

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе

С.Т. Князев

С.Т. Князев
20__ г.

29 АПР 2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

Код модуля	Модуль
1156188	Теория и методика базовых видов спорта

Екатеринбург, 2020

Перечень сведений о рабочей программе модуля	Учетные данные
Образовательная программа <i>Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i>	Код ОП 49.03.02/33.01
Направление подготовки <i>Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i>	Код направления и уровня подготовки 49.03.02

Программа модуля составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Серова Нина Борисовна	к.п.н., доцент	Заведующий кафедрой	Сервиса и оздоровительных технологий

Согласовано:

Управление образовательных программ



Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Теория и методика базовых видов спорта

1.1. Аннотация содержания модуля

1.2. Модуль состоит из дисциплин, представляющих теоретические и методические основы классических, наиболее массовых видов спорта, входящих в программу по физической культуре для различных образовательных учреждений

1.3. Структура и объем модуля

Таблица 1

№ п/п	Перечень дисциплин модуля в последовательности их освоения	Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах
1	Теория и методика гимнастики	4
2	Теория и методика баскетбола	2
3	Теория и методика легкой атлетики	3
4	Теория и методика лыжного спорта	2
5	Теория и методика плавания	2
6	Теория и методика футбола	2
7	Теория и методика волейбола	2
ИТОГО по модулю:		17

1.4. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

Пререквизиты модуля	Не предусмотрены
Постреквизиты и корреквизиты модуля	<ol style="list-style-type: none">1. Медицинские аспекты адаптивной физической культуры2. Биологические основы двигательной деятельности3. Организационно-методические основы деятельности в сфере адаптивной физической культуры

1.5. Распределение компетенций по дисциплинам модуля, планируемые результаты обучения (индикаторы) по модулю

Таблица 2

Перечень дисциплин модуля	Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)
---------------------------	--------------------------------	--

1	2	3
Теория и методика гимнастики	<p>ОПК-2 - Способен использовать в профессиональной деятельности базовые знания в области теории, методологии и истории области знаний (в соответствии с направленностью (профилем) образовательной программы)</p>	<p>З-1 - Объяснять роль и значение базовых знаний в области теории, методологии и истории профильной области знаний в формулировании и решении задач профессиональной деятельности У-1 - Обосновывать варианты решения задач профессиональной деятельности, используя базовые знания в области теории, методологии и истории профильной области знаний П-1 - Предлагать варианты решения задач профессиональной деятельности, опираясь на базовые знания в области теории, методологии и истории профильной области знаний Д-1 - Демонстрировать стремление к поиску новых знаний и обучению</p>
	<p>ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса</p>
	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>

		<p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>
Теория и методика баскетбола	<p>ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p>	<p>3-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p> <p>У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса</p>
	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>3-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>
Теория и методика легкой	<p>ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы</p>	<p>3-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных</p>

атлетики	<p>упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p>	<p>физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p> <p>У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса</p>
	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>

<p>Теория и методика лыжного спорта</p>	<p>ОПК-4 - Способен анализировать информацию и систематизировать знания, с целью выработки профессиональной экспертной оценки</p>	<p>З-1 - Объяснять основные принципы и методы анализа и систематизации информации, критерии оценивания результатов профессиональной деятельности в выбранной области З-2 - Определять подходы к проведению экспертной оценки результатов профессиональной деятельности У-1 - Анализировать информацию в области профессиональной деятельности, систематизировать и интерпретировать полученные данные для формулирования экспертной оценки У-2 - Оценивать полученные результаты профессиональной деятельности и формировать профессиональную экспертную позицию П-1 - Формулировать экспертную оценку результатов профессиональной деятельности, используя методы анализа и систематизации информации Д-1 - Проявлять аналитические умения и логическое мышление</p>
	<p>ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса</p>
	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей,</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний У-2 - Определять потребности в обучении и</p>

	сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний
Теория и методика плавания	ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая	З-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса
	ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза

		заболеваний
Теория и методика футбола	ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p> <p>У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса</p>
	ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>

<p>Теория и методика волейбола</p>	<p>ОПК-5 - Способен использовать знания основ педагогической деятельности для преподавания профильных дисциплин в общеобразовательных организациях и развития обучающихся в организациях дополнительного образования детей и взрослых</p>	<p>З-1 - Характеризовать основные методологические подходы к педагогической деятельности, традиционные и инновационные педагогические технологии, методы и формы обучения З-2 - Описывать формы и виды организации учебного процесса в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования детей и взрослых З-3 - Излагать требования к планированию учебных занятий, разработке и оформлению учебно-методической документации У-1 - Выбирать адекватные педагогические технологии, методы и формы обучения на основе анализа особенностей целевой группы обучающихся в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования детей и взрослых У-2 - Оценивать структуру и оформление учебно-методической документации на соответствие требованиям и корректировать ее П-1 - Разрабатывать и оформлять учебно-методическую документацию для учебного процесса в соответствии с требованиями П-2 - Планировать организацию учебного процесса, опираясь на достижения в области педагогической науки, современных информационных технологий и методик обучения Д-1 - Проявлять доброжелательность, толерантность, навыки эффективной коммуникации в педагогической деятельности</p>
	<p>ПК-6 - Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая У-1 - Определять цель и задачи завершения реабилитационного случая у участников реабилитационного процесса П-1 - Иметь опыт разработки комплексов упражнений с использованием технических средств и методических приемов участников реабилитационного процесса</p>

	<p>реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p>	
	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>

1.6. Форма обучения

Обучение по дисциплинам модуля может осуществляться в форме:

Очная;

Заочная;

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и методика гимнастики
Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Лебедихина Татьяна Михайловна	-	доцент	Физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Гимнастика в системе физического воспитания	Место и значение гимнастики в системе физического воспитания. Современное состояние и перспективы дальнейшего развития гимнастики. Задачи, средства и методические особенности гимнастики. Виды гимнастики.
2.	Места занятий и их оборудование	Основные гигиенические требования к местам занятий гимнастикой. Гимнастические снаряды для занятий основной, спортивной и другими видами гимнастики; их назначение. Подготовка, рациональное размещение гимнастических снарядов для занятий. Правила эксплуатации залов, оборудования и инвентаря.
3.	История развития гимнастики	Гимнастика в древнем мире и в средние века. Развитие гимнастики в эпоху возрождения. Создание национальных систем гимнастики: немецкой, шведской, французской, сокольской. Система гимнастики П.Ф.Лесгафта. Развитие гимнастики в России. История развития спортивной, художественной гимнастики и спортивной акробатики.
4.	Гимнастическая терминология	Назначение гимнастической терминологии. Способы образования терминов. Характеристика общих, основных и дополнительных терминов и правила их применения. Особенности терминологии отдельных групп гимнастических упражнений. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Правила сокращения, уточнения и записи упражнений. Формы записи гимнастических упражнений.
5.	Меры предупреждения травматизма при занятиях гимнастикой. Роль страховки и помощи в	Характеристика травм, возможных при занятиях гимнастикой. Причины травматизма во время занятий. Меры предупреждения травм. Значение помощи страховки и само страховки для обеспечения безопасности занятий. Разновидности физической помощи. Основы доврачебной

	предупреждении травм	помощи при травмах.
6.	Общеразвивающие упражнения	Назначение общеразвивающих упражнений и их классификация. Краткая характеристика ОРУ без предметов и с предметами. Основные положения при составлении комплекса ОРУ. Способы регулирования физической нагрузки с использованием ОРУ. Способы обучения ОРУ. Способы проведения ОРУ.
7.	Общие основы техники и биомеханики гимнастических упражнений. Методика обучения упражнениям	<p>Характеристика и классификация гимнастических упражнений на снарядах, гимнастических прыжков (не опорных и опорных), акробатических упражнений.</p> <p>Реализация дидактических принципов в процессе обучения гимнастическим упражнениям. Этапы обучения: создание предварительного представления об упражнении, разучивание упражнения, закрепление и совершенствование двигательного навыка.</p> <p>Характеристика методов обучения. Использование подводящих упражнений, наглядных пособий, зрительных и слуховых ориентиров, технических средств для повышения эффективности процесса овладения занимающимися техникой гимнастических упражнений. Исправление ошибок при обучении. Значение помощи и страховки на разных этапах обучения.</p>
8.	Урок гимнастики	Характеристика урока как основной формы организации занятий. Структура урока. Задачи, средства, методические особенности подготовительной, основной и заключительной части урока. Общая и моторная плотность урока.
9.	Организация и проведения соревнований по гимнастике	Цели, задачи и виды соревнований. Положение о соревнованиях. Этапы подготовки к соревнованиям. Состав судейской коллегии. Функции главного судьи соревнований и его заместителей. Основы методики судейства. Документация соревнований.
10.	Особенности методики занятий гимнастикой с лицами старших возрастов	Значение занятий гимнастикой для лиц среднего, пожилого и старшего возраста. Формы и содержание занятий гимнастикой с различными возрастными группами. Физическая нагрузка и ее регулирование. Врачебный контроль и самоконтроль.
11.	Гимнастические выступления и праздники	Значение гимнастических выступлений и спортивных праздников. Сценарий праздника и характеристика его составных частей. Музыкальное сопровождение и художественное оформление. Организация и методика подготовки.

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

1. Лебедихина, Т. М. Гимнастика 1 часть / Лебедихина Т.М. — ЭИ .— 2005 .— I часть теоретического курса содержит шесть основных базовых тем раздела дисциплины "Гимнастика". В данной работе раскрыты задачи, средства, методические особенности гимнастики, а также представлен материал по изучению мер предупреждения травматизма, что является очень важным в плане сохранения здоровья занимающихся. Широко освещен раздел "Гимнастическая терминология", знание которой облегчает преподавание и общение специалистов, написание специальной литературы. — в корпоративной сети УрФУ .—
URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=31
2. Лебедихина, Т. М. Гимнастика 2 часть / Лебедихина Т.М. — ЭИ .— 2005 .— В данной работе рассмотрены основы методики проведения урока гимнастики, а также вопросы организации и проведения соревнований по гимнастике. Представлены образцы документов, необходимых для проведения соревнований. Уделено внимание составлению плана конспекта урока. — в корпоративной сети УрФУ .— URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=32
3. Лебедихина, Т. М. Гимнастика 3 часть / Лебедихина Т.М. — ЭИ .— 2005 .— В данной работе раскрыты общие основы техники и биомеханики гимнастических упражнений. Рассмотрены методические особенности занятий гимнастикой с лицами среднего, пожилого и старшего воз-раста. Уделено внимание вопросам организации и проведения спортивно-массовых мероприятий. — в корпоративной сети УрФУ .—
URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=33

Печатные издания

1. Журавин М.Л. Гимнастика / М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. М.: «Академия», 2001. - 448с. - ЗНБ УрФУ
 2. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Ю.Ф. Курамшин. - 2-е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. - 464с.
 3. Лебедихина Т.М. Гимнастика: учебное пособие / Т.М. Лебедихина. Екатеринбург: УГ-ТУ-УПИ, 2009. - 127с. – ЗНБ УрФУ
 4. Лебедихина Т.М. Терминология гимнастики и аэробики: учеб. пособие / Т.М. Лебедихина, Л.А. Коваль. Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2012. - 92с.: ил.- ЗНБ УрФУ
- Профессиональные базы данных, информационно-справочные**
1. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 2. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 3. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/TPFK>
 4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

www.iprbookshop.ru/ - ЭБС IPR BOOKS

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Зал аэробики , 2 раздевалки, мячи-фитболы	
3	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и	

		нормами	
--	--	---------	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика баскетбола

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Чудиновских Анатолий Владимирович	к.б.н., доцент	доцент	Теории физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Введение. Общая характеристика спортивной игры	Программа изучения дисциплины, критерии оценки результатов обучения, подготовка к занятиям и организационные требования. Правила безопасности. Характеристика развития баскетбола в России и за рубежом. Система подготовки квалифицированных баскетболистов. Приоритетные направления развития сторон подготовленности баскетболиста.
2.	Терминология баскетбола	Значение терминологии в освоении основ методики обучения и организации соревновательной деятельности. Разъяснение основных терминов, используемых в официальных правилах и при обозначении технико-тактических действий.
3.	Правила соревнований	Основные положения официальных правил баскетбола. Нарушения, наказываемые персональными и техническими замечаниями. Определение аутов и правила зоны. Допускаемые действия «силового» противоборства. Правила фиксации чистого времени. Регламент проведения замен и минутных перерывов.
4.	Основы арбитража	Основные обязанности судьи на площадке. Перемещения судей и выбор места для наблюдения. Действия при спорном вбрасывании и пробитии штрафного броска. Жесты, обозначающие нарушения правил. Обязанности судьи до и по окончании матча. Требовательность и тактичность в отношениях с игроками и тренерами. Правила ведения протокола матча. Обязанности секундометриста и судьи, фиксирующего время владения мячом.
5.	Техника защитных действий и методика обучения	Двигательные задачи и правила выполнения технико-тактических действий в защите. Действия против дриблера. Действия против центрального без мяча и владеющего мячом. Противодействие силовым проходам и броскам с точки. Выбор оптимальной дистанции до нападающего с мячом до начала им ведения. Способы и правила отсекания при подборе.

		Перехваты.
6.	Техника действий в нападении и методика обучения	Правила техники передач на месте и в движении. Ведение по прямой и с изменением направления. Броски с места и в движении после ведения и с хода. Одно- и двухударный силовой проход. Выбор броска или прохода в зависимости от расстояния до кольца и дистанции до защитника. Комбинаторные связки разученных действий в нападении. Способы стимулирования использования определенных действий в двухсторонней игре. Проскальзывание при постановке противником заслонов.
7.	Тактика защиты и методика обучения	Основные принципы выбора варианта командной тактики в защите: личная, зонная, смешанная, личный прессинг, зонный прессинг. Выбор позиции и передвижения защитника при личной защите в зависимости от игровой функции и позиции опекаемого нападающего. Обязанности игроков при зонной защите в зависимости от заданной позиции. Взаимодействия и подстраховка при постановке заслонов.
8.	Тактика нападения и методика обучения	Выбор тактики позиционного нападения в зависимости от текущего результата матча, уровня кондиционной и технико-тактической подготовки игроков команды соперника. Варианты простых тактических взаимодействий против личной защиты: отдал – выйди, заслон-двойка, заслон-тройка. Командные взаимодействия с завершением атаки снайпером, центровым, с созданием условий для прохода. Развитие атаки быстрым прорывом. Способы преодоления личного и зонного прессинга.
9.	Физическая подготовка баскетболиста	Значение и функции физической подготовки: условия успешности обучения и профилактики травматизма. Приоритетные направления физической подготовки на различных этапах многолетнего процесса и в различные периоды большого цикла.

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

1. Баскетбол : основы обучения техническим приемам игры в нападении : учебно-методическое пособие .— Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014 .— 40 с. — ISBN 978-5-7996-1175-0 .— <URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275631>>.

Печатные издания

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол : Теория и методика обучения : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура / Д. И. Нестеровский .— 2-е изд., испр. — Москва : Academia, 2006 .— 336 с. : ил. ; 22 см

2. Цыганков Д.С. Баскетбол: учебно-методическое пособие / Д.С. Цыганков, В.Н. Еремеев. – Екатеринбург, УГТУ-УПИ, 2007. – 98 с.

Профессиональные базы данных, информационно-справочные

4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 5. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 6. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРФК>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

www.iprbookshop.ru/ - ЭБС IPR BOOKS

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащении дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Зал мини-футбола, гандбола 24х42 (100 посад. мест); зал баскетбола, волейбола 24х42 (500 посад. мест); 4 раздевалки с душевыми, стойки баскетбольные, ворота гандбольные, сетка волейбольная, игровые мячи, общая площадь 3739,8кв.м	

3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и методика легкой атлетики
Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Воробьева Вера Михайловна	-	доцент	Физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Введение в предмет	Введение в лёгкую атлетику, определение лёгкой атлетики. Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Оздоровление и прикладное значение занятий бегом, ходьбой, прыжками, метаниями.
2.	История развития легкой атлетики	Возникновение лёгкой атлетики. Лёгкая атлетика в дореволюционной России. Лёгкая атлетика в СССР. Легкоатлетический спорт в период перестройки и в Российском государстве в 90-е годы.
3.	Основы техники спортивной ходьбы и бега	Ходьба и бег – естественные способы передвижения человека. Взаимодействие внутренних и внешних сил при ходьбе и беге. Путь движения общего центра массы тела (ОЦМТ) при ходьбе и беге. Цикличность ходьбы, фазы движения ноги в течение цикла (двойного шага). Периоды одиночной и двойной опоры. Взаимодействие внутренних и внешних сил при ходьбе. Путь движения общего центра массы тела (ОЦМТ) при ходьбе. Скорость передвижения, длина и частота шагов при ходьбе. Отличительные особенности бега от ходьбы. Чередование периодов опоры и полёта. Взаимодействие внутренних и внешних сил. Значение инерции. Сочетание маховых движений с отталкиванием.
4.	Техника спортивной ходьбы	Овладение элементами техники движений и техникой ходьбы в целом (положение туловища и головы, движение ног, рук, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе).

5.	Техника бега на средние и длинные дистанции	<p>Последовательное овладение техникой основных подводящих и специальных упражнений по обучению технике бега и ее совершенствованию.</p> <p>Специальные упражнения, обеспечивающие воспитание физических качеств применительно к бегу на средние и длинные дистанции.</p>
6.	Техника бега на короткие дистанции	<p>Последовательное овладение элементами техники и техники спринтерского бега в целом (особенности бега на короткие дистанции, разновидности старта, исходные положения на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по прямой, финиширование).</p>
7.	Техника эстафетного бега	<p>Последовательное овладение элементами техники и техникой в целом (способы несения и передачи эстафеты, установление контрольных отметок в зонах передачи, стартовые положения, бег на дистанции).</p>
8.	Техника барьерного бега	<p>Овладение элементами техники и техникой бега в целом (старт и стартовый разгон, атака и переход через барьер, положение бегуна над барьером, сход с барьера, бег между барьерами, ритм бега, финиширование, дыхание при беге). Особенности техники бега на различные дистанции.</p>
9.	Основы техники прыжков	<p>Определение прыжков, фазы прыжка: разбег и подготовка к отталкиванию, отталкивание, полёт и приземление. Механизм отталкивания. Значение движений маховой ногой, руками и выпрямление тела для эффективности отталкивания. Угол отталкивания и угол вылета при прыжках. Начальная скорость полёта. Траектория ОЦМТ прыгуна в полёте.</p>
10.	Техника прыжка в высоту с разбега	<p>Обучение технике прыжков в высоту с разбега: последовательное овладение элементами техники и техникой прыжка в целом (разбег, подготовка к отталкиванию, отталкивание, переход через планку).</p>
11.	Техника прыжка в длину с разбега	<p>Обучение технике прыжка в длину с разбега: последовательное овладение элементами техники и техникой прыжка в целом (разбег, подготовка к отталкиванию, движения в полёте – способом «согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы»).</p>
12.	Техника тройного прыжка с разбега	<p>Обучение технике тройного прыжка с разбега: последовательное овладение элементами техники и техникой прыжка в целом (разбег, подготовка к отталкиванию, отталкивание, выполнение "скачка", "шага", "прыжка").</p>
13.	Основы техники метаний	<p>Дальность полёта снаряда и факторы, её определяющие, начальная скорость вылета, угол вылета в зависимости от формы снаряда. Длина пути приложения</p>

		усилий метателя к снаряду. Наибольшее ускорение и выпуск в правильном направлении как основа техники метания. Последовательность включения в работу мышечных групп, фазы метания.
14.	Техника метания гранаты и копья	Обучение технике метания: последовательное овладение элементами техники и техникой метания в целом (держание снаряда, несение снаряда в разбеге, разбег и подготовка к броску, "бросковые шаги", положение тела перед броском, финальное усилие и движение после выпуска снаряда).
15.	Техника толкания ядра	Овладение элементами техники и техникой толкания ядра в целом (держание ядра, исходное положение и предварительные движения, стартовое усилие и движения для сохранения равновесия).
16.	Организация и проведение соревнований	Виды соревнований. Классификация соревнований по лёгкой атлетике. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Судейская коллегия (характеристика работы главного судьи и главного секретаря, старших судей и секретарей на видах). Правила соревнований по ходьбе, бегу, прыжкам и метаниям.
17.	Судейство соревнований по легкой атлетике	Овладение навыками судейства соревнований в прыжках, метаниях, беге. Ознакомление с работой заместителей главного судьи и главного секретаря, главного судьи и главного секретаря.

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

1. Воробьев, Л. П. Легкая атлетика / Воробьев Л.П., Воробьева В.М. — ЭИ. — 2005. —
Комплект электронных материалов предназначен для обеспечения самостоятельной работы по дисциплине "Легкая атлетика", состоящий из нескольких электронных продуктов. Рабочая программа соответствует Государственному образовательному стандарту по специальности 022300. В пособии описываются материалы по классификации легко-атлетических упражнений, история возникновения и развития легкой атлетики. Даны основы техники легкоатлетических упражнений, методика обучения видам легкой атлетики и тренировки. Рассмотрена подготовка юных легкоатлетов. Описаны правила соревнований по легкой атлетике. — в корпоративной сети УрФУ. — <URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=37>
2. Воробьев, Л. П. Спортивная ходьба, бег / Воробьев Л.П., Воробьева В.М. — ЭИ. — 2005. —
Комплект электронных материалов предназначен для обеспечения самостоятельной работы по дисциплине "Теория и методика избранных видов спорта", состоящий из трех электронных продуктов: Рабочая программа соответствует Государственному образовательному стандарту по специальности 022300. В пособии описывается история ходьбы, беговых и барьерных видов легкой

атлетики, их техника и методика тренировки. — в корпоративной сети УрФУ .—

<URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=38>

3. Врублевский, Е. П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) / Е. П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995>

Печатные издания

1. Физическая культура. Легкая атлетика: учебное пособие / В.В. Бисеров, И.В. Рукина, Т.Л. Мухтарова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 219 с.

Профессиональные базы данных, информационно-справочные

2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 3. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 4. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/TPFK>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

www.iprbookshop.ru/ - ЭБС IPR BOOKS

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащении дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	легко-атлетический манеж 5921,9 кв.м, мячи игровые , гантели, скакалки, метболы, колодки стартовые, барьеры,	

		фотофиниш, звуковая система, скамейки гимнастические 7 шт, сетки защитные. Сиденья для зрителей на 100 посадочных мест.	
3	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и методика лыжного спорта
Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Захарова Анна Валерьевна	К.п.н., профессор	профессор	Физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	История развития лыжного спорта в России.	Значение лыж в жизни народов Севера. Эволюция лыж и снаряжений лыжника. Первые соревнования лыжников в России и за рубежом. Лыжные гонки в России. Лыжные гонки в программе Олимпийских игр. Чемпионаты мира по лыжным гонкам. Результаты выступлений российских лыжников на международной арене.
2.	Лыжный спорт и здоровье.	Поведение на занятиях, техника безопасности, оказание первой медицинской помощи при обморожениях. Питание лыжника зимой. Личная гигиена. Особенности одежды лыжника в различных погодных условиях. Роль лыжных гонок в системе ЗОЖ. Педагогический и врачебный контроль и самоконтроль.
3.	Подготовка лыж, лыжные мази, парафины.	Выбор лыжного инвентаря, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Снаряжение лыжника, подготовка инвентаря к тренировочным занятиям и соревнованиям. Классификация лыжных мазей и парафинов. Особенности их применения и хранения.
4.	Техническая подготовка в лыжном спорте.	Значение рациональной техники в передвижении на лыжах. Классификация классических лыжных ходов, основные элементы попеременного и одновременного лыжных ходов. Техника прохождения спусков, подъемов, поворотов, способы торможения. Классификация коньковых лыжных ходов. Основные элементы коньковых ходов.
5.	Методика обучения технике передвижения на лыжах.	Средства и методы обучения технике передвижения классическими и коньковыми ходами. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения технике передвижения на лыжах.
6.	Физическая подготовка в лыжном спорте.	Периодизация годичного тренировочного цикла. Основные средства и методы физической подготовки лыжника-гонщика. Общая и специальная физическая подготовка. Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.

7.	Правила соревнований по лыжным гонкам.	Положение о соревнованиях. Выбор мест соревнований, подготовка лыжных трасс, оборудование старта и финиша. Организационная работа по подготовке соревнований. Состав и обязанности и права участников. Определение времени и результатов индивидуальных гонок. Система зачета в соревнованиях по лыжным гонкам.
----	--	---

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

4. Корельская, И.Е. Лыжный спорт с методикой преподавания : учебное пособие / И.Е. Корельская ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова. - Архангельск : САФУ, 2015. - 114 с. - Библиогр.: с. 110. - ISBN 978-5-261-01062-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420>
5. Обучение классическим лыжным ходам : учебно-методическое пособие / авт.-сост. Н.Н. Мелентьева, Н.В. Румянцева. - Москва : Спорт, 2016. - 217 с. : табл. - ISBN 978-5-9907240-1-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460918>

Печатные издания

1. Физическая культура: спортивно-оздоровительная тренировка студентов в отделении лыжных гонок: учебно-методическое пособие / Л.Л. Брехова, Е.А. Слушкина, А.В. Шишкина, И.М. Добрынин. – Екатеринбург: Изд-во УрФУ, 2013. – 116 с.
2. Шишкина, Анна Валерьевна. Лыжные гонки XXI века: специальная физическая подготовка квалифицированных лыжников-гонщиков : [монография] / А. В. Шишкина ; Урал. гос. техн. ун-т - УПИ им. Первого президента России Б. Н. Ельцина .— Екатеринбург : УГТУ-УПИ, 2008 .— 347 с.
3. Шишкина, Анна Валерьевна. Силовая подготовка квалифицированных лыжников-гонщиков в новых условиях соревновательной деятельности : монография / А. В. Шишкина, Н. М. Тарбеева ; науч. ред. С. В. Новаковский ; Урал. гос. техн. ун-т - УПИ .— Екатеринбург : УГТУ-УПИ, 2008 .— 91 с.

Профессиональные базы данных, информационно-справочные

5. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 6. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 7. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/TPFK>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Лыжная база	
3	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика плавания

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Мясникова Татьяна Ивановна	К.п.н., профессор	профессор	Физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Значение плавания и история его развития	Плавание в системе физического воспитания. Влияние плавания на организм человека. Оздоровительное, прикладное, спортивное значение плавания.
2.	Основы техники	Возникновение плавания. Развитие плавания в России. Современное состояние плавания в России и за рубежом.
3.	способов плавания, стартов, поворотов	Эволюция техники плавания способом кроль на груди, кроль на спине, дельфин и брасс. Современные взгляды на технику движений при плавании этими способами (положение тела, движения рук, ног, согласование). Модель техники плавания (фазовая структура, задачи).
4.	Методика начального обучения плаванию и совершенствования техники плавания, стартов и поворотов для различных групп населения	Общая характеристика техники старта с тумбочки и из воды. Варианты стартов: фазовая структура, задачи и основные требования к технике. Классификация поворотов: фазовая структура.
5.	Основы многолетней подготовки пловца	Типичные ошибки в технике плавания способами кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс. Упражнения, применяемые для их устранения.

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

1. Кислица, Н.Т. Плавание : учебно-методическое пособие / Н.Т. Кислица, В.В. Семянникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елец-кий государственный университет им. И.А. Бунина». - Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011. - 149 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272201>
2. Лушпа, А.А. Плавание : учебное пособие / А.А. Лушпа. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. - 108 с. - ISBN 978-5-8353-1333-4 ; То же [Электронный ре-сурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232770>

Печатные издания

1. Мухтарова, Т. Л. Спортивное плавание : учеб. пособие. Ч. 1 / Т. Л. Мухтарова ; науч. ред. А. В. Шишкина ; Урал. гос. техн. ун-т - УПИ . – Екатеринбург : УГТУ-УПИ, 2006. – 161 с
2. Мухтарова, Т. Л. Спортивное плавание : учеб. пособие. Ч. 2 / Т. Л. Мухтарова ; науч. ред. А. В. Шишкина ; Урал. гос. техн. ун-т - УПИ . – Екатеринбург : УГТУ-УПИ, 2006. – 189 с.
3. Шишкина, Анна Валерьевна. Силовая подготовка квалифицированных лыжников-гонщиков в новых условиях соревновательной деятельности : монография / А. В. Шишкина, Н. М. Тарбеева ; науч. ред. С. В. Новаковский ; Урал. гос. техн. ун-т - УПИ .— Екатеринбург : УГТУ-УПИ, 2008. — 91 с.
- 3.Мясникова, Т. И. Плавание: общая характеристика и история развития : учеб. пособие. / Т.И. Мясникова. – Екатеринбург : УрФУ, 2016. – 124 с.

Профессиональные базы данных, информационно-справочные

8. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 9. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 10. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРФК>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

www.iprbookshop.ru/ - ЭБС IPR BOOKS

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в	

		<p>соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p>	
2	Практические занятия	Чаша бассейна с 6 дорожками по 25 м	
3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика футбола

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Гайл Виктор Вадимович	К.п.н., доцент	Зав. кафедрой	Теории физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания; Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Краткая характеристика игры в футбол	Краткая характеристика дисциплины, ее цели, задачи, объем, содержание, порядок изучения материала, связь с другими спортивными дисциплинами, место в школьной программе. Определение содержания игры, место и значение игры в единой спортивной классификации. Игра в футбол как средство рекреации.
2.	История развития игры в футбол	Возникновение игры. Футбол в России. Футбол за рубежом. Тенденции развития игры.
3.	Правила игры и методика судейства соревнований по футболу	Эволюция правил соревнований по футболу, действующие правила игры, методика судейства. Ведение документации. Организация соревнований
4.	Места занятий, оборудование и инвентарь по футболу	Размеры поля. Разметка и оборудование поля для занятий и соревнований. Устройство и назначение дополнительного оборудования. Футбольный мяч. Спортивная форма и обувь.
5.	Методика обучения игре в футбол	Обучение технике полевого игрока. Обучение технике вратаря. Тактическая подготовка футболистов
6.	Техника игры в футбол	Виды ударов по мячу ногой, головой. Ведение мяча. Остановки мяча. Обманные движения и финты. Техника перемещений полевого игрока и вратаря. Техника

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

1. Губа В.П. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности : учебное пособие [Электронный ресурс] / В.П. Губа, А.В. Лексаков. - Москва : Советский спорт, 2012. - 176 с. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210422>
2. Левченко Е.С. Футбол : учебно-методическое пособие / Е.С. Левченко. - Ставрополь : СКФУ, 2014. - 159 с. – Режим доступа <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457404>
3. Шамонин, А. В. Футбол : методика проведения занятий. Учебно-методическое пособие / А. В. Шамонин. — Москва : Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 128 с. — ISBN 978-5-7264-0628-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/20046.html>

Печатные издания

1. Банников С.Е. Футбол: учебно-методическое пособие / С.Е Банников, Р.И. Минязев, А.Г.Босоногов, Н.А.Стаин . - Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2007. – 104 с.
2. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых : практическое пособие / Х. Вайн ; пер. с итал. А. Л. Марескотти ; пер. с итал. В. Б. Серовский .— Москва : Терра-Спорт|Олимпия Пресс, 2004 .— 245 с.

Профессиональные базы данных, информационно-справочные

11. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 12. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 13. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТПФК>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/ФКВОТ>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

www.iprbookshop.ru/ - ЭБС IPR BOOKS

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

№ п/п	Виды занятий	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p>	
2	Практические занятия	<p>Футбольное поле 7,236кв.м., ворота футбольные 2шт., сиденья на 1000 посадочных мест</p>	
3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика волейбола

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Кунышева Светлана Дмитриевна	профессор	профессор	Физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Краткая характеристика игры в волейбол	Краткая характеристика дисциплины, ее цели, задачи, объем, содержание, порядок изучения материала, связь с другими спортивными дисциплинами, место в школьной программе. Определение содержания игры, место и значение игры в единой спортивной классификации.
2.	История развития игры в волейбол	Возникновение игры. Волейбол в России. Волейбол за рубежом. Тенденции развития игры.
3.	Правила игры и методика судейства соревнований по волейболу	Эволюция правил соревнований по волейболу, действующие правила игры, методика судейства. Ведение документации. Организация соревнований
4.	Места занятий, оборудование и инвентарь по волейболу	Размеры площадки. Разметка и оборудование площадки для занятий и соревнований. Устройство и назначение дополнительного оборудования. Волейбольный мяч. Спортивная форма и обувь.
5.	Методика обучения игре в волейбол	Обучение технике игрока. Обучение технике в соответствии с игровым амплуа. Тактическая подготовка волейболистов.
6.	Техника игры в волейбол	Методика обучения стойкам и перемещениям волейболиста. Методика обучения передаче мяча сверху двумя руками. Методика обучения нижней прямой подаче. Методика обучения верхней прямой подаче. Обучение разбегу в нападающем ударе. Методика начального обучения нападающему удару в целом. Обучение приему мяча. Методика обучения передаче мяча снизу двумя руками.

		Обучение индивидуальному (одиночному) блокированию
7.	Тактика игры в волейбол	Понятие тактики. Определение индивидуальной, групповой и командной тактики.

1.3. Программа дисциплины реализуется:
на государственном языке Российской Федерации (русский).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Электронные ресурсы (издания)

1. Губа, В.П. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе : учебное пособие / В.П. Губа, А.В. Родин. – Москва : Советский спорт, 2009. – 162 с. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210477>
2. Фомин, Е.В. Волейбол: начальное обучение : учебное пособие / Е.В. Фомин, Л.В. Булькина. - Москва : Спорт, 2015. - 88 с. : ил. - (Спорт в школе). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906578-2-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415>

Печатные издания

1. Железняк, Ю. Д. Волейбол : метод. пособие по обучению игре / Ю. Д. Железняк, В. А. Кунянский, А. В. Чачин ; [под ред. Ю. Д. Железняка] .— М. : Терра-Спорт : Олимпия Пресс, 2005 .— 112 с. : ил.
- Профессиональные базы данных, информационно-справочные**
14. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
 15. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
 16. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/TPFK>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

www.iprbookshop.ru/ - ЭБС IPR BOOKS

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Зал мини-футбола, гандбола 24х42 (100 посад. мест); зал баскетбола, волейбола 24х42 (500 посад. мест); 4 раздевалки с душевыми, стойки баскетбольные, ворота гандбольные, сетка волейбольная, игровые мячи, общая площадь 3739,8 кв.м	
3	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование,	

		соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
--	--	--	--