

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
 высшего образования
 «Кемеровский государственный медицинский университет»
 Министерство здравоохранения Российской Федерации
 (ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе и молодежной политике

 д.м.н., профессор Коськина Е.В.

« 30 » * 06 2022 г.



ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

Код, наименование направления:

06.03.01 «Биология»

Направленность (профиль):

Биомедицина

Квалификация выпускника:

бакалавр

Форма обучения:

очная;

Факультет:

медико-профилактический

Кафедра-разработчик рабочей программы:

физической культуры

Семестр	Трудоемкость		Л, ч.	ЛП, ч.	Практ. занятия, ч.	КПЗ, ч.	С, ч.	СРС, ч.	КР	Э, ч.	Форма промежуточного контроля (экзамен/ зачёт)
	зач. ед.	ч.									
I	-	54	-	-	36	-	-	18	-	-	-
II	-	54	-	-	38	-	-	16	-	-	-
III	-	66	-	-	54	-	-	12	-	-	-
IV	-	54	-	-	38	-	-	16	-	-	-
V	-	54	-	-	38	-	-	16	-	-	-
VI	-	46	-	-	24	-	-	22	-	-	зачёт
Итого:	-	328	-	-	228	-	-	100	-	-	зачёт

Рабочая программа элективной дисциплины «Физическая культура: игровые виды спорта» разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению (06.03.01.Биология), направленность (профиль) биомедицина, квалификация «бакалавр», утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 920 от «07» августа 2020 г. (рег. в Министерстве юстиции РФ № 59357 от 20.08.2020 г.).

Старший преподаватель
(наименование должности)

Евгений Александрович Мамаев
(имя, отчество, фамилия)

Рабочая программа рассмотрена и
одобрена на заседании кафедры
физической культуры

Протокол № 10 от 24.05.2022 г.

Рабочая программа рассмотрена и
рекомендована к утверждению на заседании
ФМК медико-профилактического факультета:

Протокол № 7 от 20.06.2022

Рабочая программа согласована:
Заведующий библиотекой:

Г.А. Фролова
(И.О. Фамилия)

[подпись] / 20.06.2022
(подпись) (дата)

Декан
факультета: медико-профилактического

Л.П. Почуева
(И.О. Фамилия)

[подпись] / 20.06.2022
(подпись) (дата)

Рабочая программа зарегистрирована в
учебно-методическом отделе
М.П. Дубовченко

Регистрационный номер: 1638

[подпись] / 21.06.2022
(подпись) (дата)

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целями освоения элективной дисциплины по физической культуре «Физическая культура: игровые виды спорта» состоит в повышении физической и умственной работоспособности студентов-бакалавров, формирование физической культуры личности, способности направленного использования специфических средств и методов спортивных игр для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовленности к будущей профессии.

Задачи дисциплины:

- укрепление здоровье студентов, совершенствование физических кондиций и умственной работоспособности, повышение психоэмоциональной устойчивости;

- формирование профессиональной физической культуры специалиста, мотивационно-ценностного отношения к физической культуре как неотъемлемому компоненту здорового образа жизни средствами, совершенствование двигательных навыков средствами спортивных игр;

- развитие и совершенствование физических качеств и функциональных возможностей обучающихся с помощью спортивных игр;

- освоение основных элементов техники и тактики спортивных игр.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Элективная дисциплина по физической культуре «Физическая культура: игровые виды спорта» относится к Б2. ЭД учебного плана.

Для изучения дисциплины необходимы знания и умения, формируемые предшествующими дисциплинами/практиками:

№ п/п	Наименование дисциплин(ы) / практик
1.	Безопасность жизнедеятельности
2.	Общая биология
3.	Педагогика и психология

Изучение дисциплины необходимо для получения знаний и умений, формируемых последующими дисциплинами/практиками:

№ п/п	Наименование дисциплин(ы) / практик
1.	Биохимия
2.	Физиология

В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие типы профессиональной деятельности:

1. Организационно-управленческий

2. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Универсальные компетенции

№ п/п	Наименование категории универсальных компетенций	Код универсальных компетенций	Содержание универсальных компетенций	Код, наименование индикаторов универсальных компетенций	Оценочные средства
1.	Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровье сбережение)	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки.	Текущий контроль: Контрольные тесты – вопр. 20 Темы рефератов – № 1-13.
				ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Промежуточная аттестация: Контрольные нормативы № 1-10

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоёмкость всего		Семестры					
	в зачетных единицах (ЗЕ)	в академических часах (ч)	Трудоёмкость по семестрам (ч)					
			I	II	III	IV	V	VI
Аудиторная работа , в том числе:	-	228	54	54	66	54	54	46
Лекции (Л)	-	-	-	-	-	-	-	-
Лабораторные практикумы (ЛП)	-	-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (ПЗ)	-	228	36	38	54	38	38	24
Клинические практические занятия (КПЗ)	-	-	-	-	-	-	-	-
Семинары (С)	-	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента (СР) , в том числе НИР	-	100	18	16	12	16	16	22
Промежуточная аттестация:	зачет (З)	-	-	-	-	-	-	-
	экзамен (Э)	-	-	-	-	-	-	-
Экзамен / зачёт	-	-	-	-	-	-	-	Зачёт
ИТОГО	-	328	54	54	66	54	54	46

Общая трудоёмкость модуля дисциплины составляет единицы 328 часов.

3.2. Учебно-тематический план дисциплины

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы					СРС
				Аудиторные часы					
				Л	ЛП	ПЗ	КПЗ	С	
1	Раздел 1. Волейбол	I	54	-	-	36			18
1.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	I	4	-	-	2			2
1.2.	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	I	4	-	-	2			2
1.3.	Тема 3. Техника верхней передачи мяча. Обучение.	I	4	-	-	2			2
1.4.	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	I	4	-	-	2			2
1.5.	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	I	4	-	-	2			2
1.6.	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	I	4	-	-	2			2
1.7.	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	I	4	-	-	2			2
1.8.	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	I	4	-	-	2			2
1.9.	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	I	4	-	-	2			2
1.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	I	2	-	-	2			-
1.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	I	2	-	-	2			-
1.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	I	2	-	-	2			-
1.13	Тема 13. Техника нижней передачи после перемещения. Совершенствование.	I	2	-	-	2			-
1.14	Тема 14. Техника приема мяча с подачи, нападающего удара.	I	2	-	-	2			-
1.15	Тема 15. Совершенствование технических приемов.	I	2	-	-	2			-

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы					СРС
				Аудиторные часы					
				Л	ЛП	ПЗ	КПЗ	С	
1.16	Тема 16. Игровая практика (двухсторонняя игра).	I	2	-	-	2	-	-	-
1.17	Тема 17. Игровая практика (двухсторонняя игра).	I	2	-	-	2	-	-	-
1.18	Тема 18. Игровая практика (двухсторонняя игра).	I	2	-	-	2	-	-	-
2.	Раздел 2. Баскетбол.	II	54	-	-	38	-	-	16
2.1.	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	II	4	-	-	2	-	-	2
2.2.	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	II	4	-	-	2	-	-	2
2.3.	Тема 3. Совершенствование передач в движении совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	II	4	-	-	2	-	-	2
2.4.	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	II	4	-	-	2	-	-	2
2.5.	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	II	4	-	-	2	-	-	2
2.6.	Тема 6. Обучение техники ведения мяча: - совершенство передач; - обучение броскам после ведения	II	4	-	-	2	-	-	2
2.7.	Тема 7. Обучение штрафным броскам.	II	4	-	-	2	-	-	2
2.8.	Тема 8. Совершенство штрафных бросков.	II	4	-	-	2	-	-	2
2.9.	Тема 9. Ведение мяча в движении с изменением направления и скорости, а также высоты отскока.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.10.	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетболе.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.11.	Тема 11. Совершенство бросков в движении.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.12.	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.13.	Тема 13. Совершенствование ведение мяча в баскетболе.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.14.	Тема 14. Обучение элементам игры в защите.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.15.	Тема 15. Совершенствование элементам игры в защите.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.16.	Тема 16. Обучение элементам техники нападения.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.17.	Тема 17. Обучение заслонам.	II	2	--	-	2	-	-	-
2.18.	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол.	II	2	-	-	2	-	-	-
2.19.	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	II	2	-	-	2	-	-	-
3	Раздел 3. Бадминтон.	III	66	-	-	54	-	-	12
3.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	III	4	-	-	2	-	-	2
3.2.	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	III	4	-	-	2	-	-	2
3.3.	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	III	4	-	-	2	-	-	2
3.4.	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	III	4	-	-	2	-	-	2
3.5.	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	III	4	-	-	2	-	-	2
3.6.	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	III	4	-	-	2	-	-	2

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы					СРС
				Аудиторные часы					
				Л	ЛП	ПЗ	КПЗ	С	
3.7.	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	III	2	-	-	2	-	-	-
3.8.	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.9.	Тема 9. Определение физической подготовленности.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.10.	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	III	2	-	-	2	-	-	-
3.11.	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма волана «стрелой».	III	2	-	-	2	-	-	-
3.12.	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	III	2	-	-	2	-	-	-
3.13.	Тема 13. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	III	2	-	-	2	-	-	-
3.14.	Тема 14. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	III	2	-	-	2	-	-	-
3.15.	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.16.	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	III	2	-	-	2	-	-	-
3.17.	Тема 17. Определение физической подготовленности.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.18.	Тема 18. Сдача контрольных нормативов	III	2	-	-	2	-	-	-
3.19.	Тема 19. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.20.	Тема 20. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.21.	Тема 21. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.22.	Тема 22. Техника перемещения игроков на площадке	III	2	-	-	2	-	-	-
3.23.	Тема 23. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.24.	Тема 24. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.25.	Тема 25. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	III	2	-	-	2	-	-	-
3.26.	Тема 26. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	III	2	-	-	2	-	-	-
3.27.	Тема 27. Определение физической подготовленности.	III	2	-	-	2	-	-	-
4	Раздел 4. Настольный теннис.	IV	54	-	-	38	-	-	16
4.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в настольный теннис.	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.2.	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.3.	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.4.	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.5.	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.6.	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	IV	4	-	-	2	-	-	2

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы					СРС
				Аудиторные часы					
				Л	ЛП	ПЗ	КПЗ	С	
4.7.	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.8.	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	IV	4	-	-	2	-	-	2
4.9.	Тема 9. Определение физической подготовленности.	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.10.	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.11.	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарика.	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.12.	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара.	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.13.	Тема 13. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.14.	Тема 14. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.15.	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов теннисного шарика вдоль сетки.	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.16.	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.17.	Тема 17. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.18.	Тема 18. Определение физической подготовленности.	IV	2	-	-	2	-	-	-
4.19.	Тема 19. Сдача контрольных нормативов	IV	2	-	-	2	-	-	-
5	Раздел 5. Баскетбол.	V	54	-	-	38	-	-	16
5.1.	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	V	4	-	-	2	-	-	2
5.2.	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	V	4	-	-	2	-	-	2
5.3.	Тема 3. Совершенствование передач в движении совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	V	4	-	-	2	-	-	2
5.4.	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	V	4	-	-	2	-	-	2
5.5.	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	V	4	-	-	2	-	-	2
5.6.	Тема 6. Обучение техники ведения мяча: - совершенство передач; - обучение броскам после ведения	V	4	-	-	2	-	-	2
5.7.	Тема 7. Обучение штрафным броскам.	V	4	-	-	2	-	-	2
5.8.	Тема 8. Совершенство штрафных бросков.	V	4	-	-	2	-	-	2
5.9.	Тема 9. Ведение мяча в движении с изменением направления и скорости, а также высоты отскока.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.10.	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетболе.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.11.	Тема 11. Совершенство бросков в движении.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.12.	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.13.	Тема 13. Совершенствование ведение мяча в баскетболе.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.14.	Тема 14. Обучение элементам игры в защите.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.15.	Тема 15. Совершенствование элементам игры в защите.	V	2	-	-	2	-	-	-

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы					СРС
				Аудиторные часы					
				Л	ЛП	ПЗ	КПЗ	С	
5.16.	Тема 16. Обучение элементам техники нападения.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.17.	Тема 17. Обучение заслонам.	V	2	--	-	2	-	-	-
5.18.	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол.	V	2	-	-	2	-	-	-
5.19.	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	V	2	-	-	2	-	-	-
6	Раздел 6. Волейбол	VI	46	-	-	24			22
6.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	VI	4	-	-	2			2
6.2.	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	VI	4	-	-	2			2
6.3.	Тема 3. Техника верхней передачи мяча. Обучение.	VI	4	-	-	2			2
6.4.	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	VI	4	-	-	2			2
6.5.	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	VI	4	-	-	2			2
6.6.	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	VI	4	-	-	2			2
6.7.	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	VI	4	-	-	2			2
6.8.	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	VI	4	-	-	2			2
6.9.	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	VI	4	-	-	2			2
6.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	VI	4	-	-	2			2
6.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	VI	4	-	-	2			2
6.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	VI	2	-	-	2			-
	Зачёт	VI	-	-	-	-	-	-	-
	Всего	I-VI	328			228			100

3.3. Практические занятия

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1	Раздел 1. Волейбол		36	I	х	х	х
1.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Техника безопасности на занятиях.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
1.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Стойки игроков на площадке по зонам Упражнения с мячами	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1
1.3	Тема 3. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Совершенствование техники передачи мяча сверху назад через голову; разучить технику приема мяча двумя руками снизу, отскочившего от нижнего края сетки	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2 Контрольные нормативы № 1
1.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Совершенствование техники нижней передачи мяча после подачи	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Приём мяча с подачи. стойка Техника подачи	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
1.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствован ие.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу. Техника нижней боковой подачи	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
1.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствован ие.	Техника передачи на нападающий удар. Тактика первых и вторых передач. Стойка игрока	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,
1.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Техника приём мяча после прямой планирующей подачи, стойка игрока	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
1.9	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Групповые тактические действия в защите; закрепление приема мяча одной рукой снизу в падении	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 4 Контрольные нормативы № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
		перекатом на спину; развитие выносливости к игровым действиям			социальной и профессиональной деятельности.		
1.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	Групповые тактические действия в нападении; закрепление приема мяча одной рукой снизу в падении перекатом на спину; развитие выносливости к игровым действиям	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
1.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
1.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	Техника верхней передачи после перемещения, нижней прямой нацеленной подачи.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
1.13	Тема 13. Техника нижней передачи после перемещения. Совершенствование.	Техника нижней передачи после перемещения, нижней прямой силовой подачи. Тактика первых и вторых передач	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1.14	Тема 14. Техника приема мяча с подачи, нападающего удара.	Развитие прыгучести и прыжковой выносливости; закрепление технике прямого нападающего удара	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
1.15	Тема 15. Совершенствование технических приемов.	Техника нападающего удара, верхней силовой прямой планирующей подач. Тактика игры	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
1.16	Тема 16. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Учебная игра 6 на 6, игра с заданиями	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
1.17	Тема 17. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Учебная игра 6 на 6, игра с заданиями	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 1
1.18	Тема 18. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Учебная игра 6 на 6, игра с заданиями	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					социальной и профессиональной деятельности.		
2	Раздел 2. Баскетбол/стритбол		38	II	х	х	х
2.1	Тема 1 Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
2.2	Тема 2 Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	Стойка игрока, перемещение, техника ловли и ведения мяча	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1
2.3	Тема 3. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	Техника передач мяча, отскок мяча от щита, и броском мяча с места и в движении	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2 Контрольные нормативы № 1
2.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча,	Техника игры в защите, техника защиты, передвижения, овладения мячом и	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	передвижение с мячом	противодействия			социальной и профессиональной деятельности.		
2.5	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	Совершенство техники броска по корзине и ловли отскока мяча от щита	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 4
2.6	Тема 6. Обучение техники ведения мяча. - совершенство передач - Обучение броскам после ведения	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча и броски после него	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
2.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Обучение техники штрафных бросков	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,
2.8	Техника 8. Совершенство штрафных бросков	Совершенствование технике техники штрафных бросков	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.9	Тема 9. Ведение мяча в движении с изменением направления и скорости, а также высоты отскока.	Обучению ведения мяча с разными темпами и высотой отскока	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 4 Контрольные нормативы № 5
2.10	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно – тренировочная игра	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
2.11	Тема 11. Совершенство бросков в движении	Совершенство бросков в движении	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
2.12	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
2.13	Тема 13. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					социальной и профессиональной деятельности.		
2.14	Тема 14 Обучение элементам игры в защите	Тактика личной защиты.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
2.15	Тема 15. Совершенствование элементов игры в защите	Совершенствование элементов игры в защите	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
2.16	Тема 16. Обучение элементам техники нападения	Обучение элементам техники нападения	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
2.17	Тема 17. Обучение заслонам	Обучение элементам техники постановки заслонов	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.18	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно-тренировочная игра	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
2.19	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
3.	Раздел 3. Бадминтон		54	III	x	x	x
3.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
3.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
3.3	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3
3.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Техника перемещения игроков на площадке	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 4
3.5	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
3.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,
3.7	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	удара				социальной и профессиональной деятельности.		
3.8	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
3.9	Тема 9. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
3.10	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
3.11	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма волана «стрелой».	Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма волана «стрелой».	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
3.12	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
3.13	Тема 13. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
3.14	Тема 14. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
3.15	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
3.16	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	практика в парных играх	играх			социальной и профессиональной деятельности.		
3.17	Тема 17. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
3.18	Тема 18. Сдача контрольных нормативов	Приём контрольных нормативов пройденного размера	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
3.19	Тема 19. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
3.20	Тема 20. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
3.21	Тема 21. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3
3.22	Тема 22. Техника перемещения игроков на площадке	Техника перемещения игроков на площадке	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 4
3.23	Тема 23. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
3.24	Тема 24. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,
3.25	Тема 25. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	удара				социальной и профессиональной деятельности.		
3.26	Тема 26. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
3.27	Тема 27. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
4.	Раздел 4. Настольный теннис		38	IV	x	x	x
4.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Настольный теннис. Правила игры в Настольный теннис.	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Настольный теннис. Правила игры в Настольный теннис.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
4.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с	Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	парах.			деятельности.		
4.3	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3
4.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Техника перемещения игроков на площадке	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 4
4.5	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
4.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
4.7	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
4.8	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
4.9	Тема 9. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
4.10	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
4.11	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки	Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарика	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	и приёма теннисного шарика				социальной и профессиональной деятельности.		
4.12	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара.	Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
4.13	Тема 13. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика. «с набрасывания».	Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика. «с набрасывания».	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
4.14	Тема 14. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика.	Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
4.15	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов теннисного шарика вдоль сетки.	Техника ударов снизу, переводов теннисного шарика вдоль сетки.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					деятельности.		
4.16	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 1
4.17	Тема 17. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 1
4.18	Тема 18. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
4.19	Тема 19. Сдача контрольных нормативов	Приём контрольных нормативов пройденного размера	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
5	Раздел 5. Баскетбол/стритбол		38	V	x	x	x
5.1	Тема 1 Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
5.2	Тема 2 Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	Стойка игрока, перемещение, техника ловли и ведения мяча	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1
5.3	Тема 3. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	Техника передач мяча, отскок мяча от щита, и броском мяча с места и в движении	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2 Контрольные нормативы № 1
5.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Техника игры в защите, техника защиты, передвижения, овладения мячом и противодействия	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
5.5	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	Совершенство техники броска по корзине и ловли отскока мяча от щита	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 4
5.6	Тема 6. Обучение техники ведения мяча. - совершенство передач - Обучение броскам после ведения	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча и броски после него	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
5.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Обучение техники штрафных бросков	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,
5.8	Техника 8. Совершенство штрафных бросков	Совершенствование технике техники штрафных бросков	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
5.9	Тема 9. Ведение мяча в движении с изменением направления и скорости, а также высоты отскока.	Обучению ведения мяча с разными темпами и высотой отскока	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 4 Контрольные нормативы № 5
5.10	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно – тренировочная игра	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
5.11	Тема 11. Совершенство бросков в движении	Совершенство бросков в движении	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
5.12	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
5.13	Тема 13. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					социальной и профессиональной деятельности.		
5.14	Тема 14 Обучение элементам игры в защите	Тактика личной защиты.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
5.15	Тема 15. Совершенствование элементов игры в защите	Совершенствование элементов игры в защите	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
2.16	Тема 16. Обучение элементам техники нападения	Обучение элементам техники нападения	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 1
5.17	Тема 17. Обучение заслонам	Обучение элементам техники постановки заслонов	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
5.18	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно тренировочная игра	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
5.19	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
6	Раздел 6. Волейбол		24	VI	x	x	x
6.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Техника безопасности на занятиях.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3, 4 Контрольные нормативы № 1-10
6.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Стойки игроков на площадке по зонам Упражнения с мячами	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 3 Контрольные нормативы № 1
6.3	Тема 3. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Совершенствование техники передачи мяча сверху назад через голову; разучить	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2 Контрольные нормативы

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
		технику приема мяча двумя руками снизу, отскочившего от нижнего края сетки			обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		№ 1
6.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Совершенствование техники нижней передачи мяча после подачи	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1 Контрольные нормативы № 2, 3
6.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Приём мяча с подачи. стойка Техника подачи	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
6.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствован ие.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу. Техника нижней боковой подачи	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 3 Контрольные нормативы № 2, 3, 4, 5
6.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствован ие.	Техника передачи на нападающий удар. Тактика первых и вторых передач. Стойка игрока	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 2, 3,

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
6.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Техника приём мяча после прямой планирующей подачи, стойка игрока	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Контрольные нормативы № 1, 2, 3, 4
6.9	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Групповые тактические действия в защите; закрепление приема мяча одной рукой снизу в падении перекатом на спину; развитие выносливости к игровым действиям	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 2, 4 Контрольные нормативы № 5
6.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствован ие.	Групповые тактические действия в нападении; закрепление приема мяча одной рукой снизу в падении перекатом на спину; развитие выносливости к игровым действиям	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
6.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы № 5
6.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения.	Техника верхней передачи после перемещения, нижней прямой нацеленной	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Тесты № 1, 2, 3, 4 Контрольные нормативы

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	Обучение.	подачи.			обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		№ 5
Всего часов			228	I-VI	х	х	х

3.4. Самостоятельная работа

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1	Раздел 1. Волейбол		18	I	х	х	х
1.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование, подготовка к тестированию.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
1.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование, подготовка к тестированию.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
1.3	Тема 3. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
1.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
1.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствован ие.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
1.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствован ие.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
1.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы,	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
		реферирование.			социальной и профессиональной деятельности.		
1.9	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	I	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
2.	Раздел 2. Баскетбол		16	II	x	x	x
2.1	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
2.2	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
2.3	Тема 3. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы,	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	щита, совершенствовани е бросков с места в движении	реферирование.			профессиональной деятельности.		
2.4	Тема 4. Совершенствован ие техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
2.5	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
2.6	Тема 6. Обучение техники ведения мяча. - совершенство передач - обучение броскам после ведения	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
2.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.8	Тема 8. Совершенство штрафных бросков	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	II	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
3.	Раздел 3. Бадминтон		12	III	х	х	х
3.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
3.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
3.3	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
3.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
3.5	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
3.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	III	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
4.	Раздел 4. Настольный теннис		16	IV	х	х	х
4.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Настольный теннис. Правила игры в Настольный теннис.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
4.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
4.3	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
4.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
4.5	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
4.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
4.7	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
4.8	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	IV	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
5.	Раздел 5. Баскетбол		16	V	x	x	x
5.1	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
5.2	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
5.3	Тема 3. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
5.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
5.5	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
5.6	Тема 6. Обучение техники ведения мяча. - совершенство передач - обучение броскам после ведения	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
5.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
5.8	Тема 8. Совершенство штрафных бросков	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	V	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
6	Раздел 6. Волейбол		22	VI	х	х	х
6.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование, подготовка к тестированию.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
6.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование, подготовка к тестированию.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
6.3	Тема 3. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
6.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
6.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
6.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствован	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы,	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
	ие.	реферирование.			социальной и профессиональной деятельности.		
6.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствован ие.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7
6.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
6.9	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 4
6.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование, подготовка к тестированию.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 2, 7

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Индикаторы компетенций	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
6.11	Тема 11. Техники верхней передачи меча. Обучение.	Поиск материала по INTERNET, анализ информации из дополнительной литературы, реферирование.	2	VI	УК – 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 ук-7 Владеть методами физической подготовки. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Написание рефератов Тема 7
Всего часов			100	I-VI	x	x	x

4. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

4.1. Виды образовательных технологий

1. Практические занятия.

2. Работа с дополнительной литературой на электронных носителях.

Практические занятия проводятся на кафедре в гимнастическом зале, тренажёрном зале, в легкоатлетическом манеже. На практическом занятии обучающийся может получить информацию из архива кафедры, записанную на электронном носителе (или ссылку на литературу) и использовать ее для самостоятельной работы. Каждый обучающийся обеспечивается доступом к библиотечным фондам ВУЗа и доступом к сети Интернет (через библиотеку). Визуализированные и обычные тестовые задания в виде файла в формате MS Word, выдаются преподавателем для самоконтроля и самостоятельной подготовки обучающегося к занятию.

4.2. Занятия, проводимы в интерактивной форме

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, фактически составляет 2,43 % от аудиторных занятий, т.е. 8 часов.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Методы интерактивного обучения	Кол-во час
1.	Раздел 1. Волейбол Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	Практическое занятие	2	Метод «тренингового круга», направленный на моделирование ситуаций с использованием знаний техники работы с мячом в волейболе.	2
2.	Раздел 2. Баскетбол Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой.	Практическое занятие	2	Метод «круговой тренировки», направленный на моделирование ситуаций с использованием знаний техники дриблинга, бросков мяча по корзине, набивания теннисного шарика правой/левой рукой.	2
3	Раздел 3. Бадминтон Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	Практическое занятие	2	Эвристический диалог «мозгового штурма» по обмену знаниями основных технических приемов в бадминтоне. Обмен опытом выполнения различных упражнений с воланом (индивидуально и в парах) с экспертной оценкой тренера-преподавателя.	2
4	Раздел 4. Настольный теннис Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарик.	Практическое занятие	2	Метод «групповое оценивание игры с разными спарринг-партнерами». Экспертная оценка техники выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарик спарринг-партнером.	2
	ВСЕГО ЧАСОВ:		8		8

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Контрольно-диагностические материалы.

Пояснительная записка по процедуре проведения итоговой формы контроля, отражающая все требования, предъявляемые к студенту.

Итоговый контроль по дисциплине проводится в форме зачёта согласно документу СМК-ОС-03-ПД-00.02-2020 «Положение о системе контроля качества обучения». Тестирование и сдача контрольных нормативов.

5.1.1. Тестовые задания текущего контроля

1) СПОРТ ЭТО:

а) диета, упражнения, правильное дыхание;

б) физические упражнения и тренировки;

в) диета, упражнения, правильное дыхание. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.

Ответ: в

2) В СПОРТЕ ВЫДЕЛЯЮТ:

- а) инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений;
- б) олимпийский, дворовый, любительский;
- в) любительский, профессиональный, массовый.

Ответ: а

5.1.2. Контрольно-зачётные нормативы промежуточного контроля

Вид упражнений	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
МУЖЧИНЫ					
1. Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз в 1 минуту)	13	10	9	7	5
2. Бег на 100 м (с)	13,5	14,2	15,1	15,6	16,1
3. Бег на 3 км (мин, с)	12,30	13,30	14,00	14,30	15,00
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	240	230	215	205	195
5. Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	23,30	28,00	26,30	27,30	28,30
6. Штрафные броски из 10	5	4	3	-	-
7. Выполнение 2-х шаговых бросков	5	4	-	-	-
ЖЕНЩИНЫ					
1. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 минуту)	47	40	34	28	22
2. Бег на 100 м (с)	16,5	17,0	17,5	18,0	18,5
3. Бег на 2 км (мин, с)	10,30	11,30	11,35	12,15	12,35
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	180	170	160	150
5. Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	18,00	19,30	20,20	21,30	23,00
6. Штрафные броски из 10	5	4	3	-	-
7. Выполнение 2-х шаговых бросков	5	4	-	-	-

5.1.3. Список тем рефератов (в полном объёме)

1. Современные понятия о физической культуре и спорте, ценности физической культуры, физическое совершенствование, физическое воспитание и развитие.
2. Физическая и функциональная подготовленность двигательной активности, развитие жизненно-важных, необходимых умений и навыков.
3. Олимпийское движение «Зимние и летние игры» - содержание и итог.
4. Основы техники передвижения на лыжах: а) попеременный душажный ход, б) одновременный ход.
5. Коньковый ход и его разновидности: техника, тактика и прогнозирование.
6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Тренировочные занятия в связи с заболеваниями.
7. Слагаемые здорового образа жизни – двигательная активность, содержание, примерный комплекс.
8. Основы здорового образа жизни, рациональное питание, психогигиенические факторы, содержание индивидуальных планов для совершенствования.
9. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или системы физических упражнений.
10. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями. Врачебный контроль.
11. ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка) содержание.
12. ПФП (профессионально физическая подготовка) в связи с заболеваниями.
13. Двигательные режимы: реабилитационный, тренировочный, ОФП, поддержка спортивного долголетия.

5.2. Критерии оценки по дисциплине

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в РС	Оценка итоговая
Академическая нагрузка выполнена в полном объеме, посещены все практические занятия по дисциплине. На занятиях студент выполнял гигиенические и дисциплинарные требования: посещал занятие в спортивной одежде и спортивной (сменной) обуви, выполнял разминку, общеразвивающие и специальные упражнения под руководством преподавателя. Владеет техникой выполнения контрольных упражнений. Выполнил все контрольные упражнения с результатом «отлично» и выше, чем «отлично». Владеет теоретическими основами техники выполнения упражнений, знает принципы физической культуры и спорта.	A -B	100-91	5
Академическая нагрузка выполнена в объеме 92%, посещены все практические занятия по дисциплине. На занятиях студент выполнял гигиенические и дисциплинарные требования: посещал занятие в спортивной одежде и спортивной (сменной) обуви, выполнял разминку, общеразвивающие и специальные упражнения под руководством преподавателя. Владеет техникой выполнения контрольных упражнений. Выполнил все контрольные упражнения с результатом «хорошо». Владеет теоретическими основами техники выполнения упражнений, знает принципы физической культуры и спорта. При выполнении контрольных упражнений допускает неточности, исправление которых при помощи преподавателя позволяет студенту добиться более высокого результата в выполнении упражнения.	C-D	90-81	4
Академическая нагрузка выполнена не в полном объеме, посещены не все практические занятия по дисциплине. На занятиях студент выполняет гигиенические и дисциплинарные требования частично. Техникой выполнения упражнений владеет не в полной мере. Владеет техникой выполнения контрольных упражнений. Выполнил все контрольные упражнения с результатом «удовлетворительно». Слабо владеет теоретическими основами техники выполнения упражнений, поверхностно знает принципы физической культуры и спорта. Отработка пропусков занятий по дисциплине по причине болезни осуществлена практически или путем выполнения реферативных работ (по согласованию с преподавателем).	E	80-71	3
Академическая нагрузка не выполнена в полном объеме. На занятиях студент не выполнял гигиенические и дисциплинарные требования. Слабо владеет техникой выполнения контрольных упражнений. Не выполнил контрольные нормативы, не осваивал технику выполнения	Fx- F	< 70	2 Требуется передача/ повторное изучение материала

Баллы	100-91	90-81	80-71	<70
Шкала оценивания	«зачёт»			«не зачёт»

5.3. Оценочные средства, рекомендуемые для включения в фонд оценочных средств итоговой государственной аттестации (ГИА)

Осваиваемые компетенции (индекс компетенции)	Тестовое задание	Ответ на тестовое задание
УК - 7	СПОРТ ЭТО: а) диета, упражнения, правильное дыхание; б) физические упражнения и тренировки; в) диета, упражнения, правильное дыхание. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.	в)
УК - 7	В СПОРТЕ ВЫДЕЛЯЮТ: а) инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений; б) олимпийский, дворовый, любительский; в) любительский, профессиональный, массовый.	а)

6. ИНФОРМАЦИОННОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Информационное обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование и краткая характеристика библиотечно-информационных ресурсов и средств обеспечения образовательного процесса, в том числе электронно-библиотечных систем (ЭБС) и электронных образовательных ресурсов (электронных изданий и информационных баз данных)	Количество экземпляров, точек доступа
	ЭБС:	
1.	Образовательный ресурс «Консультант студента» (ЭБС): сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, 2013. – URL: http://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст: электронный.	по контракту № 38ЭА21Б, срок оказания услуг 01.01.2022 - 31.12.2022
2.	«Консультант врача. Электронная медицинская библиотека»: сайт / ООО «ВШОУЗ-КМК». – Москва, 2004. – URL: http://www.rosmedlib.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст: электронный.	по контракту № 39ЭА21Б срок оказания услуги 01.01.2022 - 31.12.2022
3.	База данных «Электронная библиотечная система «Медицинская библиотека «MEDLIB.RU» (ЭБС «MEDLIB.RU»): сайт / ООО «Медицинское информационное агентство». – Москва, 2016 - 2031. – URL: https://www.medlib.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст: электронный.	по контракту № 1212Б21, срок оказания услуги 01.01.2022– 31.12.2022
4.	Коллекция электронных книг «Электронно-библиотечная система» «СпецЛит» для вузов. – СПб., 2017. – URL: https://speclit.profy-lib.ru . – Режим доступа: для авторизованных пользователей. – Текст: электронный.	по контракту № 1611Б21, срок оказания услуги 01.01.2022 - 31.12.2022
5.	База данных «Электронная библиотечная система «Букап»: сайт / ООО «Букап». – Томск, 2012. – URL: http://www.books-up.ru . –	по сублицензионному

	Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст: электронный.	контракту № 1212Б21, срок оказания услуги 01.01.2022 - 31.12.2022
6.	«Электронные издания» - Электронные версии печатных изданий / ООО «Лаборатория знаний». – Москва, 2015. - URL: https://moodle.kemsma.ru/ . – Режим доступа: по логину и паролю. - Текст: электронный.	по лицензионному контракту №1112Б21 01.01.2022 - 31.12.2022
7.	База данных «Электронно-библиотечная система ЛАНЬ»: сайт / ООО «Издательство ЛАНЬ». - СПб., 2017. - URL: http://www.e.lanbook.com . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст: электронный.	по лицензионному контракту № 2912Б21, срок оказания услуги 31.12.2021– 30.12.2022
8.	«Образовательная платформа ЮРАЙТ»: сайт /ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - Москва, 2013. - URL: http://www.biblio-online.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст: электронный.	по лицензионному контракту № 1411Б21, срок оказания услуги 25.11.2021 – 31.12.2022
9.	Информационно-справочная система «КОДЕКС» с базой данных № 89781 «Медицина и здравоохранение»: сайт / ООО «ГК «Кодекс». - СПб., 2016. - URL: http://kod.kodeks.ru/docs/ . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину YCVCC01 и паролю p32696. - Текст: электронный.	по контракту № 0512Б21, срок оказания услуги 01.01.2022 – 31.12.2022
10.	Справочная Правовая Система КонсультантПлюс : сайт / ООО «Компания ЛАД-ДВА». - Москва, 1991. - URL: http://www.consultant.ru . - Режим доступа: лицензионный доступ по локальной сети университета. - Текст: электронный.	по контракту № 3112Б21, срок оказания услуги 01.01.22 – 31.12.22
11.	Электронная библиотека КемГМУ (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 от 06.09.2017 г.). - Кемерово, 2017. - URL: http://www.moodle.kemsma.ru . – Режим доступа: по логину и паролю. - Текст: электронный.	Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006, срок оказания услуги неограниченный

6.2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы	Шифр научной библиотеки КемГМУ	Число экз. в библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся	Число обучающихся на данном потоке
	Основная литература			
2	Кизько, А. П. Физическая культура. Теоретический курс: учебное пособие / Кизько А. П. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа:			25

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы	Шифр научной библиотеки КемГМУ	Число экз. в библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся	Число обучающихся на данном потоке
	по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный			
3	Письменный, И. А. Физическая культура :учебник для бакалавриата и специалитета / И. А. Письменный, Ю. Н. Аллянов. - Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 493 // Образовательная платформа Юрайт. - URL: https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст : электронный..			25
	Дополнительная литература			
1	Гречанов, П. Б. Физическая культура. Плавание способом брасс: учебное пособие / Гречанов П. Б. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.			25
2	Зайцева, Г. А. Физическая культура - минимум к зачету: учеб. -метод. пособие / Г. А. Зайцева // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.			25
3	Кизько, А. П. Физическая культура: лыжные гонки: учебное пособие / Кизько А. П. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.			25
4	Лифанов, А. Д. Физическая культура и спорт как основа здорового образа жизни студента: учебно-методическое пособие / Лифанов А. Д., Гейко Г. Д., Хайруллин А. Г. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.			25

6.3. Методические разработки кафедры

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы	Шифр научной библиотеки КемГМУ	Число экз. в научной библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся	Число обучающихся на данном потоке

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Адрес	Наименование оборудованных учебных кабинетов	Оснащенность оборудованных учебных кабинетов
Назарова, 1, корпус 1	<p>Гимнастический зал</p> <p>Тренажёрный зал</p> <p>Спортивный/игровой зал</p>	<p>Теннисные столы, теннисные ракетки, шарики, гимнастические скамейки, набивные мячи, обручи, гантели, скакалки, гимнастические палки, гимнастические коврики, 3 комплекта дартс, жимфлексоры, настенные тренажёры.</p> <p>Мешок боксерский 80 кг, штанга, перекладина, гири, брусья, шведская стенка; рукоход, гимнастическая скамья для пресса, скамья Скотта, стойки для жима лежа, гантели.</p> <p>Баскетбольные щиты с кольцами (8), мячи баскетбольные, волейбольная сетка, волейбольные стойки, волейбольные мячи, гандбольные ворота, гандбольные мячи, стойки для бадминтона, сетка для бадминтона, бадминтонные ракетки, воланы, гимнастический канат.</p>
Ворошилова, 22 «А»	<p>Фитнес зал</p> <p>Тренажёрный зал</p> <p>Лыжная база</p> <p>Комната самостоятельной подготовки для</p>	<p>Гимнастические коврики, степы, бодибары, гантели, музыкальный центр.</p> <p>Многофункциональный тренажёр, велотренажёры Штанги, перекладина, гири, брусья, гимнастическая скамья для пресса, скамья Скотта, стойки для жима лежа, гантели.</p> <p>Лыжное хранилище: лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки). Шахматные столы, доски, шахматные часы, полка для кубков и грамот.</p> <p>Компьютер и ноутбук с выходом в сеть «Интернет», наборы мультимедийных презентаций, на печатной основе: тестовые задания текущего контроля, учебные материалы (учебники, учебные пособия, учебно-методические пособия, раздаточные дидактические материалы (учебные таблицы).</p>

Программное обеспечение:

Windows 7 Professional

Windows 8.1 Professional

Microsoft Office 10 Standart

Microsoft Office 13 Standart

Linux лицензия GNU GPL

Лист изменений и дополнений РП

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины
Физическая культура: игровые виды
На 2023- 2024 учебный год.

Перечень дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу
--

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

- | |
|---------------|
| 1. ЭБС 2023 г |
|---------------|

Информационное обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование и краткая характеристика библиотечно-информационных ресурсов и средств обеспечения образовательного процесса, в том числе электронно-библиотечных систем (ЭБС) и электронных образовательных ресурсов (электронных изданий и информационных баз данных)	Количество экземпляров, точек доступа
1.	ЭБС «Консультант студента» : сайт / ООО «Консультант студента». – Москва, 2013 - . - URL: https://www.studentlibrary.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.- Текст : электронный.	по контракту № 40ЭА22Б срок оказания услуг 01.01.2023 - 31.12.2023
2.	ЭБС «Консультант врача. Электронная медицинская библиотека» : сайт / ООО «ВШОУЗ-КМК». - Москва, 2004 - . - URL: https://www.rosmedlib.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.	по контракту № 42ЭА22Б срок оказания услуги 01.01.2023 - 31.12.2023
3.	База данных «Электронная библиотечная система «Медицинская библиотека «MEDLIB.RU» (ЭБС «MEDLIB.RU») : сайт / ООО «Медицинское информационное агентство». - Москва, 2016 - 2031. - URL: https://www.medlib.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.	по контракту № 2912Б22 срок оказания услуги 01.01.2023 - 31.12.2023
4.	Коллекция электронных книг «Электронно-библиотечная система» «СпецЛит» для вузов : сайт / ООО «Издательство «СпецЛит». - СПб., 2017 - . - URL: https://speclit.profv-lib.ru . - Режим доступа: для авторизованных пользователей. - Текст : электронный.	по контракту № 0512Б22 срок оказания услуги 01.01.2023 - 31.12.2023
5.	База данных «Электронная библиотечная система «Букап» : сайт / ООО «Букап». - Томск, 2012 - . - URL: https://www.books-up.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.	по контракту № 2512Б22 срок оказания услуги 01.01.2023 - 31.12.2023
6.	«Электронные издания» - Электронные версии печатных изданий / ООО «Лаборатория знаний». – Москва, 2015 - . - URL: https://moodle.kemsma.ru/ . – Режим доступа: по логину и паролю. - Текст : электронный.	по контракту №3012Б22 срок оказания услуги 01.01.2023 - 31.12.2023
7.	База данных «Электронно-библиотечная система ЛАНЬ» : сайт / ООО «ЭБС ЛАНЬ» - СПб., 2017 - . - URL: https://e.lanbook.com . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.	по контракту № 3212Б22 срок оказания услуги 31.12.2022 -30.12.2023
8.	«Образовательная платформа ЮРАЙТ» : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» . - Москва, 2013 - . - URL: https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст : электронный.	по контракту № 0808Б22 срок оказания услуги 17.08.2022 - 31.12.2023
9.	Информационно-справочная система «КОДЕКС» с базой данных № 89781 «Медицина и здравоохранение» : сайт / ООО «ГК «Кодекс». - СПб., 2016 - . - URL: http://kod.kodeks.ru/docs . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину YCVCC01 и паролю p32696. - Текст : электронный.	по контракту № 2312Б22 срок оказания услуги 01.01.2023 - 31.12.2023
10.	Электронный информационный ресурс компании Elsevier ClinicalKey Student Foundation : сайт / ООО «ЭКО-ВЕКТОР АИ-ПИ». – Санкт-Петербург. – URL: https://www.clinicalkey.com/student . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.	по договору № 03ЭА22ВН срок оказания услуги 01.03.2022 - 28.02.2023
11.	Электронная библиотека КемГМУ (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 от 06.09.2017 г.). - Кемерово, 2017. -. - URL: http://www.moodle.kemsma.ru . – Режим доступа: по логину и паролю. - Текст : электронный.	Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 срок оказания услуги неограниченный