

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
 К.О.н., доцент В.В. Большаков

04 20 25 г.

Элективная дисциплина «Физическая культура: игровые виды спорта»
 (наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

Код, наименование направления/специальности: 06.03.01 «Биология» (уровень бакалавриата)
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

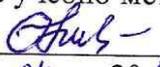
Рабочая программа элективной дисциплины «Физическая культура: игровые виды спорта» разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат/магистратура по направлению/специальности (06.03.01.Биология) квалификация «Бакалавр», утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации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

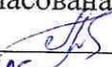
Рабочую программу разработал (-и)
к.п.н., доцент О.А. Заплатина

Рабочая программа согласована с научной библиотекой  Г.А. Фролова
24 02 2025 г.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры физической культуры протокол № 7 от «27» февраля 2025 г.

Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией

Председатель: к.м.н., доцент  О.И. Пивовар
протокол № 4 от «14» 04 2025 г.

Рабочая программа согласована с деканом медико-профилактического факультета, д.м.н., профессором Л.А. Левановой 
« 15 » 04 2025 г.

Рабочая программа зарегистрирована в учебно-методическом отделе
Регистрационный номер 2409
Руководитель УМО д.ф.н., профессор  Н.Э. Коломиец
« 18 » 03 2025 г.

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

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

1.2.2. Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами/практиками: безопасность жизнедеятельности, общая биология, педагогика и психология.

1.2.3. Изучение дисциплины необходимо для получения знаний, умений и навыков, формируемых последующими дисциплинами/практиками: биохимия, физиология.

В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие типы профессиональной деятельности:

1. Организационно-управленческий

1.3. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.3.1. Универсальные компетенции

№ п/п	Наименование категории универсальных компетенций	Код универсальных компетенций	Содержание универсальных компетенций	Код, наименование индикаторов универсальных компетенций	Технология формирования
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. ИД-2 ук-7 Владеть алгоритмом восстановления социальной и профессиональной активности с использованием методов физической культуры.	Лекция Практические занятия Самостоятельная работа

1.3. 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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоёмкость модуля дисциплины составляет единицы 328 часов.

2.1. Структура 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
2.	Раздел 2. Баскетбол.	II	54	-	-	38	-	-	16
3	Раздел 3. Бадминтон.	III	66	-	-	54	-	-	12
4	Раздел 4. Настольный теннис.	IV	54	-	-	38	-	-	16
5	Раздел 5. Баскетбол.	V	54	-	-	38	-	-	16
6	Раздел 6. Волейбол	VI	46	-	-	24	-	-	22
	зачёт								
	Итого		328			228			100

2.2. Тематический план практических занятий

№ п/п	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Кол-во часов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд.	СРС		
1	Раздел 1. Волейбол				I	УК-7 (ИД-1, ИД-2)
1.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	ПЗ	2	2	I	
1.2.	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	ПЗ	2	2	I	
1.3.	Тема 3. Техника верхней передачи мяча. Обучение.	ПЗ	2	2	I	
1.4.	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	ПЗ	2	2	I	
1.5.	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	ПЗ	2	2	I	
1.6.	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	ПЗ	2	2	I	
1.7.	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	ПЗ	2	2	I	

№ п/п	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Кол-во часов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд.	СРС		
1.8.	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	ПЗ	2	2	I	
1.9.	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	ПЗ	2	2	I	
1.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	ПЗ	2		I	
1.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	ПЗ	2		I	
1.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	ПЗ	2		I	
1.13	Тема 13. Техника нижней передачи после перемещения. Совершенствование.	ПЗ	2		I	
1.14	Тема 14. Техника приема мяча с подачи, нападающего удара.	ПЗ	2		I	
1.15	Тема 15. Совершенствование технических приемов.	ПЗ	2		I	
1.16	Тема 16. Игровая практика (двухсторонняя игра).	ПЗ	2		I	
1.17	Тема 17. Игровая практика (двухсторонняя игра).	ПЗ	2		I	
1.18	Тема 18. Игровая практика (двухсторонняя игра).	ПЗ	2		I	
2.	Раздел 2. Баскетбол.				II	<i>УК-7 (ИД-1, ИД-2)</i>
2.1.	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	ПЗ	2	2	II	
2.2.	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	ПЗ	2	2	II	
2.3.	Тема 3. Совершенствование передач в движении совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	ПЗ	2	2	II	
2.4.	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	ПЗ	2	2	II	
2.5.	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	ПЗ	2	2	II	
2.6.	Тема 6. Обучение техники ведения мяча: - совершенство передач; - обучение броскам после ведения	ПЗ	2	2	II	
2.7.	Тема 7. Обучение штрафным броскам.	ПЗ	2	2	II	
2.8.	Тема 8. Совершенство штрафных бросков.	ПЗ	2	2	II	
2.9.	Тема 9. Ведение мяча в движении с изменением направления и скорости, а также высоты отскока.	ПЗ	2		II	
2.10.	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетболе.	ПЗ	2		II	
2.11.	Тема 11. Совершенство бросков в движении.	ПЗ	2		II	
2.12.	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении.	ПЗ	2		II	
2.13.	Тема 13. Совершенствование ведение мяча в баскетболе.	ПЗ	2		II	
2.14.	Тема 14. Обучение элементам игры в защите.	ПЗ	2		II	
2.15.	Тема 15. Совершенствование элементам игры в защите.	ПЗ	2		II	
2.16.	Тема 16. Обучение элементам техники нападения.	ПЗ	2		II	
2.17.	Тема 17. Обучение заслонам.	ПЗ	2		II	
2.18.	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол.	ПЗ	2		II	
2.19.	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	ПЗ	2		II	

№ п/п	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Кол-во часов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд.	СРС		
3	Раздел 3. Бадминтон.				III	<i>УК-7 (ИД-1, ИД-2)</i>
3.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	ПЗ	2	2	III	
3.2.	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	ПЗ	2	2	III	
3.3.	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	ПЗ	2	2	III	
3.4.	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	ПЗ	2	2	III	
3.5.	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	ПЗ	2	2	III	
3.6.	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	ПЗ	2	2	III	
3.7.	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	ПЗ	2		III	
3.8.	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	ПЗ	2		III	
3.9.	Тема 9. Определение физической подготовленности.	ПЗ	2		III	
3.10.	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	ПЗ	2		III	
3.11.	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма волана «стрелой».	ПЗ	2		III	
3.12.	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	ПЗ	2		III	
3.13.	Тема 13. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	ПЗ	2		III	
3.14.	Тема 14. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом волана «с набрасывания».	ПЗ	2		III	
3.15.	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	ПЗ	2		III	
3.16.	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	ПЗ	2		III	
3.17.	Тема 17. Определение физической подготовленности.	ПЗ	2		III	
3.18.	Тема 18. Сдача контрольных нормативов	ПЗ	2		III	
3.19.	Тема 19. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	ПЗ	2		III	
3.20.	Тема 20. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	ПЗ	2		III	
3.21.	Тема 21. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	ПЗ	2		III	
3.22.	Тема 22. Техника перемещения игроков на площадке	ПЗ	2		III	
3.23.	Тема 23. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	ПЗ	2		III	
3.24.	Тема 24. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	ПЗ	2		III	
3.25.	Тема 25. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	ПЗ	2		III	
3.26.	Тема 26. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	ПЗ	2		III	

№ п/п	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Кол-во часов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд.	СРС		
3.27.	Тема 27. Определение физической подготовленности.	ПЗ	2		III	
4	Раздел 4. Настольный теннис.				IV	<i>УК-7 (ИД-1, ИД-2)</i>
4.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в настольный теннис.	ПЗ	4	2	IV	
4.2.	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	ПЗ	4	2	IV	
4.3.	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	ПЗ	4	2	IV	
4.4.	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	ПЗ	4	2	IV	
4.5.	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	ПЗ	4	2	IV	
4.6.	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	ПЗ	4	2	IV	
4.7.	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара	ПЗ	4	2	IV	
4.8.	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	ПЗ	4	2	IV	
4.9.	Тема 9. Определение физической подготовленности.	ПЗ	2		IV	
4.10.	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	ПЗ	2		IV	
4.11.	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарика.	ПЗ	2		IV	
4.12.	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара.	ПЗ	2		IV	
4.13.	Тема 13. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика	ПЗ	2		IV	
4.14.	Тема 14. Совершенствование техники перемещения на площадке, по 2. 3. 6, точкам и приёмом теннисного шарика	ПЗ	2		IV	
4.15.	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов теннисного шарика вдоль сетки.	ПЗ	2		IV	
4.16.	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	ПЗ	2		IV	
4.17.	Тема 17. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	ПЗ	2		IV	
4.18.	Тема 18. Определение физической подготовленности.	ПЗ	2		IV	
4.19.	Тема 19. Сдача контрольных нормативов	ПЗ	2		IV	
5	Раздел 5. Баскетбол.				V	<i>УК-7 (ИД-1, ИД-2)</i>
5.1.	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	ПЗ	4	2	V	
5.2.	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	ПЗ	4	2	V	
5.3.	Тема 3. Совершенствование передач в движении совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	ПЗ	4	2	V	
5.4.	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	ПЗ	4	2	V	
5.5.	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от	ПЗ	4	2	V	

№ п/п	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Кол-во часов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд.	СРС		
	корзины.					
5.6.	Тема 6. Обучение техники ведения мяча: - совершенство передач; - обучение броскам после ведения	ПЗ	4	2	V	
5.7.	Тема 7. Обучение штрафным броскам.	ПЗ	4	2	V	
5.8.	Тема 8. Совершенство штрафных бросков.	ПЗ	4	2	V	
5.9.	Тема 9. Ведение мяча в движении с изменением направления и скорости, а также высоты отскока.	ПЗ	2		V	
5.10.	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетболе.	ПЗ	2		V	
5.11.	Тема 11. Совершенство бросков в движении.	ПЗ	2		V	
5.12.	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении.	ПЗ	2		V	
5.13.	Тема 13. Совершенствование ведение мяча в баскетболе.	ПЗ	2		V	
5.14.	Тема 14. Обучение элементам игры в защите.	ПЗ	2		V	
5.15.	Тема 15. Совершенствование элементам игры в защите.	ПЗ	2		V	
5.16.	Тема 16. Обучение элементам техники нападения.	ПЗ	2		V	
5.17.	Тема 17. Обучение заслонам.	ПЗ	2		V	
5.18.	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол.	ПЗ	2		V	
5.19.	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом.	ПЗ	2		V	
6	Раздел 6. Волейбол				VI	<i>УК-7 (ИД-1, ИД-2)</i>
6.1.	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	ПЗ	4	2	VI	
6.2.	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	ПЗ	4	2	VI	
6.3.	Тема 3. Техника верхней передачи мяча. Обучение.	ПЗ	4	2	VI	
6.4.	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	ПЗ	4	2	VI	
6.5.	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	ПЗ	4	2	VI	
6.6.	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	ПЗ	4	2	VI	
6.7.	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	ПЗ	4	2	VI	
6.8.	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	ПЗ	4	2	VI	
6.9.	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	ПЗ	4	2	VI	
6.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	ПЗ	4	2	VI	
6.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	ПЗ	4	2	VI	
6.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	ПЗ	2		VI	
	Зачёт				VI	
	Всего		228	100		100

2.4. Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
1	Раздел 1. Волейбол		х
1.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Техника безопасности на занятиях.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Стойки игроков на площадке по зонам Упражнения с мячами	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Совершенствование техники нижней передачи мяча после подачи	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Приём мяча с подачи. стойка Техника подачи	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу. Техника нижней боковой подачи	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	Техника передачи на нападающий удар. Тактика первых и вторых передач. Стойка игрока	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Техника приём мяча после прямой планирующей подачи, стойка игрока	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.9	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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	Техника верхней передачи после перемещения, нижней прямой нацеленной подачи.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.13	Тема 13. Техника нижней	Техника нижней передачи после перемещения,	Контрольное упражнение,

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
	передачи после перемещения. Совершенствование.	нижней прямой силовой подачи. Тактика первых и вторых передач	демонстрация техники выполнения.
1.14	Тема 14. Техника приема мяча с подачи, нападающего удара.	Развитие прыгучести и прыжковой выносливости; закрепление технике прямого нападающего удара	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.15	Тема 15. Совершенствование технических приемов.	Техника нападающего удара, верхней силовой прямой планирующей подач. Тактика игры	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.16	Тема 16. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Учебная игра 6 на 6, игра с заданиями	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.17	Тема 17. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Учебная игра 6 на 6, игра с заданиями	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
1.18	Тема 18. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Учебная игра 6 на 6, игра с заданиями	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2	Раздел 2. Баскетбол/стритбол		x
2.1	Тема 1 Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Техника игры в защите, техника защиты, передвижения, овладения мячом и противодействия	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
2.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Обучение техники штрафных бросков	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.8	Техника 8. Совершенство штрафных бросков	Совершенствование техники штрафных бросков	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.10	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно –тренировочная игра	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.11	Тема 11. Совершенство бросков в движении	Совершенство бросков в движении	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.12	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.13	Тема 13. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.14	Тема 14 Обучение элементам игры в защите	Тактика личной защиты.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.15	Тема 15. Совершенствование элементов игры в защите	Совершенствование элементов игры в защите	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.16	Тема 16. Обучение элементам техники нападения	Обучение элементам техники нападения	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.17	Тема 17. Обучение заслонам	Обучение элементам техники постановки заслонов	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.18	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно-тренировочная игра	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.19	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.	Раздел 3. Бадминтон		х
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Техника перемещения игроков на площадке	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.9	Тема 9. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.10	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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».	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.12	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара «смеш».	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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».	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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».	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.15	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	Техника ударов снизу, переводов волана вдоль сетки.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.16	Тема 16. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в парных играх	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.17	Тема 17. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.18	Тема 18. Сдача контрольных нормативов	Приём контрольных нормативов пройденного размера	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.22	Тема 22. Техника перемещения игроков на площадке	Техника перемещения игроков на площадке	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.24	Тема 24. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
3.27	Тема 27. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.	Раздел 4. Настольный теннис		х
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Техника перемещения игроков на площадке	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.9	Тема 9. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.10	Тема 10. Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	Техника ударов открытой и закрытой стороной ракетки	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
4.11	Тема 11. Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарика	Техника выполнения низкой подачи закрытой стороной ракетки и приёма теннисного шарика	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.12	Тема 12. Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара.	Обучение технике высоко-далёкого удара, атакующего удара.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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».	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.15	Тема 15. Техника ударов снизу, переводов теннисного шарика вдоль сетки.	Техника ударов снизу, переводов теннисного шарика вдоль сетки.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.18	Тема 18. Определение физической подготовленности.	Определение физической подготовленности.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
4.19	Тема 19. Сдача контрольных нормативов	Приём контрольных нормативов пройденного размера	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5	Раздел 5. Баскетбол/стритбол		х
5.1	Тема 1 Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Техника игры в защите, техника защиты, передвижения, овладения мячом и противодействия	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
5.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Обучение техники штрафных бросков	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.8	Техника 8. Совершенство штрафных бросков	Совершенствование техники штрафных бросков	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.10	Тема 10. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно –тренировочная игра	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.11	Тема 11. Совершенство бросков в движении	Совершенство бросков в движении	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.12	Тема 12. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.13	Тема 13. Совершенствование ведения мяча в движении	Совершенствование элементов ведения мяча в движении	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.14	Тема 14 Обучение элементам игры в защите	Тактика личной защиты.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.15	Тема 15. Совершенствование элементов игры в защите	Совершенствование элементов игры в защите	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
2.16	Тема 16. Обучение элементам техники нападения	Обучение элементам техники нападения	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.17	Тема 17. Обучение заслонам	Обучение элементам техники постановки заслонов	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.18	Тема 18. Обучение элементам техники и тактики 2х-сторонней игры в баскетбол	Учебно-тренировочная игра	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
5.19	Тема 19. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Обучение техники приема и ловли мяча, ведение мяча	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6	Раздел 6. Волейбол		х
6.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Техника безопасности на занятиях.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Стойки игроков на площадке по зонам Упражнения с мячами	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.3	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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Форма контроля и отчетности усвоения материала
6.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Совершенствование техники нижней передачи мяча после подачи	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Приём мяча с подачи. стойка Техника подачи	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу. Техника нижней боковой подачи	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	Техника передачи на нападающий удар. Тактика первых и вторых передач. Стойка игрока	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Техника приём мяча после прямой планирующей подачи, стойка игрока	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.10	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	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.11	Тема 11. Техника приема и подачи мяча сверху и снизу. Обучение.	Техника приёма и передачи мяча сверху и снизу.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
6.12	Тема 12. Техника верхней передачи после перемещения. Обучение.	Техника верхней передачи после перемещения, нижней прямой нацеленной подачи.	Контрольное упражнение, демонстрация техники выполнения.
Всего часов			x

2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

3.1. Самостоятельная работа

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр
1	Раздел 1. Волейбол		18	I
1.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.3	Тема 3. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр
1.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
1.9	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	I
2.	Раздел 2. Баскетбол		16	II
2.1	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.2	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.3	Тема 3. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.5	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.6	Тема 6. Обучение техники ведения мяча. - совершенство передач - обучение броскам после ведения	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
2.8	Тема 8. Совершенство штрафных бросков	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	II
3.	Раздел 3. Бадминтон		12	III
3.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Бадминтон. Правила игры в бадминтон.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	III
3.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с воланом, индивидуальные и в парах.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	III
3.3	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	III
3.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	III
3.5	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	III
3.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	III
4.	Раздел 4. Настольный теннис		16	IV

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр
4.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Настольный теннис. Правила игры в Настольный теннис.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.2	Тема 2. Классификация основных технических приёмов. Подготовительные упражнения с теннисным шариком, индивидуальные и в парах.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.3	Тема 3. Специальные упражнения с ракеткой для обучения ударам открытой и закрытой стороной ракетки.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.4	Тема 4. Техника перемещения игроков на площадке	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.5	Тема 5. Техника шагов при выполнении ударов у сетки, в средней и задней зоне площадки.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.6	Тема 6. Техника удара подставки открытой и закрытой стороной ракетки.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.7	Тема 7. Техника перемещения в игровой стойке по 2, 4, 6 точкам. Техника плоского удара.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
4.8	Тема 8. Тактика для начинающих игроков. Игровая и соревновательная практика в одиночных играх.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	IV
5.	Раздел 5. Баскетбол		16	V
5.1	Тема 1. Обучение техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.2	Тема 2. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.3	Тема 3. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.4	Тема 4. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижение с мячом	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.5	Тема 5. Совершенство ведения и бросков по корзине. Совершенство ловли отскока мяча от корзины.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.6	Тема 6. Обучение техники ведения мяча. - совершенство передач - обучение броскам после ведения	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.7	Тема 7. Обучение штрафным броскам	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
5.8	Тема 8. Совершенство штрафных бросков	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	V
6	Раздел 6. Волейбол		22	VI
6.1	Тема 1. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид СРС	Кол-во часов	Семестр
6.2	Тема 2. Стойки и техника перемещения в волейболе. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.3	Тема 3. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.4	Тема 4. Техника нижней передачи мяча. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.5	Тема 5. Приема мяча с подачи. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.6	Тема 6. Техника приема и передачи мяча сверху и снизу. Совершенствование.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.7	Тема 7. Техника передачи на нападающий удар. Совершенствование.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.8	Тема 8. Техника приема мяча после подачи.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.9	Тема 9. Игровая практика (двухсторонняя игра).	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.10	Тема 10. Подготовительные и подводящие упражнения с мячом. Совершенствование.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
6.11	Тема 11. Техники верхней передачи мяча. Обучение.	Вопросы для самоподготовки, индивидуальное задание.	2	VI
Всего часов			100	I-VI

3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

3.1. Занятия, проводимые 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

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контрольно-диагностические материалы для промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачёта. Зачёт включает выполнение контрольно-зачетных нормативов.

4.2. Оценочные средства.

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	-	-	-

4.3. Критерии оценок по дисциплине в целом

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в РС	Оценка итоговая
<p>Академическая нагрузка выполнена в полном объеме, посещены все практические занятия по дисциплине. На занятиях студент выполнял гигиенические и дисциплинарные требования: посещал занятия 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.</p>	A -B	100-91	5
<p>Академическая нагрузка выполнена в объеме 92%, посещены все практические занятия по дисциплине. На занятиях студент выполнял гигиенические и дисциплинарные требования: посещал занятия 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.</p>	C-D	90-81	4
<p>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).</p>	E	80-71	3
<p>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</p>	F _x - F	< 70	2 Требуется пересдача/ повторное изучение материала

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

5. ИНФОРМАЦИОННОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. 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)
	ЭБС:
1.	ЭБС «Консультант Студента» : сайт / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». – Москва, 2013-2025. - URL: https://www.studentlibrary.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
2.	Справочно-информационная система «MedBaseGeotar» : сайт / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». – Москва, 2024-2025. – URL: https://mbasegeotar.ru - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
3.	Электронная библиотечная система «Мелининская библиотека «MEDLIB.RU» (ЭБС «MEDLIB.RU») : сайт / ООО «Медицинское информационное агентство». - Москва, 2016-2025. - URL: https://www.medlib.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
4.	«Электронная библиотечная система «Букап» : сайт / ООО «Букап». - Томск, 2012-2025. - URL: https://www.books-up.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
5.	«Электронные издания» издательства «Лаборатория знаний» / ООО «Лаборатория знаний». - Москва, 2015-2025. - URL: https://moodle.kemsma.ru . – Режим доступа: по логину и паролю. - Текст : электронный.
6.	База данных ЭБС «ЛАНЬ» : сайт / ООО «ЭБС ЛАНЬ» - СПб., 2017-2025. - URL: https://e.lanbook.com . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
7.	«Образовательная платформа ЮРАИТ» : сайт / ООО «ЭЛЕКТРОННОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО ЮРАИТ». - Москва, 2013-2025. - URL: https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст : электронный.
8.	«JAYPEE DIGITAL» (Индия) - комплексная интегрированная платформа медицинских ресурсов : сайт - URL: https://www.jayreedigital.com/ - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
9.	Информационно-справочная система «КОДЕКС»: код ИСС 89781 «Медицина и здравоохранение»: сайт / ООО «ГК «Кодекс». - СПб., 2016 -2025. - URL: http://kod.kodeks.ru/docs . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
10.	Электронная библиотека КемГМУ (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 от 06.09. 2017 г.). - Кемерово, 2017-2025. - URL: http://www.moodle.kemsma.ru . - Режим доступа: по логину и паролю. - Текст : электронный.

5.2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы
	Кизько, А. П. Физическая культура. Теоретический курс: учебное пособие / Кизько А. П. - Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2016. - 128 с. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
1	Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 450 с. // Образовательная

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы
	платформа Юрайт. - URL: https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст : электронный
2	Дополнительная литература
	Зайцева, Г. А. Физическая культура - минимум к зачету: учеб. -метод. пособие / Г. А. Зайцева - Москва: МИСиС, 2017. - 26 с. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
1	Кизько, А. П. Физическая культура. Теоретический курс: учебное пособие / Кизько А. П. - Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2016. - 128 с. // ЭБС «Консультант студента». – URL: https://www.studentlibrary.ru . – Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.

6.1. Методические разработки кафедры

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы
1	Мамаев, Е. А. ФИЗКУЛЬТУРА: ИГРОВЫЕ ВИДА СПОРТА («Волейбол», «Баскетбол», «Бадминтон», «Настольный теннис»): учебно-методическое пособие для обучающихся по основной профессиональной образовательной – программе бакалавриата по направлению 06.03.01. Биология. – Кемеровский государственный медицинский университет, кафедра физической культуры. – Кемерово, 2023. – 38 с.
2	Мамаев, Е. А. ФИЗКУЛЬТУРА: Спорт: циклические виды («Плавание», «Лёгкая атлетика», «Лыжная подготовка»): учебно-методическое пособие для обучающихся по основной профессиональной образовательной – программе бакалавриата по направлению 06.03.01. Биология. – Кемеровский государственный медицинский университет, кафедра физической культуры. – Кемерово, 2023. – 65 с.
3	Мамаев, Е. А. ФИЗКУЛЬТУРА: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА («Волейбол», «Баскетбол», «Бадминтон», «Настольный теннис») для обучающихся: учебно-методическое пособие для обучающихся по организации внеаудиторной самостоятельной работы по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата по направлению 06.03.01. Биология. – Кемеровский государственный медицинский университет, кафедра физической культуры. – Кемерово, 2023. – 24 с.
4	Мамаев, Е. А. ФИЗКУЛЬТУРА: Спорт: циклические виды («Плавание», «Лёгкая атлетика», «Лыжная подготовка»): учебно-методическое пособие для обучающихся по организации внеаудиторной самостоятельной работы по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата по направлению 06.03.01. Биология. – Кемеровский государственный медицинский университет, кафедра физической культуры. – Кемерово, 2023. – 22 с.
5	Мамаев, Е. А. ФИЗКУЛЬТУРА: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА («Волейбол», «Баскетбол», «Бадминтон», «Настольный теннис»): учебно-методическое пособие для преподавателей, обучающихся по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата по направлению 06.03.01. Биология. – Кемеровский государственный медицинский университет, кафедра физической культуры. – Кемерово, 2023. – 101 с.
6	Мамаев, Е. А. ФИЗКУЛЬТУРА: Спорт: циклические виды («Плавание», «Лёгкая атлетика», «Лыжная подготовка»): учебно-методическое пособие для преподавателей, обучающихся по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата по направлению 06.03.01. Биология. – Кемеровский государственный медицинский университет, кафедра физической культуры. – Кемерово, 2023. – 75 с.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование оборудованных учебных кабинетов	Оснащенность оборудованных учебных кабинетов
тренажёрный зал	мешок боксерский 80 кг, штанга, перекладина, гири, брусья, шведская стенка;
лыжное хранилище	лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки)
гимнастический зал	скамья для пресса, скамья Скотта, стойки для жима лежа, перекладина, штанга, гири
тренажёрный зал	штанги трапеция, перекладина, гири, гимнастические скамейки, рукоход
спортивный зал	гандбольные ворота, баскетбольные щиты, баскетбольное кольцо, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, сетка бадминтонная, канат гимнастический
гимнастический зал	теннисные столы, гимнастические коврики, скакалки, гантели, жимфлексор, гимнастические скамейки, набивные мячи, комплект дартс