физических качеств: - Равномерный метод - Повторный метод - Игровой метод Специфические методы: -методы строго регламентированного
Тема 2. Техника передачи мяча двумя руками сверху, вперед (короткие, средние, длинные) стоя на месте. Техника нижних подач: прямая, боковая.	Практические занятия	
Тема 3. Техника приема снизу двумя руками, одной рукой (на месте, после перемещения).	Практические занятия	
Тема 4. Техника приема мяча сверху двумя руками после перемещения.	Практические занятия	
Тема 5. Техника верхней прямой подачи.	Практические занятия	
Тема 6. Техника прямого нападающего удара.	Практические занятия	

Тема 7.Техника одиночного блокирования.	Практические занятия	упражнения
Раздел 3.Тактическая подготовка волейболистов.		
Тема 8. Тактика нападения: индивидуальные действия; групповые взаимодействия. Функции игроков.	Практические занятия	
Тема 9. Индивидуальные тактические действия при выполнении вторых передач.	Практические занятия	
Тема 10. Тактика защиты: индивидуальные действия; групповые взаимодействия.	Практические занятия	
Тема 11. Индивидуальные тактические действия при приеме подачи. Индивидуальные тактические действия при приеме нападающих ударов. Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	Практические занятия	
Тема 12. Групповые действия игроков в защите внутри линии и между линиями.	Практические занятия	

2 курс (III,IV семестр)		Технологии: - личноcтно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие, - игровые, - информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки. Общепедагогические методы: - словесный - наглядный Методы развития физических качеств: - Равномерный метод - Повторный метод - Игровой метод Специфические методы: -методы строго регламентированного упражнения
Раздел 1.Техническая подготовка волейболистов.		
Тема 1. Совершенствование техники стоек, перемещений волейболиста в нападении Совершенствование техники стоек, перемещений волейболиста в защите.	Практические занятия	Технологии: - личноcтно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие,

Тема 2. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху вперед, над собой, назад стоя на месте, после перемещения.	Практические занятия	- игровые, - информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки.
Тема 3. Совершенствование техники приема снизу двумя руками, одной рукой (на месте, после перемещения)	Практические занятия	Общепедагогические методы: - словесный - наглядный
Тема 4. Совершенствование техники приема мяча сверху двумя руками после перемещения.	Практические занятия	Методы развития физических качеств: - Равномерный метод - Повторный метод - Игровой метод
Тема 5. Совершенствование техники верхней прямой подачи.	Практические занятия	Специфические методы: -методы строго регламентированного упражнения
Тема 6. Совершенствование техники прямого нападающего удара.	Практические занятия	-
Тема 7. Совершенствование техники одиночного блокирования.	Практические занятия	
Раздел 2.Тактическая подготовка волейболистов.		
Тема 8. Совершенствование тактики нападения: индивидуальные действия; групповые взаимодействия. Функции игроков.	Практические занятия	Технологии: - личностно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие, - игровые,
Тема 9. Индивидуальные тактические действия при выполнении вторых передач.	Практические занятия	

Тема 10. Совершенствование тактики защиты: индивидуальные действия; групповые взаимодействия.	Практические занятия	- информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки.
Тема 11. Индивидуальные тактические действия при приеме подач. Индивидуальные тактические действия при приеме нападающих ударов. Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	Практические занятия	Общепедагогические методы: - словесный - наглядный Методы развития физических качеств: - Равномерный метод - Повторный метод - Игровой метод
Тема 12. Групповые действия игроков в защите внутри линии и между линиями.	Практические занятия	Специфические методы: -методы строго регламентированного упражнения

IV. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

- Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для всех направлений и профилей подготовки / Министерство образования и науки РФ, ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», Факультет физической культуры, Кафедра физического воспитания; составители: Т. И. Гужова, И. А. Титкова. - Тверь: Тверской государственный университет, 2019. — 129 с. — URL: <http://megapro.tversu.ru/megaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=4834671>

- Филиппова, Ю. С. Физическая культура учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 201 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1087952> – Режим доступа: по подписке.
- Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности): учебное пособие: [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 81 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1472-9. – Текст: электронный.
- Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для всех направлений и профилей подготовки / Твер. гос. ун-т, Фак. физ. культуры, Каф. физ. воспитания ; сост. : Т. И. Гужова, Н. А. Федорова, В. В. Клунко. - Тверь : Тверской государственный университет, 2019. – 39 с. – URL: <http://megapro.tversu.ru/megaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=4608391>

б) Дополнительная литература

- Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова [и др.] ; под ред. проф. Э. А. Арустамова. — 22-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2020. — 446 с. - ISBN 978-5-394-03703-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1091487> : 16.11.2020). – Режим доступа: по подписке.
- Орехова И.Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / Орехова И.Л.. — Челябинск : Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с. — ISBN 978-5-906908-76-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная

система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83862.html> . —

Режим доступа: для авторизир. пользователей

- Физическая культура: учебное пособие: в 2 частях: [16+] / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантьева, Н.С. Рыжова и др. — Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. — Ч. 2. — 91 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859> . — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-8353-2449-1. - 978-5-8353-2450-7 (Ч. 1). — Текст: электронный.

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав №1842 30.11.2020
- Microsoft office professional 2016 - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- IBM SPSS Statistics 25 - Акт приема-передачи по договору №20201222-1 от 28.12.2020 г.

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

- Google Chrome - бесплатно

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

• Информационно-справочные системы:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - Договор № 18-10/2019 от 25.11.2019 г. Срок действия — 03.08.2021 г. <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Юрайт» - Договор № 7-е от 23.04.2020 г. Срок действия — 03.08.2021 г. <https://urait.ru/>
- ЭБС «Лань» - Договор № 8-е от 23.04.2020 г. Срок действия — 03.08.2021 г. <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС ZNANIUM.COM - Договор № 10-е/эбс от 29.04.2020 г. Срок действия — 03.08.2021 г. <https://znanium.com/>
- ЭБС IPRbooks - Договор № 5826/19 от 17.12.2019 г. Срок действия — 03.08.2021 г. <http://www.iprbookshop.ru/>

- ЭБС BOOK.ru - Договор № 11-е от 13.05.2020 г. Срок действия – 14.05.2021 г.
<https://www.book.ru>
- Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
- Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>
- **Профессиональные базы данных:**
- База данных международных индексов научного цитирования Scopus
www.scopus.com (<http://library.tversu.ru/kratie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
- База данных международных индексов научного цитирования Web of Science
(<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
- Справочно-правовая система «Консультант Плюс» www.consultant.ru
(<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
- **Психологический навигатор** - психологический портал
<https://www.psynavigator.ru/>
- Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
- Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

<http://bibl.tikva.ru>

<http://www.rusmedserver.ru/>

<https://www.gto.ru/>

V. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

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:	60
текущий контроль	40
рейтинговый контроль	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.

VI. Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал № 320 (170002, Тверская обл., г. Тверь, Садовый переулок, д.35)	Мяч в/б Сетка в/б тренировочная
---	---

VII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения

Черлидинг

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)				Контроль	Самостоятельная работа, в том числе контроль
		Лекции		Практические занятия			
		всего	в т.ч. практическая	всего	в т.ч. практическая		
Вводное занятие Ознакомление с дисциплиной и правилами техники безопасности	2			2			
Раздел 1. Общая физическая подготовка Темы: 1.1 Гигиена спортивных занятий 1.2 Развитие гибкости 1.3 Развитие выносливости 1.4 Развитие быстроты 1.5 Развитие координации 1.6 Развитие силы	64			40			24
Раздел 2. Специальная подготовка 2.1 Силовые упражнения 2.2 Скоростно-силовые упражнения 2.3 Координационные упражнения 2.4 Танцевальные упражнения 2.5 Кричалки 2.6 Хореография 2.7 Акробатика 2.8 Пирамиды, станты	140			60			80
Раздел 3. Техническая подготовка 3.1 Кодекс чирлидера 3.2 Базовые движения чирлидинга 3.3 Базовые движения чир-дэнс 3.4 Базовые движения хореографии	60			10			50
Раздел 4. Диагностика 4.1 Тестирование	18			4			14
Раздел 5. Итоговое занятие 5.1 Отчетное выступление	20			4			16

Контрольные занятия	4			4			
Индивидуальная подготовка к участию в соревнованиях и непосредственное участие в соревнованиях	20						20
ИТОГО	328			124			204

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
Вводное занятия Ознакомление с дисциплиной и правилами техники безопасности	Практическое занятие	Технология учебного диалога Технология содержательного обобщения
Практическая часть	Практическое занятие (общая физическая подготовка – ОФП, специальная физическая подготовка – СФП, техническая подготовка, тактическая подготовка, интегральная подготовка)	Технология учебного диалога
Раздел 1. Общая физическая подготовка		Игровые технологии
Раздел 2. Специальная подготовка		
Раздел 3. Техническая подготовка		
Раздел 4. Диагностика		
Раздел 5. Итоговое занятие		Тренинг

IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

1. Вороненкова, Э. Ю. Основы подготовки чирлидеров. Э. Ю. Вороненкова, Т. В. Саушкина. - Москва: Спорт, 2020. - 72 с. - ISBN 978-5-907225-50-3. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1153737>

б) Дополнительная литература

2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта чир спорт [Электронный ресурс]: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 20 августа 2019 г. №671/ — Электрон. текстовые данные.— <https://minsport.gov.ru/2019/doc/Prikaz671-ot20082019.pdf>

3. Морель Ф. Хореография в спорте. М., 2001

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

1. Kaspersky Endpoint Security

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

1. ОС Linux Ubuntu

2. Многофункциональный редактор ONLYOFFICE

3. Adobe Acrobat Reader DC

4. Google Chrome

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» www.znanium.com;

2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/>;

3. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>;

4. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>;

5. ЭБС BOOк.ru <https://www.book.ru/>

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp?;

7. СПС КонсультантПлюс (в сети ТвГУ).

4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

- Союз Чир Спорт и Черлидинга России, www.cheerleading.ru

- Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО), <https://www.gto.ru>

V. Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал, оборудованный зеркалами (170002, Тверская обл., г.Тверь, Садовый переулок, д.35)	Музыкальный центр Гимнастические коврики Гимнастические маты
---	--

Футбол

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)	Самостоятельная работа (час.)
		Практические занятия	
1 курс (I,II семестр)			
I семестр			
Раздел 1. Общая физическая			

<i>подготовка</i>			
Тема 1. Общая физическая подготовка (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости) Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с предметами. Подвижные игры и эстафеты	26	10	16
<i>Раздел 2. Специальная физическая подготовка</i>			
Тема 2. Специальная физическая подготовка (развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, ловкости).	28	12	16
<i>Раздел 3. Техническая подготовка футболистов.</i>			
Тема 3. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча.	24	10	14
Тема 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	26	10	16
<i>Раздел 4. Тактическая подготовка футболистов.</i>			
Тема 5. Тактика нападения (Индивидуальные действия без мяча. Индивидуальные действия	26	6	20

с мячом. Групповые действия. Командные действия.)			
Тема 6. Тактика защиты (Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.)	26	6	20
Контрольные занятия	8	8	
ИТОГО (1 курс):	164	62	102
2 курс (III,IV семестр)			
<i>Раздел 1. Общая физическая подготовка</i>			
Тема 1. Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости) (Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с предметами. Подвижные игры и эстафеты.)	26	10	16
<i>Раздел 2.Специальная физическая подготовка</i>			
Тема 2. Развитие специальной быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, ловкости.	28	10	18
<i>Раздел 3. Техническая подготовка футболистов.</i>			
Тема 3. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча.	24	10	14
Тема 4. Обманные движения	26	10	16

(финты). Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.			
<i>Раздел 4. Тактическая подготовка футболистов.</i>			
Тема 5. Тактика нападения (Индивидуальные действия без мяча. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия. Командные действия.)	26	6	20
Тема 6. Тактика защиты (Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.)	26	8	18
Контрольные занятия	8	8	
ИТОГО (2 курс):	164	62	102
ИТОГО :	328	124	204

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
1 курс(I,II семестр)		
<i>Раздел I. Общая физическая подготовка</i>		

Тема 1. Общая физическая подготовка (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости) Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с предметами. Подвижные игры и эстафеты	Практические занятия	<i>Технологии:</i> - личностно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие, - информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки. <i>Общепедагогические методы:</i> - словесный; - наглядный <i>Методы развития физических качеств:</i> - Равномерный метод - Переменный метод - Повторный метод - Круговой метод Специфические методы: - методы строго регламентированного упражнения
<i>Раздел 2. Специальная физическая подготовка</i>		
Тема 2. Специальная физическая подготовка (развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, ловкости).	Практические занятия	
<i>Раздел 3. Техническая подготовка футболистов.</i>		
Тема 3. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча.	Практические занятия	
Тема 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	Практические занятия	
<i>Раздел 4. Тактическая подготовка футболистов.</i>		
Тема 5. Тактика нападения (Индивидуальные действия без мяча. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия. Командные действия.)	Практические занятия	

Тема 6. Тактика защиты (Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.)	Практические занятия	
2 курс(III,IV семестр)		
<i>Раздел 1. Общая физическая подготовка</i>		<i>Технологии:</i> - личностно-ориентированного подхода, - дифференцированного физкультурного образования, - здоровьесберегающие, - информационно-коммуникативные технологии, - технология поддержки. <i>Общепедагогические методы:</i> - словесный; - наглядный <i>Методы развития физических качеств:</i> - Равномерный метод - Переменный метод - Повторный метод - Круговой метод Специфические методы: - методы строго регламентированного упражнения
Тема 1. Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости) (Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с предметами. Подвижные игры и эстафеты.)	Практические занятия	
<i>Раздел 2. Специальная физическая подготовка</i>		
Тема 2. Развитие специальной быстроты, скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, ловкости.	Практические занятия	
<i>Раздел 3. Техническая подготовка футболистов.</i>		
Тема 3. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча.	Практические занятия	
Тема 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча.	Практические занятия	

Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	
<i>Раздел 4. Тактическая подготовка футболистов.</i>	Практические занятия
Тема 5. Тактика нападения (Индивидуальные действия без мяча. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия. Командные действия.)	Практические занятия
Тема 6. Тактика защиты (Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.)	Практические занятия

Тестовая технология: текущий и промежуточный контроль умений и навыков.

IV. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

- Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для всех направлений и профилей подготовки / Министерство образования и науки РФ, ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», Факультет физической культуры, Кафедра физического воспитания; составители: Т. И. Гужова, И. А. Титкова. - Тверь: Тверской государственный университет, 2019. — 129 с. — URL: <http://megapro.tversu.ru/megaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=4834671>
- Филиппова, Ю. С. Физическая культура учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 201 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1087952> – Режим доступа: по подписке.

- Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности): учебное пособие: [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 81 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1472-9. – Текст: электронный.
- Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для всех направлений и профилей подготовки / Твер. гос. ун-т, Фак. физ. культуры, Каф. физ. воспитания; сост.: Т. И. Гужова, Н. А. Федорова, В. В. Клунко. - Тверь: Тверской государственный университет, 2019. – 39 с. – URL: <http://megapro.tversu.ru/megaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=4608391>

б) Дополнительная литература

- Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова [и др.]; под ред. проф. Э. А. Арустамова. — 22-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К^о», 2020. — 446 с. - ISBN 978-5-394-03703-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1091487> : 16.11.2020). – Режим доступа: по подписке.
- Орехова И.Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / Орехова И.Л. — Челябинск: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с. — ISBN 978-5-906908-76-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83862.html> . — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- Физическая культура: учебное пособие: в 2 частях: [16+] / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантеева, Н.С. Рыжова и др. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. – Ч. 2. – 91 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859> .

– Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-2449-1. - 978-5-8353-2450-7 (Ч. 1). – Текст: электронный.

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав №1842 30.11.2020
- Microsoft office professional 2016 - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- IBM SPSS Statistics 25 - Акт приема-передачи по договору №20201222-1 от 28.12.2020 г.

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

- Google Chrome - бесплатно

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

• Информационно-справочные системы:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - Договор № 18-10/2019 от 25.11.2019 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Юрайт» - Договор № 7-е от 23.04.2020 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://urait.ru/>
- ЭБС «Лань» - Договор № 8-е от 23.04.2020 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС ZNANIUM.COM - Договор № 10-е/эбс от 29.04.2020 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <https://znanium.com/>
- ЭБС IPRbooks - Договор № 5826/19 от 17.12.2019 г. Срок действия – 03.08.2021 г. <http://www.iprbookshop.ru/>
- ЭБС BOOK.ru - Договор № 11-е от 13.05.2020 г. Срок действия – 14.05.2021 г. <https://www.book.ru>
- Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
- Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>

• Профессиональные базы данных:

- База данных международных индексов научного цитирования Scopus www.scopus.com (<http://library.tversu.ru/kratie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
- База данных международных индексов научного цитирования Web of Science (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
- Справочно-правовая система «Консультант Плюс» www.consultant.ru (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
- **Психологический навигатор** - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/>
- Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
- Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

<http://bibl.tikva.ru>

<http://www.rusmedserver.ru/>

<https://www.gto.ru/>

V. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

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:	60
текущий контроль	40
рейтинговый контроль	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.

VI. Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал № 320 (170002, Тверская обл., г.Тверь, Садовый переулок, д.35)	• Ворота футбольные для зала • Мяч ф/б
---	--

VII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения