

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Амурский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной
работе

 Лейфа А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы – Физическая культура и дополнительное образование Спортивная подготовка

Квалификация выпускника – Бакалавр

Год набора – 2023

Форма обучения – Очная

Курс 1,2,3 Семестр 2,3,4,5,6

Зачет 2,3,4,5,6 сем

Общая трудоемкость дисциплины 328.0 (академ. час), 9.11 (з.е)

Составитель О.В. Юречко, доцент, канд. пед. наук

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики

Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта ВО для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22.02.18 № 125

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

01.09.2023 г. , протокол № 1

Заведующий кафедрой Лейфа А.В. Лейфа

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

Чалкина Н.А. Чалкина

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

Лейфа А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

Петрович О.В. Петрович

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр цифровой трансформации и
технического обеспечения

Тодосейчук А.А. Тодосейчук

« 1 » сентября 2023 г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины:

формирование у студентов компетенций, направленных на физическое самосовершенствование и самовоспитание, понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности средствами спортивных игр.

Задачи дисциплины:

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- о возможностях выбора индивидуального вида спорта или систем физических упражнений для укрепления здоровья и физического совершенствования;
- научно-теоретические основы спортивных игр;
- технику и тактику спортивных игр;
- основные принципы, средства и методы обучения и начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки в спортивных играх;
- средства и методы общей и специальной физической подготовки;

Уметь:

- формулировать конкретные задачи на занятиях по ФК, в процессе физического воспитания и самовоспитания;
- осуществлять самоконтроль психофизического состояния организма, контролировать и регулировать величину физической нагрузки самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- составлять индивидуальные программы физического совершенствования средствами спортивных игр

Владеть:

- основными жизненно важными двигательными действиями, системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- методами и средствами спортивных игр для обеспечения успешной социальной и профессиональной деятельности;
- навыками использования спортивных игр с целью сохранения и укрепления здоровья, физического совершенствования, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Спортивные игры» реализуется в рамках элективных дисциплин по физической культуре и спорту образовательной программы (ОП) «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)». Знания и практические навыки элективной дисциплины «Спортивные игры» служат теоретической и практической основой для освоения дисциплины «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания».

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

3.1. Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения	ИД-1 УК-7 Знать: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии ИД-2 УК-7 Уметь: использовать основы

	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности ИД-3 УК-7 Владеть: навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни</p>
--	---	---

4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9.11 зачетных единицы, 328.0 академических часов.

1 – № п/п

2 – Тема (раздел) дисциплины, курсовая работа (проект), промежуточная аттестация

3 – Семестр

4 – Виды контактной работы и трудоемкость (в академических часах)

4.1 – Л (Лекции)

4.2 – Лекции в виде практической подготовки

4.3 – ПЗ (Практические занятия)

4.4 – Практические занятия в виде практической подготовки

4.5 – ЛР (Лабораторные работы)

4.6 – Лабораторные работы в виде практической подготовки

4.7 – ИКР (Иная контактная работа)

4.8 – КТО (Контроль теоретического обучения)

4.9 – КЭ (Контроль на экзамене)

5 – Контроль (в академических часах)

6 – Самостоятельная работа (в академических часах)

7 – Формы текущего контроля успеваемости

1	2	3	4									5	6	7
			4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7	4.8	4.9			
1	Спортивные игры. Волейбол. Обучение технике и тактике игры.	2			34								33.8	Тестирование
2	Зачет	2								0.2				зачет
3	Спортивные игры. Баскетбол.	3			34								33.8	Тестирование

	Обучение технике и тактике игры												
4	Зачет	3							0.2				зачет
5	Спортивные игры. Футбол. Обучение технике и тактике игры	4			34							33.8	Тестирование
6	Зачет	4							0.2				зачет
7	Спортивные игры. Настольный теннис. Обучение технике и тактике игры	5			34							33.8	Тестирование
8	Зачет	5							0.2				зачет
9	Спортивные игры. Бадминтон. Обучение технике и тактике игры	6			28							27.8	Тестирование
10	Зачет	6							0.2				зачет
	Итого			0.0	164.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	163.0		

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Практические занятия

Наименование темы	Содержание темы
Спортивные игры. Волейбол. Обучение технике и тактике игры.	Обучение технике игры. Техника нападения. Стартовая стойка (исходные положения). Перемещение лицом, боком, спиной вперед: шаги, скачок, бег, остановки. Сочетание способов перемещения. Стартовая стойка (исходные положения). Перемещение лицом, боком, спиной вперед: шаги, скачок, бег, остановки. Подготовительные упражнения. Передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом и спиной в направлении передачи. Прием мяча снизу двумя руками. Подача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая. Нападающие удары. Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике. Прием нападающего удара. Техника защиты. Блокирование. Игровые упражнения с включением основных приемов игры в нападении и защите. Обучение тактике игры. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор места для приема подачи, при блокировании, при страховке. Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линии во время приема подачи, нападающих ударов, блокировании, страховке.

<p>Спортивные игры. Баскетбол. Обучение технике и тактике игры</p>	<p>Командные действия. Система игры в защите.</p> <p>Обучение технике игры. Техника нападения. Стойка баскетболиста. Передвижения баскетболиста. Остановки прыжком и двумя шагами. Повороты на месте, вперед, назад. Сочетание способов перемещения. Подготовительные упражнения, упражнения по технике. Ловля мяча двумя руками, на уровне груди; «высокого мяча» с отскоком от пола; на месте и в движении. Передача мяча двумя руками, от груди; сверху; с отскоком от пола. Передача мяча одной рукой: от плеча, снизу, сбоку. Передача мяча на месте, при встречном и поступательном движении. Бросок мяча с места: двумя руками от груди; двумя руками сверху; одной рукой от плеча; одной рукой сверху. Бросок мяча одной рукой сверху в движении. Штрафной бросок. Бросок мяча одной рукой сверху в прыжке. Ведение мяча. Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике Техника защиты. Стойка защитника. Вырывание, выбивание, перехват мяча. Накрывание мяча спереди при броске в корзину. Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике. Двусторонняя игра. Обучение тактике игры. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча и с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие двух игроков - «подстраховка». Командные действия. Личная система защиты. Двусторонняя игра.</p>
<p>Спортивные игры. Футбол. Обучение технике и тактике игры</p>	<p>Обучение технике игры. Техника нападения. Перемещения: разновидности ходьбы и бега, остановки, повороты, прыжки. Техника владения мячом: разновидности ударов по мячу ногой. Удары по мячу головой и способы их выполнения. Остановки мяча (катящегося, летящего). Ведение мяча и его разновидности. Вбрасывание мяча и способы выполнения. Отбор мяча и его разновидности. Приемы игры вратаря. Обучение тактике игры. Тактика нападения. Индивидуальные действия.</p>
<p>Спортивные игры. Настольный теннис. Обучение технике и тактике игры</p>	<p>Стойка и передвижение игрока. Стойка игрока (положение ног, туловища, рук). Основные движения при игре в настольный теннис. Хватка ракетки. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Варианты держания ракетки. Работа с ракеткой и мячом. Изучение техники выполнения «подставки» слева и справа. Имитация удара на месте. Выполнение на столе. Игра на удержание мяча на столе. Учебная игра. Обучение техники «наката» слева и справа. Выполнение на столе. Игра на удержание мяча на столе. Учебная игра. Обучение технике удара «топ-спин» слева и справа. Изучение техники в строю. Имитация удара на месте.</p>

	Выполнение на столе. Игра на удержание мяча на столе. Учебная игра. Обучение техники «срезка» и «подрезка». Изучение техники в строю. Имитация удара на месте. Выполнение на столе. Игра на удержание мяча на столе. Учебная игра. Обучение различным видам подач. Изучение техники в строю. Выполнение на столе. Закрепление навыков использования изученных приемов в игре. Учебная игра.
Спортивные игры. Бадминтон. Обучение технике и тактике игры	Основные технические приемы в бадминтоне. Обучение тактике игры Атака, защита и контратака. Тактика одиночной и парной игры.

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)	Трудоемкость в академических часах
1	Спортивные игры. Волейбол. Обучение технике и тактике игры.	Подготовка к тестированию	33.8
2	Спортивные игры. Баскетбол. Обучение технике и тактике игры	Подготовка к тестированию	33.8
3	Спортивные игры. Футбол. Обучение технике и тактике игры	Подготовка к тестированию	33.8
4	Спортивные игры. Настольный теннис. Обучение технике и тактике игры	Подготовка к тестированию	33.8
5	Спортивные игры. Бадминтон. Обучение технике и тактике игры	Подготовка к тестированию	27.8

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются различные сочетания видов контактной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности студентов для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

При проведении практических занятий создаются условия для максимально самостоятельного выполнения заданий. При проведении практических занятий используется работа в малых группах, с освоением технико-тактических приемов спортивных игр. Каждый обучающийся должен продемонстрировать свои компетенции (умения и навыки) при проведении тестирования по разным разделам спортивных игр.

При организации внеаудиторной самостоятельной работы по данной дисциплине преподавателю рекомендуется использовать следующие ее формы: конспектирование

темы по вопросам; выполнение индивидуального домашнего задания; выполнение практических заданий для самостоятельной проработки студентами; самостоятельное изучение темы; подготовка докладов; подготовка раздаточного материала; выполнение тренировочных упражнений; выполнение реконструктивной самостоятельной работы; выполнение творческой самостоятельной работы; подготовка к индивидуальному собеседованию.

8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций, а также методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков отражены в фонде оценочных средств по дисциплине.

Критерии оценки на зачете (тестирование). 2 семестр

Волейбол

Передача мяча двумя руками сверху и снизу -10 раз;

Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах -20 раз;

Поддачи мяча: (нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая.)

Критерии оценки на зачете (тестирование). 3 семестр

Баскетбол

Передача мяча двумя руками от груди (расстояние 3 м) за 30 сек.-15раз;

Бросок мяча в движении из -10-6 раз;

Штрафной бросок из -10-5 раз.

Критерии оценки на зачете (тестирование). 4 семестр

Футбол

Бег 30 м с ведением мяча (сек.).

Удар по мячу ногой на точность с разбега: правой, левой ногой любым способом по неподвижному мячу с расстояния 11м, в заданную треть ворот. Кол-во попыток-из10 раз

Критерии оценки на зачете (тестирование). 5 семестр

Настольный теннис

Сочетание наката справа и слева в правый угол стола (30 раз)

Выполнение наката справа в правый и левый углы стола (30 раз)

Откидка слева со всей левой половины стола (кол-во ошибок за 3 мин.)

Сочетание откидок справа и слева по всему столу (кол-во ошибок за 3 мин)

Выполнение подачи справа накатом (10 попыток)

Критерии оценки на зачете (тестирование). 6 семестр

Бадминтон

Жонглирование 1 рукой (открытой и закрытой стороной) -10 раз; -

Передача волана в парах - 20 раз

Поддачи через сетку по правилам -7 из 10 раз; -

Передачи через сетку на переднюю линию площадки в парах -7 из 10 раз

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) литература

1. Губа, В.П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98644.html> (дата обращения: 21.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие / Е. Ю. Ковыршина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 108 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74277.html> (дата обращения: 21.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Спортивные игры: учебно-практическое пособие / составители Е. О. Ширшова, А. В. Волков. — Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2010. — 63 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/23931.html> (дата обращения: 21.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е.В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517434> (дата обращения: 21.04.2023).
5. Элективные курсы по физической культуре и спорту на основе спортивных игр: учебно-методическое пособие / А. М. Дубов, И. В. Кулькова, Н. Ю. Бурнашова [и др.]; под редакцией А. М. Дубова, И. В. Кульковой. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2021. — 244 с. — ISBN 978-5-4263-1033-9. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/122483.html> (дата обращения: 21.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
1	Автоматизированная информационная библиотечная система «ИРБИС 64»	Лицензия коммерческая по договору №945 от 28 ноября 2011 года.
2	Операционная система Linux	GNU-лицензия (GNU General Public License)
3	Электронная библиотечная система «IPRbooks» www.iprbookshop.ru	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
4	Электронная библиотечная система «Юрайт» https://urait.ru	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
5	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	Google Scholar	Поисковая система по полным текстам научных

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия по дисциплине проводятся в специальных помещениях представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, а также текущего контроля и промежуточной аттестации.

Для практических занятий используется спортивный зал, открытая баскетбольная площадка, футбольное поле. Спортивный инвентарь: мячи баскетбольные – мужские и женские. Мячи - волейбольные, гандбольные, футбольные, теннисные, набивные. Скакалки, гимнастические палки, обручи, маты и пр. Цветные манишки, свистки, конусы, полудуги. Оборудование – гимнастическая стенка, волейбольная сетка, мини-футбольные ворота, гандбольные ворота, баскетбольные щиты и кольца и т.д.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации для большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия, соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно- библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Перечень материально- технического обеспечения включает лекционные аудитории (оборудованные видеопроекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющие выход в сеть в Интернет), помещения для проведения практических занятий (оборудованные учебной мебелью), библиотеку (имеющую рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет), компьютерные классы. Учебный процесс обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно- образовательную среду университета».