

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 18.06.2026 16:42:07
Уникальный программный ключ:
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e995320af94f043ce2

УП:
04.03.01
Химия

**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: **04.03.01 Химия**

Направленность (профиль): **Экспертная и медицинская химия**

Квалификация: **Бакалавр**

Форма: **очная**

Семестр: **1,2,3,4**

Тверь, 2026

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	Образоват. технологии
	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	

1.1 0		Ср	1	8	
1.1 1	Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая).	Пр	1	4	
1.1 2		Пр	1	6	
1.1 3	Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне.	Пр	1	4	
1.1 4		Ср	1	8	
1.1 5	Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением основных технических приёмов игры.	Пр	2	6	
1.1 6		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	
2.1 0		Ср	2	0	
2.1 1	Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга.	Пр	2	6	
2.1 2		Ср	2	8	

2.1 3	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	
3.1 0		Ср	3	4	
3.1 1	Тема 6. Техника игры в защите. Защитная стойка (открытая и закрытая). Способы передвижения в защитной стойке. Опека нападающего игрока.	Пр	3	4	
3.1 2		Ср	3	8	
3.1 3	Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов, взаимодействие двух игроков при заслоне, «двойка», взаимодействие трёх игроков (скользящий заслон).	Пр	3	4	
3.1 4		Ср	3	4	
3.1 5	Тема 8. Игровые упражнения 1 × 1, 2 × 2, 3 × 3 с включением основных технических приёмов игры.	Пр	3	6	
3.1 6		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, противодействие розыгрышу мяча.	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. 1 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	

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И

ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

8.3. Требования к рейтинг-контролю

8.4. Фонд оценочных средств

8.5. Перечень видов оценочных средств

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

Рекомендуемая литература

Перечень программного обеспечения

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ