

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский  
университет  
имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России)**

**Медико-биологический факультет**

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан Медико-биологического факультета  
д-р биол. наук, проф.  
\_\_\_\_\_ Е.Б. Прохорчук

«28» июня 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б.1.В.С.1.1 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА И  
ЕДИНОБОРСТВА»**

для образовательной программы высшего образования -  
программы специалитета  
по специальности  
06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология

специализация: Биомедицина

Настоящая рабочая программа дисциплины Б.1.В.С.1.1 «Физическая культура: игровые виды спорта и единоборства» (Далее – рабочая программа дисциплины), является частью программы специалитета по специальности 06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология.

Специализация: Биомедицина

Форма обучения: очная.

Рабочая программа дисциплины подготовлена на кафедре реабилитации, спортивной медицины и физической культуры педиатрического факультета (далее – кафедра) ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, авторским коллективом под руководством Поляева Б.А., доктора медицинских наук, профессора.

Составители:

№ п. п.	Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность	Основное место работы	Подпись
1.	Поляев Борис Александрович	д-р мед. наук, проф.	Зав. кафедрой реабилитации, спортивной медицины и физической культуры педиатрического факультета	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России	
2.	Тохтиева Наталья Вячеславовна	кандидат мед. наук, доцент	Заведующая учебной частью кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры педиатрического факультета	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России	
3.	Лобов Андрей Николаевич	д-р мед. наук, проф.	Профессор кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России	
4.	Пахомов Владимир Игоревич		Ст. преподаватель кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России	

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (Протокол № 129 от «25» мая 2023 г.).

Рабочая программа дисциплины рекомендована к утверждению рецензентами:

№ п.п.	Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность	Основное место работы	Подпись
1.	Шарова Наталья Михайловна	д-р мед. наук, проф.	Д-р мед. наук, проф. кафедры дерматовенерологии педиатрического факультета	ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России	

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена советом медико-биологического факультета, протокол № 7 от «28» июня 2023 г.

Нормативно-правовые основы разработки и реализации рабочей программы дисциплины:

1) Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности 06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «27» июля 2021 г. №675 (далее – ФГОС ВО (3++)).

2) Общая характеристика образовательной программы.

3) Учебный план образовательной программы.

4) Устав и локальные акты Университета.

## 1. Общие положения

### 1.1 Цель и задачи дисциплины:

**1.1.1 Цель освоения дисциплины** является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей деятельности.

### 1.1.2 Задачи, решаемые в ходе освоения программы учебной дисциплины:

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знать научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- сформировать мотивационно-ценностные отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре,
- обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 1.2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «физическая культура: игровые виды и единоборства» изучается в 2,3,4,5, и 6 –м семестрах и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока В1 Дисциплины. Является дисциплиной по выбору.

Для успешного освоения настоящей дисциплины обучающиеся должны освоить следующие дисциплины: Физическая культура.

### 1.3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

#### 2 семестр

Код и наименование компетенции		
Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины (уровень сформированности индикатора (компетенции))	
<b>Универсальные компетенции</b>		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
УК-7.ИД1 - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	Знать:	Научно практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих деятельность человека.
	Уметь:	Использовать средства и методы

		физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организация здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой.
УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать:	Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и умственной нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.
	Уметь:	Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Навыками организации самостоятельных занятий физической культуры и спортом.
УК-7. ИД3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Знать:	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль за состоянием своего организма
	Уметь:	Осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культуры и спортом
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, методами самоконтроля при физических нагрузках, а так же навыками физического самосовершенствования.

### 3 семестр

Код и наименование компетенции		
Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины (уровень сформированности индикатора (компетенции))	
Универсальные компетенции		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
УК-7.ИД1 - Выбирает	Знать:	Научно практические основы физической

здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма		культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих деятельность человека.
	Уметь:	Использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организация здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой.
УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать:	Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и умственной нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.
	Уметь:	Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Навыками организации самостоятельных занятий физической культуры и спортом.
УК-7. ИД3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Знать:	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль за состоянием своего организма
	Уметь:	Осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культуры и спортом
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, методами самоконтроля при физических нагрузках, а так же навыками физического самосовершенствования.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины (уровень сформированности индикатора (компетенции))	
<b>Универсальные компетенции</b>		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
УК-7.ИД1 - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	Знать:	Научно практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих деятельность человека.
	Уметь:	Использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организация здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой.
УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать:	Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и умственной нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.
	Уметь:	Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Навыками организации самостоятельных занятий физической культуры и спортом.
УК-7. ИД3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Знать:	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль за состоянием своего организма
	Уметь:	Осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культуры и спортом
	Владеть практическим опытом	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, методами самоконтроля при физических нагрузках, а

	(трудовыми действиями):	так же навыками физического самосовершенствования.
--	-------------------------	--

### 5 семестр

Код и наименование компетенции		
Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины (уровень сформированности индикатора (компетенции))	
Универсальные компетенции		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
УК-7.ИД1 - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	Знать:	Научно практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих деятельность человека.
	Уметь:	Использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организация здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой.
УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать:	Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и умственной нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.
	Уметь:	Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Навыками организации самостоятельных занятий физической культуры и спортом.
УК-7. ИД3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных	Знать:	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль за состоянием своего организма



ситуациях и в профессиональной деятельности	Уметь:	Осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культуры и спортом
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, методами самоконтроля при физических нагрузках, а так же навыками физического самосовершенствования.

### 6 семестр

Код и наименование компетенции		
Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины (уровень сформированности индикатора (компетенции))	
<b>Универсальные компетенции</b>		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
УК-7.ИД1 - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	Знать:	Научно практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих деятельность человека.
	Уметь:	Использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организация здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	Принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой.
УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать:	Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и умственной нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.
	Уметь:	Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни
	Владеть практическим опытом	Навыками организации самостоятельных занятий физической культуры и спортом.



<b>Промежуточная аттестация</b>														
<i>Контактная работа обучающихся в ходе промежуточной аттестации (КРПА), в т.ч.:</i>														
Зачёт (З)														
Защита курсовой работы (ЗКР)														
Экзамен (Э)														
<i>Самостоятельная работа обучающихся при подготовке к промежуточной аттестации (СРПА), в т.ч.</i>														
Подготовка к экзамену														
<b>Общая трудоемкость дисциплины (ОТД)</b>	<b>в часах:</b> ОТД = КР+СРС+КРПА+СРПА	<b>328</b>		<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>64</b>						
	<b>в зачетных единицах:</b> ОТД (в часах):36													

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1 Содержание разделов, тем дисциплины

##### 2 семестр

№ п/п	Шифр компетенции	Наименование раздела (модуля), темы дисциплины	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	2	3	4
1.	УК-7	Раздел 1. Игровые виды. Мини-футбол обучение.	<p>Тема1 Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка: упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки.</p> <p>Тема 2 Техника игры без мяча. Стойки и перемещения. Стойка мини-футболиста, перемещение бегом лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону.</p> <p>Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 3 Обучение удару по мячу. Удары по мячу ногой носком, серединой, внутренней и внешней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема, пяткой, бедром и подошвой по неподвижному и движущемуся мячу. Техника разбега, постановки опорной ноги и замаха ударной ногой, удара, проводки и принятия стойки для быстрого продолжения игры. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 4 Обучение остановке (приема) мяча Полные и неполные остановки мяча с переводом его в положение, удобное для продолжения игры. Остановка мяча за счет уступающих амортизирующих движений ногами, грудью, животом, шеей и накрыванием мяча стопой, голенью, животом. Остановка</p>

			<p>мяча катящегося и летящего на разной высоте и с разной скоростью. Остановки мяча с последующим его переводом в сторону, вперед, назад или в промежуточных направлениях</p> <p>Тема 5 Обучение ведению мяча. Ведение мяча ногой во время бега путем легких, быстрых ударов-толчков ступней, носком, внутренней стороной стопы, серединой и внешней стороной подъема по мячу. Умение контролировать мяч при максимальной скорости передвижения. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 6 Игры и упражнения для защиты. Обучение техника игры вратаря. Тактическая организация в действиях команды достигается четким распределением функций между отдельными футболистами и объединением игровых специализаций в определенную систем. Техника выполнения «закрывания», перехвата и отбора мяча, преследования игрока с мячом и без мяча, страховка. Обучение основной стойки вратаря, правильному и своевременному выбору места в воротах при атаке;</p> <p>Тема 7 Изучение правил игры и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному контролю. Правила соревнований по мини-футболу. Состав команды. Замена игроков. Основы судейской терминологии и жеста. Обучение командным тактическим действиям в нападение и защите. Закрепление технических приемов. Обучение игровой деятельности. Подготовительные игры. Учебные игры. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Расчет эффективности игровых действий.</p>
2.	УК-7	Раздел 2. Единоборства. Обучение.	<p>Тема 8 Упражнения на координацию движений. Кувырки вперед, назад. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки). Формирование умений и навыков выполнения упражнений: на развитие координации( акробатические, гимнастические и легкоатлетические упражнения; кувырки вперед, назад; кувырки со страховкой).</p> <p>Тема 9 Обучение сдачи различными способами. Ознакомление с видами сдачи: похлопывание по ковру; по сопернику. Формирование умений сдачи методом</p>

			<p>похлопывания три раза по ковру или по сопернику в знак отказа продолжения боя или ввиду невозможности терпеть или уйти от болевого прием. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 10 Обучение удерживанию соперника различными способами. Обучение держать правильную бойцовскую стойку и передвижение. Формирование умений и навыков удержания свободной стойке на ковре. Формирование умений и навыков начинать передвижение всегда с ноги, ближней к направлению передвижения, при этом ставить ногу так, чтобы на нее не переносить сразу вес тела.</p> <p>Тема 11 Обучение основным ударам Формирование навыков выполнения: основных ударов руками (прямые удары, боковые удары, апперкоты, бекфиксы, удары локтями); основных ударов ногами (майгери, маваши, лоуик, с разворотом, удары коленом); основных защит от ударов руками, ногами</p> <p>Тема 12. Обучение основным броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам. Формирование навыков выполнения: удерживаний соперника различными способами; основных болевых, удушающих приемов, способов защиты; основных комбинаций из удушающих и болевых приемов; защиты в партере и контрприемов в партере. Совершенствование навыков безопасных падений, умения группироваться в момент приземления, ориентирования в пространстве.</p> <p>Тема 13 Изучение правил и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному контролю. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Формирование навыка способности рационально расходовать и восстанавливать свои силы в ходе борьбы.</p>

### 3 семестр

№ п/п	Шифр компетенции	Наименование раздела (модуля), темы дисциплины	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	2	3	4
1.	УК-7	<b>Раздел 3. Игровые виды. Баскетбол обучение.</b>	Тема 14 Обучение ловли и передачи мяча. Виды ловли и передачи мяча. Техника овладения мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками. Ловля мяча двумя

		<p>руками на уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола на месте и в движении. Передача мяча одной и двумя руками. Мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола. Передача мяча одной рукой от плеча, снизу, сбоку. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 15 Обучение стойки и передвижению. Остановки и поворотов на месте. Виды стоек и передвижений защитника и нападающего. Техника перемещений: основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника. Техника перемещение бегом лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону Остановка прыжком и двумя ногами. Повороты на месте. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 16 Обучение технике ведения мяча: на месте, в движении. Разновидности ведения мяча. Техника овладения мячом, ведения мяча одной рукой, двумя мячами. Перевод мяча перед собой, за спиной, под ногой. Обводка противника. Осваиваются: обманные движения (финты), финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок. Закрепление техники в игре по упрощенным правилам. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 17 Обучение технике овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват. Техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Закрепление техники в игре по упрощенным правилам. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 18 Обучение технике выполнения броска. Классификация бросков. Техника выполнения броска одной рукой, двумя руками. Выполнение бросков из -под кольца, со средней линии, трехочковой линии. Закрепление техники в игре по упрощенным правилам. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 19 Изучение взаимодействий 2-х и 3-х игроков на площадке. Техника выполнения заслона и открывания после него. Формирование навыков выполнения передач и открываний игрока после выполнения заслона (комбинация «двоечка»), передача игрока мяча в одну сторону, открывание и заслон в другую сторону (комбинация «треугольник»).</p>
--	--	---

			<p>Тема 20. Изучение правил игры и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному контролю. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Изучение правил игры и основ судейства. Обучение командным тактическим действиям в нападении и защите. Закрепление технических приемов. Обучение игровой деятельности. Подготовительные игры. Учебные игры. Расчет эффективности игровых действий.</p>
2.	УК-7	<b>Раздел 4. Игровые виды. Волейбол обучение.</b>	<p>Тема 21 Обучение стойкам и перемещениям. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Основные виды стоек. Освоение техники перемещения к мячу и остановки. Подводящие упражнения к перемещениям.</p> <p>Тема 22 Обучение нижней передача мяча Классификация нижних передач: по способу, по высоте обработки, по направлению передачи, по положению относительно сетки. Техника выполнения нижней передачи. Подводящие упражнения к нижней передачи. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 23 Обучение подачи мяча Виды подачи мяча по высоте обработки мяча, по положению относительно сетки, по характеру полета мяча. Техника выполнения нижней подачи мяча. Техника выполнения верхней подачи мяча.</p> <p>Тема 24 Обучение верхней передачи мяча. Классификация верхней передачи мяча: по способу, по высоте обработки, по направлению передачи, по положению относительно сетки. Техника выполнения верхней передачи. Подводящие упражнения к верхней передачи. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 25 Обучение нападающего удара. Разновидности нападающего удара. Техника прямого нападающего удара по ходу. Обучение нападающему удару с разбега в прыжке. Закрепление техники в игре по упрощенным правилам. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 26 Обучение блокированию. Блок разновидности. Техника выполнения блокирования одиночного, группового. Обучение блокирования с места и после перемещения. Тактическая направленность зонного и ловящего блока. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 27 Обучение приема ударов. Виды приема</p>

		<p>удара. Техника приема ударов после перемещения. Обучение приема удара с определенным направлением. Прием ударов 2-мя или 3-мя игроками. Изучение расстановок для приема подач.</p> <p>Тема 28 Изучение правил игры и основ судейства. Подготовка к рубежному контролю. Изучение правил игры и основ судейства. Обучение командным тактическим действиям в нападении и защите. Закрепление технических приемов. Обучение игровой деятельности. Подготовительные игры. Учебные игры. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Расчет эффективности игровых действий.</p>
--	--	--

#### 4 семестр

№ п/п	Шифр компетенции	Наименование раздела (модуля), темы дисциплины	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	2	3	4
1.	УК-7	<b>Раздел 5 Игровые виды. Мини-футбол совершенствовани е.</b>	<p>Тема 29 Совершенствование технических действий: прием мяча. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Совершенствования технических элементов прием мяча. Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Остановка мяча бедром. А также отрабатывают тактические приемы - выбор адресата для передачи, открывание или предложение для приема передачи. Упражнения: «Квадрат 4x2», «треугольник 3 x 1», «удержание мяча».</p> <p>Тема 30 Совершенствование технических действий: ведение мяча. Совершенствования технических элементов ведения мяча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча внешней частью и средней частью подъема. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 31 Совершенствование технических действий: удары по мячу. Совершенствование технических действий: удары по мячу. Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъема. Удары по катящемуся мячу. Жонглирование футбольным мячом. Удары по прыгающему и летящему мячу.</p> <p>Тема 32 Совершенствование технических действий: перехват мяча. Умение правильно оценить создавшуюся игровую ситуацию и выбрать целесообразный способ противодействия атакующим соперникам. Упражнения: «Защита против нападения», «Двусторонняя игра с ограниченным количеством касаний»</p> <p>Тема 33 Совершенствование технических</p>



			<p>действий игры вратаря. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Основная стойка вратаря. Принятие основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед, после выполнения упражнения о Ориентирование во вратарской площадке и взаимодействию с защитниками; умению концентрировать внимание на игроке, угрожающем воротам.</p> <p>Тема 34 Командные взаимодействия и изучение основных комбинаций. Взаимодействия двух игроков против двух, трех нападающих. Умение правильно оценить создавшуюся игровую ситуацию и выбрать целесообразный способ противодействия атакующим соперникам.</p> <p>Упрощенная игра.</p> <p>Темпа 35 Изучение изменений правил игры. Учебная игра. Подготовка к рубежному контролю. Изучение изменений правил игры. Командные тактические действия в нападении и защите. Учебная игра. Расчет эффективности игровых действий. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p>
2.	УК-7	<p><b>Раздел 6</b> <b>Единоборства</b> <b>совершенствовани</b> <b>е.</b></p>	<p>Тема 36 Специальная и подготовительная гимнастика. Повторение страховке и само страховке на занятиях единоборствами. Перекаты, кувырки вперед и назад в партере. Кувырки вперед и назад со страховкой в партере. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 37 Совершенствование технических действий: стойки и перемещения.</p> <p>Совершенствование технических действий: стойки и перемещения. Положение рук и ног в боевой стойке. Передвижения в боевой стойке. «Подшаги», уход назад и в стороны. Разножка, смена стойки и уход по дуге в боевой стойке единоборца. Разножка, смена стойки и уход по дуге в боевой стойке единоборца. Общая и специальная физическая подготовка в единоборствах.</p> <p>Тема 38 Совершенствование технических действий: основные удары. Совершенствование технических действий: основные удары. Ударам руками в классической стойке. Комбинация ударов: передней и дальней рукой. Комбинация ударов: двойной удар дальней рукой с шагом и сменой стойки. Боковой удар ногой на 4 счета и с полной координацией движения.</p> <p>Тема 39 Совершенствование технических действий: броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам. Совершенствование технических действий: броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам. Удерживание соперника различными способами; основных</p>

			<p>болевых, удушающих приемов, способов защиты; основных комбинаций из удушающих и болевых приемов Общая и специальная физическая подготовка в единоборствах.</p> <p>Тема 40 Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами. Общая и специальная физическая подготовка в единоборствах. Проведение простой наступательной ударной атаки с простой боевой связкой. Простая ответная атака с одиночной боевой связкой. Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами.</p> <p>Тема 41 Изучение изменений правил и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному контролю. Изучение изменений правил и основ судейства. Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами. Состав судейской бригады и их функции в единоборствах. Общая и специальная физическая подготовка в единоборствах.</p>
--	--	--	---

### 5 семестр

№ п/п	Шифр компетенции	Наименование раздела (модуля), темы дисциплины	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	2	3	4
1.	УК-7	<b>Раздел 7 Игровые виды. Баскетбол совершенствование</b>	<p>Тема 42 Совершенствование технических действий ведения мяча. овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват. Совершенствование навыков выполнения ведения мяча одной рукой, двумя мячами. Перевода мяча перед собой, за спиной, под ногой. Обводки противника. Обманных движения (финты). Техники овладения мячом, вырывания и выбивания мяча, перехвата; противодействия ведению, прохода, броска в корзину; овладения мяча, отскочившим от щита.</p> <p>Тема 43 Совершенствование технических действий выполнения броска. Совершенствование навыков выполнения броска одной рукой, двумя руками. Выполнение бросков из -под кольца, со средней линии, трехочковой линии. Закрепление техники в игре по упрощенным правилам. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 44 Совершенствование индивидуальные тактических действий в нападении. Совершенствование навыков выполнения индивидуальных тактических действий: рывок, поворот, поворот при броске в корзину. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 45 Взаимодействий 2-х и 3-х игроков на площадке Совершенствование навыков выполнения взаимодействия игроков на площадке. Изучение</p>

			<p>комбинаций: Пик-н-ролл, Пик-н-поп, проход, скидка в край. Закрепление технических приемов. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 46 Изучение изменения в правилах игры и основ судейства. Подготовительные игры Упрощенная игра. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Изучение изменений правил игры и основ судейства. Обучение командным тактическим действиям в нападении и защите. Закрепление технических приемов. Обучение игровой деятельности. Расчет эффективности игровых действий.</p> <p>Тема 47 Игровая деятельность. Учебные игры 3х3. Обучение командным тактическим действиям в нападении и защите. Основные комбинации. Обучение игровой деятельности. Учебные игры 3х3. Расчет эффективности игровых действий.</p> <p>Тема 48 Подготовка к рубежному контролю. Игровая деятельность. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Обучение игровой деятельности. Подготовительные игры. Учебные игры. Расчет эффективности игровых действий.</p>
2.	УК-7	<p><b>Раздел 8</b>  <b>Игровые виды.</b>  <b>Волейбол</b>  <b>совершенствов</b>  <b>ание.</b></p>	<p>Тема 49 Совершенствование перемещения игроков при подаче и приёме мяча. Совершенствование перемещения игроков при подаче и приёме мяча. Стойка основная, низкая ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым). спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка</p> <p>Тема 50 Совершенствование передачи мяча. Совершенствование передачи мяча Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4. Передача мяча сверху двумя руками; над собой и после перемещения различными способами; в парах; в треугольнике; Учебная игра.</p> <p>Тема 51 Совершенствование подачи мяча  Совершенствование подачи мяча. Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. Прием подачи через сетку. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 52 Тактика игры в нападении. Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.</p>

			<p>Тема 53 Тактика игры в защите. Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед» Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 54 Изучение изменения в правилах игры и основ судейства. Подготовительные игры Упрощенная игра. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Изучение изменений правил игры и основ судейства. Обучение командным тактическим действиям в нападении и защите. Обучение игровой деятельностью. Расчет эффективности игровых действий.</p> <p>Тема 55 Игровая деятельность. Учебные игры. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Подготовительные игры. Учебные игры.</p> <p>Тема 56 Подготовка к рубежному контролю. Игровая деятельность. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Игровая деятельность. Закрепление технических приемов. Расчет эффективности игровых действий.</p>
--	--	--	--

## 6 семестр

№ п/п	Шифр компетенции	Наименование раздела (модуля), темы дисциплины	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	2	3	4
1.	УК-7	<b>Раздел 9 Единоборства закрепление. Мини-футбол закрепление</b>	<p>Тема 57 Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами.</p> <p>Тема 58 Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами.</p> <p>Тема 59 Совершенствование технических действий: броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам.</p> <p>Тема 60 Совершенствование основных ударов.</p> <p>Тема 61. Совершенствование технических действий: удары по мячу.</p> <p>Тема 62 Групповые действия в нападении.</p> <p>Тема 63 Игровая деятельность. Учебные игры.</p>
2.	УК-7	<b>Раздел 10 Игровые виды. Баскетбол закрепление. Волейбол закрепление</b>	<p>Тема 64 Баскетбол. Индивидуальные действия в нападении.</p> <p>Тема 65 Баскетбол. Групповые действия в нападении.</p> <p>Тема 66 Баскетбол. Командные действия в нападении.</p> <p>Тема 67 Волейбол. Индивидуальные действия в нападении.</p> <p>Тема 68 Волейбол. Групповые действия в нападении.</p> <p>Тема 69 Волейбол. Групповые действия в нападении.</p>

## 3.2. Перечень разделов, тем дисциплины для самостоятельного изучения

## обучающимися

Разделы и темы дисциплины для самостоятельного изучения обучающимися в программе не предусмотрены.

### 4. Тематический план дисциплины

#### 4.1. Тематический план контактной работы обучающихся с преподавателем

№ п/п	Виды учебных занятий / Форма	Период обучения (семестр). Порядковые номера и наименование разделов. Порядковые номера и наименование тем (модулей) модулей. Темы учебных занятий.	Количество часов контактной работы	Виды текущего контроля успеваемости**	Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации***					
					КП	ОУ	ОП	ТЭ	ПК Н	А
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>2 семестр</b>										
<b>Раздел 1. Общие вопросы. Игровые виды. Мини-футбол обучение.</b>										
1	ПЗ	Тема 1. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.	2	Д	+					+
2	ПЗ	Тема 2. Техника игры без мяча. Стойки и перемещения.	2	Д	+					+
3	ПЗ	Тема 3. Обучение удару по мячу.	2	Д	+					+
4	ПЗ	Тема 4. Обучение остановке (приема) мяча.	2	Д	+					+
5	ПЗ	Тема 5. Обучение ведению мяча.	2	Д	+					+
6	ПЗ	Тема 6. Игры и упражнения для защиты. Обучение техника игры вратаря.	2	Д	+					+
7	ПЗ	Тема 7. Изучение правил игры и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному (модульному) контролю.	2	Д	+					+
8	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 1.	2	Р	+	+			+	
<b>Раздел 2. Единоборства. Обучение.</b>										
9	ПЗ	Тема 8. Упражнения на координацию движений Кувырки вперед, назад.	2	Д	+					+
10	ПЗ	Тема 9. Обучение сдачи различными способами.	2	Д	+					+
11	ПЗ	Тема 10. Обучение удерживанию соперника различными способами. Обучение держать правильную бойцовскую стойку и передвижение.	2	Д	+					+
12	ПЗ	Тема 11. Обучение основным ударам.	2	Д	+					+
13	ПЗ	Тема 12. Обучение основным броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам.	2	Д	+					+
14	ПЗ	Тема 13. Изучение правил и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному (модульному) контролю.	2	Д	+					+
15	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 2.	2	Р	+	+			+	
16	ИЗ	Текущий итоговый контроль по разделам 1 и 2.	2	И	+				+	
		<b>Всего часов за семестр:</b>	<b>32</b>							
<b>3 семестр</b>										
<b>Раздел 3. Игровые виды. Баскетбол обучение</b>										
1	ПЗ	Тема 14. Обучение ловли и передачи мяча.	2	Д	+					+
2	ПЗ	Тема 15. Обучение стойки и передвижению. Остановки и поворотов на месте.	2	Д	+					+
3	ПЗ	Тема 16. Обучение технике ведения мяча: на месте, в движении.	2	Д	+					+

4	ПЗ	Тема 17. Обучение технике овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват.	2	Д	+					+
5	ПЗ	Тема 18. Обучение технике выполнения броска.	2	Д	+					+
6	ПЗ	Тема 19. Изучение взаимодействий 2-х и 3-х игроков на площадке.	2	Д	+					+
7	ПЗ	Тема 20. Изучение правил игры и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному контролю.	2	Д	+					+
8	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 3.	2	Р	+	+			+	
<b>Раздел 4. Игровые виды. Волейбол обучение.</b>										
9	ПЗ	Тема 21. Обучение стойкам и перемещениям.	2	Д	+					+
10	ПЗ	Тема 22. Обучение нижней и верхней передачи мяча на месте.	2	Д	+					+
11	ПЗ	Тема 23. Обучение подачи мяча.	2	Д	+					+
12	ПЗ	Тема 24. Обучение нападающего удара. Обучение блокированию.	2	Д	+					+
13	ПЗ	Тема 25. Обучение приема и защиты.	2	Д	+					+
14	ПЗ	Тема 26. Изучение правил игры и основ судейства. Закрепление пройденного материала.	2	Д	+					+
15	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 4.	2	Р	+	+			+	
16	ИЗ	Текущий итоговый контроль по разделам 3 и 4.	2	И	+				+	
<b>Всего часов за семестр:</b>			<b>32</b>							
<b>4 семестр</b>										
<b>Раздел 5 Игровые виды. Мини-футбол совершенствование.</b>										
1	ПЗ	Тема 27. Совершенствование технических действий: прием мяча.	2	Д	+					+
2	ПЗ	Тема 28. Совершенствование технических действий: ведение мяча.	2	Д	+					+
3	ПЗ	Тема 29. Совершенствование технических действий: удары по мячу.	2	Д	+					+
4	ПЗ	Тема 30. Совершенствование технических действий: перехват мяча.	2	Д	+					+
5	ПЗ	Тема 31. Совершенствование технических действий игры вратаря.	2	Д	+					+
6	ПЗ	Тема 32. Командные взаимодействия и изучение основных комбинаций.	2	Д	+					+
7	ПЗ	Тема 33. Изучение изменений правил игры. Учебная игра. Подготовка к рубежному (модульному) контролю.	2	Д	+					+
8	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 5.	2	Р	+	+			+	
<b>Раздел 6 Единоборства совершенствование.</b>										
9	ПЗ	Тема 34. Специальная и подготовительная гимнастика.	2	Д	+					+
10	ПЗ	Тема 35. Совершенствование технических действий: стойки и перемещения.	2	Д	+					+
11	ПЗ	Тема 36. Совершенствование технических действий: основные удары.	2	Д	+					+
12	ПЗ	Тема 37. Совершенствование технических действий: броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам.	2	Д	+					+
13	ПЗ	Тема 38. Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами.	2	Д	+					+
14	ПЗ	Тема 39. Изучение изменений правил и основ судейства. Закрепление пройденного материала. Подготовка к рубежному (модульному) контролю.	2	Д	+					+
15	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 6.	2	Р	+	+			+	
16	ИЗ	Текущий итоговый контроль по разделам 5 и 6.	2	И	+				+	

		<b>Всего часов за семестр</b>	<b>32</b>						
<b>5 семестр</b>									
<b>Раздел 7 Игровые виды. Баскетбол совершенствование.</b>									
1	ПЗ	Тема 40. Техника ведения мяча: на месте, в движении. Техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват.	2	Д	+				+
2	ПЗ	Тема 41. Обучение технике выполнения броска.	2	Д	+				+
3	ПЗ	Тема 42. Индивидуальные тактические действия в нападении.	2	Д	+				+
4	ПЗ	Тема 43. Изучение взаимодействий 2-х и 3-х игроков на площадке.	2	Д	+				
5	ПЗ	Тема 44. Изменения в правилах игры и основ судейства. Учебная игра.	2	Д	+				+
6	ПЗ	Тема 45. Игровая деятельность. Подготовительные игры. Учебные игры.	2	Д	+				+
7	ПЗ	Тема 46. Подготовка к рубежному (модульному) контролю. Упрощенные игры. Игровая деятельность.	2	Д	+				+
8	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 7.	2	Р	+	+			+
<b>Раздел 8 Игровые виды. Волейбол совершенствование.</b>									
9	ПЗ	Тема 47. Совершенствование перемещения игроков при подаче и приеме мяча.	2	Д	+				+
10	ПЗ	Тема 48. Совершенствование передачи мяча.	2	Д	+				+
11	ПЗ	Тема 49. Совершенствование подачи мяча.	2	Д	+				+
12	ПЗ	Тема 50. Тактика игры в нападении.	2	Д	+				+
13	ПЗ	Тема 51. Тактика игры в защите.	2	Д	+				+
14	ПЗ	Тема 52. Изучение изменения в правилах игры и основ судейства. Подготовительные игры Упрощенная игра.	2	Д	+				+
15	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 8.	2	Р	+	+			+
16	ИЗ	Итоговый контроль по разделу 7,8.	2	И	+				+
		<b>Всего часов за семестр:</b>	<b>32</b>						
<b>6 семестр</b>									
<b>Раздел 9 Единоборства закрепление. Мини-футбол закрепление.</b>									
1	ПЗ	Тема 53. Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами.	2	Д	+				+
2	ПЗ	Тема 54. Проведение учебных спаррингов в соответствии с правилами.	2	Д	+				+
3	ПЗ	Тема 55. Совершенствование технических действий: броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам.	2	Д	+				+
4	ПЗ	Тема 56. Совершенствование основных ударов.	2	Д	+				+
5	ПЗ	Тема 57. Совершенствование технических действий: удары по мячу.	2	Д	+				+
6	ПЗ	Тема 58. Групповые действия в нападении.	2	Д	+				+
7	ПЗ	Тема 59. Игровая деятельность. Учебные игры.	2	Д	+				+
8	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 9.	2	Р	+	+			+
<b>Раздел 10 Игровые виды. Баскетбол закрепление. Волейбол закрепление.</b>									
9	ПЗ	Тема 60. Баскетбол. Индивидуальные действия в нападении.	2	Д	+				+
10	ПЗ	Тема 61. Баскетбол. Групповые действия в нападении.	2	Д	+				+
11	ПЗ	Тема 62. Баскетбол. Командные действия в нападении.	2	Д	+				+
12	ПЗ	Тема 63. Волейбол. Индивидуальные действия в нападении.	2	Д	+				+
13	ПЗ	Тема 64. Волейбол. Групповые действия в нападении.	2	Д	+				+
14	ПЗ	Тема 65. Волейбол. Групповые действия в	2	Д	+				+

		нападении.							
15	К	Текущий рубежный (модульный) контроль по разделу 10.	2	Р	+	+			+
16	ИЗ	Итоговый контроль по разделу 9,10.	2	И	+				+
		<b>Всего часов за семестр</b>	<b>32</b>						
		<b>Всего по дисциплине:</b>	<b>160</b>						

### Условные обозначения:

#### Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации \*

Виды учебных занятий, формы промежуточной аттестации	Сокращённое наименование	
Лекционное занятие	Лекция	ЛЗ
Семинарское занятие	Семинар	СЗ
Практическое занятие	Практическое	ПЗ
Практикум	Практикум	П
Лабораторно-практическое занятие	Лабораторно-практическое	ЛПЗ
Лабораторная работа	Лабораторная работа	ЛР
Клинико-практические занятия	Клинико - практическое	КПЗ
Специализированное занятие	Специализированное	СЗ
Комбинированное занятие	Комбинированное	КЗ
Коллоквиум	Коллоквиум	К
Контрольная работа	Контр. работа	КР
Итоговое занятие	Итоговое	ИЗ
Групповая консультация	Групп. консультация	КС
Конференция	Конференция	Конф.
Защита курсовой работы	Защита курсовой работы	ЗКР
Экзамен	Экзамен	Э

#### Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)\*\*

Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)**	Сокращённое наименование	Содержание	
Текущий дисциплинирующий контроль	Дисциплинирующий	Д	Контроль посещаемости занятий обучающимся
Текущий тематический контроль	Тематический	Т	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности на занятиях по теме.
Текущий рубежный (модульный) контроль	Рубежный	Р	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по теме (раздел) дисциплины
Текущий итоговый контроль	Итоговый	И	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по темам (разделам) дисциплины

Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся /виды работы обучающихся/ \*\*\*



№	Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся (ФТКУ) ***	Техническое и сокращённое наименование		Виды работы обучающихся (ВРО) ***	Типы контроля
1	Контроль присутствия (КП)	Присутствие	КП	Присутствие	Присутствие
2	Учет активности (А)	Активность	А	Работа на занятии по теме	Участие/ Выполнение
3	Опрос устный (ОУ)	Опрос устный	ОУ	Выполнение задания в устной форме	Выполнение обязательно
4	Опрос письменный (ОП)	Опрос письменный	ОП	Выполнение задания в письменной форме	Выполнение обязательно
5	Опрос комбинированный (ОК)	Опрос комбинированный	ОК	Выполнение заданий в устной и письменной форме	Выполнение обязательно
6	Тестирование в электронной форме (ТЭ)	Тестирование	ТЭ	Выполнение тестового задания в электронной форме	Выполнение обязательно
7	Проверка реферата (ПР)	Реферат	ПР	Написание (защита) реферата	Выполнение обязательно
8	Проверка лабораторной работы (ЛР)	Лабораторная работа	ЛР	Выполнение (защита) лабораторной работы	Выполнение обязательно
9	Подготовка учебной истории болезни (ИБ)	История болезни	ИБ	Написание (защита) учебной истории болезни	Выполнение обязательно
10	Решение практической (ситуационной) задачи (РЗ)	Практическая задача	РЗ	Решение практической (ситуационной) задачи	Выполнение обязательно
11	Подготовка курсовой работы (ПКР)	Курсовая работа	ПКР	Выполнение (защита) курсовой работы	Выполнение обязательно
12	Клинико-практическая работа (КПР)	Клинико-практическая работа	КПР	Выполнение клинико-практической работы	Выполнение обязательно
13	Проверка конспекта (ПК)	Конспект	ПК	Подготовка конспекта	Выполнение обязательно

14	Проверка контрольных нормативов (ПКН)	Проверка нормативов	ПК Н	Сдача контрольных нормативов	Выполнение обязательно
15	Проверка отчета (ПО)	Отчет	ПО	Подготовка отчета	Выполнение обязательно
16	Контроль выполнения домашнего задания (ДЗ)	Контроль самостоятельной работы	ДЗ	Выполнение домашнего задания	Выполнение обязательно, Участие
17	Контроль изучения электронных образовательных ресурсов (ИЭОР)	Контроль ИЭОР	ИЭ ОР	Изучения электронных образовательных ресурсов	Изучение ЭОР

## 5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

### 5.1. Планируемые результаты обучения по темам и разделам дисциплины

Планируемые результаты обучения по темам и разделам дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения дисциплины – согласно п. 1.3. и содержанием дисциплины – согласно п.3. настоящей рабочей программы дисциплины.

### 5.2. Формы проведения текущего контроля успеваемости

Текущий контроль успеваемости обучающегося в семестре осуществляется в формах, предусмотренных тематическим планом настоящей рабочей программы дисциплины (см. п. 4.1).

### 5.3. Критерии, показатели и оценочные средства текущего контроля успеваемости обучающихся

#### 5.3.1. Условные обозначения:

##### Типы контроля (ТК)\*

Типы контроля	Тип оценки	
Присутствие	П	наличие события
Контроль самостоятельной работы	ДЗ	дифференцированный
Контрольные нормативы	КН	дифференцированный
Контрольная демонстрация	КД	дифференцированный
Итоговый	И	наличие события

##### Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)\*\*

Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)**	Сокращённое наименование	Содержание

Текущий дисциплинирующий контроль	Дисциплинирующий	Д	Контроль посещаемости занятий обучающимся
Текущий тематический контроль	Тематический	Т	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности на занятиях по теме.
Текущий рубежный (модульный) контроль	Рубежный	Р	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по теме (разделу, модулю) дисциплины
Текущий итоговый контроль	Итоговый	И	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по темам (разделам, модулям) дисциплины

### 5.3.2. Структура текущего контроля успеваемости по дисциплине

#### Порядок работы в балльно-рейтинговой системе

2 семестр

Виды занятий		Формы текущего контроля успеваемости		ТК	ВК	Max	Min	Шаг
Практическое занятие	ПЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Активность	А	В	Т	1	0	1
Коллоквиум	К	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Опрос устный	ОУ	В	Р	10	0	1
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	Р	10	0	1
Итоговое занятие	ИЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	И	31	0	1

3 семестр

Виды занятий		Формы текущего контроля успеваемости		ТК	ВК	Max	Min	Шаг
Практическое занятие	ПЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Активность	А	В	Т	1	0	1
Коллоквиум	К	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Опрос устный	ОУ	В	Р	10	0	1
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	Р	10	0	1
Итоговое занятие	ИЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	И	31	0	1

4 семестр

Виды занятий		Формы текущего контроля успеваемости		ТК	ВК	Max	Min	Шаг
Практическое занятие	ПЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Активность	А	В	Т	1	0	1
Коллоквиум	К	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Опрос устный	ОУ	В	Р	10	0	1
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	Р	10	0	1
Итоговое занятие	ИЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	И	31	0	1

## 5 семестр

Виды занятий		Формы текущего контроля успеваемости		ТК	ВК	Max	Min	Шаг
Практическое занятие	ПЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Активность	А	В	Т	1	0	1
Коллоквиум	К	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Опрос устный	ОУ	В	Р	10	0	1
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	Р	10	0	1
Итоговое занятие	ИЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	И	31	0	1

## 6 семестр

Виды занятий		Формы текущего контроля успеваемости		ТК	ВК	Max	Min	Шаг
Практическое занятие	ПЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Активность	А	В	Т	1	0	1
Коллоквиум	К	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Опрос устный	ОУ	В	Р	10	0	1
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	Р	10	0	1
Итоговое занятие	ИЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Проверка контрольных нормативов	ПКН	В	И	31	0	1

5.3.3 Весовые коэффициенты текущего контроля успеваемости обучающихся  
(по видам контроля и видам работы)

2 семестр

Вид контроля	Пл н %	Исходно		ФТКУ / Вид работы	Т К	Пл н %	Исходно		Коэф .
		Балл ы	%				Балл ы	%	
Текущий дисциплинирующий контроль	16	16	16	Контроль присутствия	П	16	16	16	1
Текущий тематический контроль	13	13	13	Учет активности	А	13	13	13	1
Текущий рубежный (модульный) контроль	40	40	50, 6	Проверка контрольных нормативов	В	20	20	20	1
				Опрос устный	В	20	20	20	1
Текущий итоговый контроль	31	31	12, 6	Проверка контрольных нормативов	В	31	31	31	1
<b>Мах кол. баллов</b>	<b>100</b>	<b>100</b>							

3 семестр

Вид контроля	Пл н %	Исходно		ФТКУ / Вид работы	Т К	Пл н %	Исходно		Коэф .
		Балл ы	%				Балл ы	%	
Текущий дисциплинирующий контроль	16	16	16	Контроль присутствия	П	16	16	16	1
Текущий тематический контроль	13	13	13	Учет активности	А	13	13	13	1
Текущий рубежный (модульный) контроль	40	40	50, 6	Проверка контрольных нормативов	В	20	20	20	1
				Опрос устный	В	20	20	20	1
Текущий итоговый контроль	31	31	12, 6	Проверка контрольных нормативов	В	31	31	31	1
<b>Мах кол. баллов</b>	<b>100</b>	<b>100</b>							

4 семестр

Вид контроля	Пл н %	Исходно		ФТКУ / Вид работы	Т К	Пл н %	Исходно		Коэф .
		Балл ы	%				Балл ы	%	
Текущий дисциплинирующий контроль	16	16	16	Контроль присутствия	П	16	16	16	1

Текущий тематический контроль	13	13	13	Учет активности	А	13	13	13	1
Текущий рубежный (модульный) контроль	40	40	50,6	Проверка контрольных нормативов	В	20	20	20	1
				Опрос устный	В	20	20	20	1
Текущий итоговый контроль	31	31	12,6	Проверка контрольных нормативов	В	31	31	31	1
<b>Мах кол. баллов</b>	<b>100</b>	<b>100</b>							

## 5 семестр

Вид контроля	Пл н %	Исходно		ФТКУ / Вид работы	Т К	Пл н %	Исходно		Коэф .
		Балл ы	%				Балл ы	%	
Текущий дисциплинирующий контроль	16	16	16	Контроль присутствия	П	16	16	16	1
Текущий тематический контроль	13	13	13	Учет активности	А	13	13	13	1
Текущий рубежный (модульный) контроль	40	40	50,6	Проверка контрольных нормативов	В	20	20	20	1
				Опрос устный	В	20	20	20	1
Текущий итоговый контроль	31	31	12,6	Проверка контрольных нормативов	В	31	31	31	1
<b>Мах кол. баллов</b>	<b>100</b>	<b>100</b>							

## 6 семестр

Вид контроля	Пл н %	Исходно		ФТКУ / Вид работы	Т К	Пл н %	Исходно		Коэф .
		Балл ы	%				Балл ы	%	
Текущий дисциплинирующий контроль	16	16	16	Контроль присутствия	П	16	16	16	1
Текущий тематический контроль	13	13	13	Учет активности	А	13	13	13	1
Текущий рубежный (модульный) контроль	40	40	50,6	Проверка контрольных нормативов	В	20	20	20	1
				Опрос устный	В	20	20	20	1
Текущий итоговый контроль	31	31	12,6	Проверка контрольных нормативов	В	31	31	31	1

<b>Мах кол. баллов</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
------------------------	------------	------------

5.4. Методические указания по порядку проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине по формам текущего контроля, предусмотренным настоящей рабочей программой дисциплины

Методические указания по порядку проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине по формам текущего контроля, предусмотренным настоящей рабочей программой дисциплины (см. п. 5.3.2) подготавливаются кафедрой и объявляются преподавателем накануне проведения текущего контроля успеваемости.

## **6. Организация промежуточной аттестации обучающихся**

### **2 семестр.**

- 1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану – зачет.
- 2) Форма организации промежуточной аттестации:  
– на основании семестрового рейтинга обучающихся.

### **3 семестр.**

- 1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану – зачет.
- 2) Форма организации промежуточной аттестации:  
– на основании семестрового рейтинга обучающихся.

### **4 семестр.**

- 1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану – зачет.
- 2) Форма организации промежуточной аттестации:  
– на основании семестрового рейтинга обучающихся.

### **5 семестр.**

- 1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану – зачет.
- 2) Форма организации промежуточной аттестации:  
– на основании семестрового рейтинга обучающихся.

### **6 семестр.**

- 1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану – зачет.
- 2) Форма организации промежуточной аттестации:  
– на основании семестрового рейтинга обучающихся.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**7.1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (по периодам освоения образовательной программы) – согласно п. 1.3. настоящей рабочей программы дисциплины**

**7.3. Критерии, показатели и порядок промежуточной аттестации обучающихся с использованием балльно-рейтинговой системы. Порядок перевода рейтинговой оценки обучающегося в традиционную систему оценок**

**Порядок промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине в форме зачёта 2,3,4,5,6 семестрах**

Промежуточная аттестация по дисциплине в форме зачёта проводится на основании результатов текущего контроля успеваемости обучающегося в семестре, в соответствии с расписанием занятий по дисциплине, как правило на последнем занятии.

Время на подготовку к промежуточной аттестации не выделяется.

Критерии, показатели и порядок балльно-рейтинговой системы промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в форме зачета, а также порядок перевода рейтинговой оценки обучающегося в традиционную систему оценок устанавливается Положением о балльно-рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова Министерства здравоохранения Российской Федерации с изменениями и дополнениями (при наличии).

## 8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Обучение по дисциплине складывается из контактной работы, включающей практические занятия(160ч) и самостоятельной работы(168ч).

Практические занятия проходят в спортивных залах. В ходе занятий студенты изучают методику и организацию самостоятельных занятий физическими упражнениями, а также самоконтроль в процессе данных занятий, теорию и методику физической культуры, и физическую подготовку, участвуют в подвижных и спортивных играх.

Коллоквиум является важным видом занятия, в рамках которого проводится текущий рубежный модульный контроль, включающих в себя обязательную сдачу контрольных нормативов по программе обучения.

Итоговое занятие является важным видом занятия, в рамках которого проводится итоговый контроль,

Самостоятельная работа студента направлена на подготовку к текущему контролю и текущему рубежному модульному контролю успеваемости.

## 9. Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины

### 9.1. Литература по дисциплине:

	Автор, название, место издания, издательство, год издания	Наличие литературы в библиотеке	
		Кол. экз.	Электр. адрес ресурса
1	2		4
1	Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : [учеб. пособие] / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 568 с. : ил. - Режим доступа : <a href="http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp">http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp</a> .	Удаленный доступ	<a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html</a>
2	Спортивная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство / [Г. Д. Алексанянц и др.] ; гл. ред. : С. П. Миронов [и др.]. - Москва : ГЭОТАРМедиа, 2013. - 1184 с. , [8] л. ил. - Режим доступа : <a href="http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp">http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp</a> .	Удаленный доступ	<a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html</a>
3	Мировой футбол./ Савин, А. В. - 2011 [Текст] : кто есть кто : полн. энцикл. - М. : Эксмо, 2011.	1	
4	Криштиану Роналду [Текст] : одержимый совершенством / Л. Кайоли ; [пер. Т. Звонаревой]. -	1	



	Москва : Эксмо, 2015. - 286 с. + [постер]. - (Иконы спорта). 1		
5	Мировой футбол [Текст] : кто есть кто, 2014 : полная энциклопедия / А. В. Савин. - Москва : Эксмо, 2014. - 830 с. : [32] л. ил. - (Полная энциклопедия спорта).	1	
6	Владислав Третьяк [Текст] : легенда №20 / Ф. Раззаков. - Москва : Алгоритм, 2014. - 239 с. : ил. - (Легенды нашего спорта). 1 Валерий Харламов [Текст] : абсолютный форвард / О. Спасский. - Москва : Эксмо, 2014. - 254 с. : [4] л. фот. - (Наше золото : Легенды отечественного хоккея). 1 Хоккей [Текст] : родоначальники и новички / А. В. Тарасов ; [предисл. В.Третьяка, А. Медведева]. - Москва : Эксмо, 2015. - 408 с. : [40] л. ил. : ил. - (Мастера спорта).	1	
7	Все чемпионы мира по шахматам [Текст] : [лучшие партии] / Е. Я. Гик. - 2-е изд. - Москва : Эксмо, 2014. - 346 с. : [16] л. ил. : ил. - (Спорт в деталях). - Указ. дебютов : с. 336-337.	1	
8	Бобби Фишер. Классический учебник шахмат [Текст] / Н. М. Калининченко. - Москва : Эксмо, 2014. - 390 с. : ил., портр. - (Шахматы. Классики).	1	
9	Шахматы [Текст] : история, правила, навыки, тактики / Д. Сондерс ; [пер. с англ. С. Худякова]. - Москва : Эксмо, 2015. - 256 с. : ил. - (Подарочные издания. Шахматы).	1	
10	Дзюдо [Текст] : все техники и основные упражнения / Р. Маркс. - Москва : Эксмо, 2015. - 111 с. : ил. - (Книга-инструктор). - Указ. приемов : с. 111. - Пер. изд.: Judo / R. Marcs.	1	

## 9.2. Перечень ресурсов информационно - телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

1. <http://www.kpfu.ru>
2. <http://www.fisu.net>
3. <http://www.studsport.ru>

## 9.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при наличии);

1. Автоматизированная образовательная среда университета.
2. Балльно-рейтинговая система контроля качества освоения образовательной программы в автоматизированной образовательной системе университета.

## 9.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), как на территории Университета, так и вне ее.

Электронная информационно-образовательная среда университета обеспечивает: доступ к

учебному плану, рабочей программе дисциплины, электронным учебным изданиям и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочей программе дисциплины; формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение его работ и оценок за эти работы.

Стандартно оборудованные залы и аудитории для проведения лекций и практических занятия:  
Спортивные сооружения: Всего спортивных сооружений – 1. (учебно-спортивный комплекс)  
плоскостные спортивные сооружения – нет

УСК имеет спортивные площадки (волейбольные площадки – 2, баскетбольные площадки – 1, мини-футбольные площадка – 1, футбольное поле – нет); спортивные залы – 6: 1 (42x24 м); 1 (36-18); 1-(30-18); 1-(30-15); 1-24-12); 1 (18-9). другие спортивные сооружения – 3 (тренажерные залы – 2; зал для занятий СМО-1.

Инвентарь: весь инвентарь, необходимый для проведения учебных занятий по физической культуре, а также для организации работы спортивных секций имеется в достаточном количестве (мячи в/б-28, мячи б/б-16, мячи м/ф -12, наборы для бадминтона-16 комплектов, столы настольного тенниса-8 штук, наборы для настольного тенниса-16 комплектов, волейбольные сетки-4 штуки, скакалки-60 штук, гимнастические палки-60 штук, ковер для борьбы-1 штука, гимнастические стенки-6 штук, канат для перетягивания-2 шт., гимнастические коврики-60 шт.)

Заведующий кафедрой  
д.м.н., профессор

Поляев Б.А.

	Содержание	Стр.
1.	Общие положения	4
2.	Формы работы обучающихся, виды учебных занятий и их трудоёмкость	10
3.	Содержание дисциплины (модуля)	11
4.	Тематический план дисциплины (модуля)	21
5.	Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)	26
6.	Организация промежуточной аттестации обучающихся	31
7.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	31
8.	Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)	32
9.	Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)	32