

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Педагогического совета
Медицинского колледжа им. А.Л.Поленова ИМЭиФК

протокол № 11 от 18 июня 2020 г


Филиппова С.И.
подпись руководителя учебного подразделения СПО
«18» июня 2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная дисциплина	Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки
Учебное подразделение	Медицинский колледж им. А.Л.Поленова
Курс	2,3,4

Специальность 49.02.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Форма обучения ОЧНАЯ

Дата введения в учебный процесс УлГУ «1» сентября 2020 г.

Программа актуализирована на заседании ПЦК/УМС: протокол №1 от 30.08.2021г

Программа актуализирована на заседании ПЦК/УМС: протокол №12 от 20.06. 2022г

Программа актуализирована на заседании ПЦК/УМС: протокол №12 от 20.06.2023г

Сведения о разработчиках

ФИО	должность
Бахитова Альфия Рашидовна	преподаватель
Мацкевич Алексей Николаевич	преподаватель

СОГЛАСОВАНО

Председатель ПЦК общеобразовательных
дисциплин



_____/Бакшеев Ю.В.
Подпись ФИО

18.06.2020г

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УД

1.1. Цели и задачи, результаты освоения (знания, умения)

Целью освоения дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки» является изучение особенностей и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности, позволяющими использовать их в педагогической практике своей будущей специальности.

Задачи дисциплины:

- изучить историю развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- изучить терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- изучить технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- освоить содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;
- освоить методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- познать особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;
- изучить основы судейства по изученным базовым видам спорта.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код компетенции	Умения	Знания
--------------------	--------	--------

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины			
<i>ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12</i> <i>ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 1.7, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4</i>	уметь: - планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; -выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; -использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; -применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; -обучать двигательным действиям изученных базовых и	знать: -историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; -терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности в школе; -методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурноспортивной деятельности; -особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности; -основы судейства по изученным базовым	
	новых видов физкультурноспортивной деятельности; -подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; -использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	видам спорта; -разновидности спортивнооздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ.

Программа по УД *Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки* является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура в части освоения общепрофессиональных дисциплин.

Учебная дисциплина *Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки* обеспечивает формирование и развитие профессиональных и общих компетенций ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ОК 9, ОК 10, ОК 11, ОК 12, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.6, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 2.5, ПК 2.6, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.4

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

1.1.Количество часов на освоение программы 902

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УД 2.1.Объем и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	902
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	608/608
в том числе:	
теоретическое обучение	70/70
практические занятия	538/538
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	294
Виды самостоятельной работы Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений	
<i>Текущий контроль знаний в форме устного опроса, тестирования</i>	
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференциального зачета и экзамена</i>	

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно дистанционных образовательных технологий в таблице через слеш указывается количество часов работы ППС с обучающимися, для проведения занятий в дистанционном формате с применением электронного обучения

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

2.2. Тематический план и содержание

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения	Форма текущего контроля
1	2	3	4	5
Раздел 1. Легкая атлетика				
Тема 1.1	Содержание учебного материала			
Основы техники ходьбы и бега.	Классификация. Легкоатлетическое многоборье Мужское десятиборье Женское семиборье Эстафетный и кроссовый бег	12	1	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме «Легкая атлетика» - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 1.2	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Техника эстафетного бега	Формирование команды по этапам. Бег по прямой Бег по виражу Передача эстафетной палочки на месте Передача эстафетной палочки в ходьбе Передача эстафетной палочки в беге в коридоре в среднем темпе Передача эстафетной палочки в беге на субмаксимальных скоростях.	6	3	Устный опрос Демонстрация техники упражнений

	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия Отработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 1.3	Содержание учебного материала			
Основы техники легкоатлетических прыжков	1.Прыжок в длину с разбега 2. Прыжок в высоту с разбега 3. Тройной прыжок, 4. Прыжок с места, 5. Прыжок с шестом.	10	3	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 1.4	Содержание учебного материала			
Основы техники легкоатлетических метаний	метание теннисного мяча, метание гранаты, копья, диска, молота, толкание ядра	7	3	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия	4		
	Отработка техники упражнений и развитие соответствующих физических качеств			
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 1.5	Содержание учебного материала			
Судейство легкоатлетических видов.	Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике; Функции беговой бригады, бригады судей по прыжкам, бригады судей по метанию, работа хронометриста;	10	3	Устный опрос Презентация, Реферат Тестирование
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	4		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся -Самостоятельный обзор дополнительной литературы	4		Устный опрос реферат
Тема 1.6	Содержание учебного материала			
Методика оздоровительной тренировки с лицами с ограниченными возможностями здоровья.	Техника ходьбы и бега с лицами с ограниченными возможностями в состоянии здоровья.	10	2	Устный Опрос Демонстрация техники упражнений
	Техника прыжков с лицами с ограниченными возможностями в состоянии здоровья.			
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Оработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся -Самостоятельный обзор дополнительной литературы Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос
Раздел 2. Лыжная подготовка				
Тема 2.1	Содержание учебного материала			
Зимние виды спорта.	Прикладное и оздоровительное значение лыжной подготовки. Классификация лыжных ходов. Строевые упражнения на лыжах и с лыжами. Повороты на месте. Выполнение построения, перестроения.	12	3	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
		Практические занятия Оработка техники упражнений	4	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Самостоятельная работа обучающихся -Самостоятельный обзор дополнительной литературы: -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 2.2	Содержание учебного материала				
Одновременные коньковые и классические ходы..	Работа ног и рук, скольжение, отталкивание. Согласование работы рук и ног. Передвижение на лыжах одновременными ходами до 2 км. Свободное передвижение на лыжах 3-5 км	12	3		Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 2.3	Содержание учебного материала				
Попеременный классический и коньковый ходы. .	Согласование работы рук и ног в попеременном двухшажном и попеременном четырехшажном ходах. Согласование работы рук и ног в попеременном коньковом ходе.	10	2		Устный опрос Тестирование Демонстрация техники
	Скольжение в попеременном ходе. Работа рук и ног в коньковом ходе				упражнений
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся -Самостоятельный обзор дополнительной литературы --Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Реферат Демонстрация техники упражнений
Тема 2.4 Основы техники горнолыжного спорта	Содержание учебного материала			
	Скольжение — движение лыж в направлении их носков или в направлении продольной оси. Это может быть прямой спуск или траверс. Соскальзывание – это движение лыж вниз по склону в направлении поперечной оси или боком. Проскальзывание – движение лыж в повороте, при котором пятки описывают большую дугу, нежели носки. Это комбинация скольжения и соскальзывания, происходит в большинстве поворотов. Карвинг – резанный поворот Движенияпо поддержанию равновесия или баланс Движения для закантовки лыж Вращательные движения Движения по распределению давления Баланс Закантовка	8	2	Устный опрос Реферат
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы	2		Устный опрос реферат
	--Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			
Тема 2.5	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Подъемы ступающим и скользящим шагом	1.Техника ступающего шага 2. Техника скользящего шага 3.Подъем в горку ступающим шагом 4. Подъем в горку скользящим шагом	6	1	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос
Тема 2.6 Преодоление подъемов Техника спусков.	Содержание учебного материала			
	1.Техника подъемов: -елочкой, -полуелочкой, -лесенкой. Техника спусков: 2. Высокая стойка; 3. Основная и средняя стойка; 4.Низкая стойка. 5. Техника торможения	8	2	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся - Самостоятельный обзор дополнительной литературы --Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

	соответствующих физических качеств			
Тема 2.7 Организация проведения соревнований по лыжному спорту	Содержание учебного материала			
	Планирование и организация проведения соревнований по лыжным гонкам. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Расписание соревнований. Технический регламент. Протоколы соревнований	6	2	Устный опрос Тестирование Презентация
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	2		
	Самостоятельная работа обучающихся -Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Реферат
Тема 2.8 Методика оздоровительной тренировки с лицами с ограниченными возможностями здоровья.	Содержание учебного материала			
	1. Техника передвижения на лыжах с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Техника спусков и подъемов с лицами с ограниченными возможностями здоровья	12	3	Устный опрос Тестирование реферат
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
Раздел 3. Гимнастика					
Тема 3.1	Содержание учебного материала				
Гимнастика как спортивная дис-	Классификация видов гимнастики.		3	Устный опрос	
циплина.	Способы формирования гимнастической терминологии	14		Защита презентаций Тестирование	
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся --Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Реферат	
Тема 3.2 Запись гимнастических упражнений.	Содержание учебного материала				
	формы и типы записи упражнений, текстовые записи конкретных упражнений, правила записи ОРУ (без предметов и с предметами)	12	3	Устный опрос Тестирование Реферат	
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы на контрольные вопросы -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Презентация	
Тема 3.3	Содержание учебного материала				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Строевые и общеразвивающие упражнения	I. Строевые приемы. «Становись» «Смирно» – О. с. (строевая стойка). Команды «Равняйсь», «Отставить», «Вольно», «Разойдись»! Расчет по командам «По порядку – рассчитайсь!», «На первыйвторой – рассчитайсь!» Повороты на месте направо и налево (команды «Напра- во», «нале- во», «Кру-гом!»). 2. Построения и перестроения. Из шеренги выполняется перестроение из одной в две, три,	8	2	Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	уступами (6–3–на месте, 6–4–2 на месте). Выполняются построения в колонну и перестроения из одной колонны в 2, 3 и т. д. Перестроение из колонны по одному в колонны по 2, 4, 8 дроблением и сведением. 3. Передвижения. Строевой шаг Походный шаг Переход от движения на месте к передвижению. Прекращение движения по команде. Движение бегом. Повороты в движении. Движение в обход. Движение противоходом. Движение змейкой. Движение по кругу. 4. Размыкания и смыкания.			
	Теоретическое обучение	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	4			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы самоконтроля -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 3.4 Основные понятия о строе				
	Содержание учебного материала 1. Строй, фланг, фронт, интервал, дистанция, направляющей, замыкающий, шеренга, колонна. 2.Строевые команды: становись, основная стойка, равняйся, смирно, вольно, отставить, разойдись, расчет группы	8	2		Устный опрос Тестирование Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся - -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 3.5 Прикладные и акробатические упражнения				
	Содержание учебного материала Прикладные упражнения: виды ходьбы и бега, упражнения в равновесии, упражнения в лазании, упражнения в перелазании и в преодолении препятствий, упражнения в метании и ловле, упражнение в метании и переноске груза, простые прыжки на месте, в высоту, длину, глубину, с подкидного мостика, через скакалку. Акробатические упражнения: перекаты, группировка, кувырки вперед, назад, в стороны, перевороты, стойки на лопатках, на руках, на голове, равновесия, страховка	12	3		Устный опрос Защита презентации Тестиров-е

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся - Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 3.7 Ритмическая гимнастика и оздоровительная аэробика..	Содержание учебного материала				
	Нетрадиционные виды оздоровительных систем	12	2		Устный опрос Тестирование Презентация
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся - Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	4			Устный опрос Реферат
Тема 3.8 Классическая и степ-аэробика.	Содержание учебного материала				
	Базовые и основные танцевальные шаги	8	3		Устный опрос Демонстрация техники упражнений Тестир-е
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 3.9 Составление и запись комплексов общеразвивающих упражнений	Содержание учебного материала			
	Запись упражнений на гимнастической стенке, в парах, на снарядах. Текстовая запись конкретных упражнений: название упражнения, исходное положение, содержание упражнения. Формы и типы записи упражнения: развернутая, сокращенная, графическая запись Запись ОРУ без предмета и с предметом Музыкальное сопровождение на занятиях. ОРУ с музыкальным сопровождением.	10	2	Устный опрос Тестирование
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля	2		Устный опрос Реферат

	-Изучение дополнительной литературы по теме			
Тема 3.10 Положение и движения звеньев тела	Содержание учебного материала			
	Положение и движения звеньев тела – прямых рук, туловища, ног	8	3	Устный опрос Презентация Тестирование
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия - - Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 3.12 Методика оздоровительной тренировки с лицами с ограниченными возможностями здоровья	Содержание учебного материала			
	Лечебная гимнастика при различных заболеваниях. Проведение занятия по лечебной гимнастики с лицами с отклонением в состоянии здоровья	10	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений Тестирование
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос
Тема 3.13 Составление плана-конспектов уроков по лечебной гимнастике	Содержание учебного материала			
	Составление плана-конспектов уроков по лечебной гимнастике	8	3	Устный опрос Презентация Тестирование
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия - Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	2		Устный опрос
Раздел 4. Спортивные и подвижные игры				
Тема 4.1 Классификация спортивных игр.	Содержание учебного материала			
	Оздоровительное значение спортивных и подвижных игр. Волейбол	10	3	Устный опрос Презентация Тестир-е
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос
Тема 4.2 Основные приемы техники, состав команды, правила игры в волей- бол	Содержание учебного материала			
	1.Основные приемы техники, 2.состав команды, 3.правила игры в волейбол	10	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений Тестир-е
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся	4		Устный опрос

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			Демонстрация техники упражнений
Тема 4.3 Правила игры в волейбол	Содержание учебного материала			
	1. Правила игры в волейбол	8	3	Устный опрос Тестир-е
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	2		Устный опрос
Тема 4.4 Состав команды, размеры площадки	Содержание учебного материала			
	Состав команды, размеры площадки	6	2	Устный опрос Тестир-е
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	2		Устный опрос
Тема 4.5 Стойка, передвижения, прыжок, подача мяча, передача мяча, прием мяча	Содержание учебного материала			
	Изучение основных технических элементов Игры: Стойка, передвижения, прыжок, подача мяча, передача мяча, прием мяча	7	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля	1		Устный опрос Демонстрация техники	
	-Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			упражнений	
Тема 4.6	Содержание учебного материала				
Техника игры в защите и в нападении. Судейство. Тактика игры	Техника игры в защите и в нападении. Судейство. Тактика игры	9	2	Демонстрация техники упражнений Устный опрос	
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1		Устный опрос	
	Тема 4.6	Содержание учебного материала			
Техника игры в нападении	Изучение основных приемов техники игры в нападении: стойка, передвижения, прыжок, подача мяча, передача мяча, нападающий удар	8	3	Демонстрация техники упражнений Устный опрос	
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос
Тема 4.6	Содержание учебного материала			
Тактика игры в нападении	Индивидуальные, групповые и командные действия в игре в нападении	8	3	Презентация Устный опрос Тестирование

	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Демонстрация техники упражнений
	Содержание учебного материала			
Тема 4.6	Содержание учебного материала			
Баскетбол. Основные приемы техники, состав команды, правила игры в баскетбол.	Основные приемы техники, состав команды, правила игры в баскетбол	10	2	Устный опрос Реферат
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Тема 4.7 Правила игры в баскетбол	Содержание учебного материала			
	Изучение основных правил игры в баскетбол	8	3	Устный опрос Презентация
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Реферат
Тема 4.8	Содержание учебного материала			

Стойка, передвижения, остановки, повороты, ловля и передача мяча	Изучение основных элементов игры: Стойка, передвижения, остановки, повороты, ловля и передача мяча	8	3	Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.9	Содержание учебного материала			
Броски в корзину, видение мяча, финты	Изучение основных элементов игры: Броски в корзину, видение мяча, финты	7	2	Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.10	Содержание учебного материала				
Состав команды, размеры площадки	Изучение технического регламента игры в баскетбол	5	2		Презентация Устный опрос
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	4			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	1			Реферат
Тема 4.11	Содержание учебного материала				
Техника игры в защите и в нападении. Судейство. Тактика игры	Техника игры в защите и в нападении. Судейство. Тактика игры	10	3		Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	2			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.12	Содержание учебного материала				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Техника игры в защите	Техника перемещения, техника овладения мячом; индивидуальные и групповые действия	8	3	Демонстрация техники упражнений Презентация
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 4.13	Содержание учебного материала		
Технические приемы в защите и в нападении	Техника перемещения, техника овладения мячом; индивидуальные и групповые действия	10	3	Демонстрация техники упражнений
	Техника игры в нападении: стойки, передвижения, остановки, повороты, ловля и передача мяча, броски в корзину, ведение мяча, финты; индивидуальные и групповые действия			
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся	4		Демонстрация техники
	Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			упражнений
Тема 4.14	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Судейство в баскетболе	трехсекундная зона, пробежка, средняя линия. 30секундное владение мячом	8	2	Устный опрос реферат
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	2		Устный опрос
Тема 4.15	Содержание учебного материала			
Подвижные игры и их классификация.	Требования к проведению подвижных игр	10	2	Презентация Устный опрос
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	2		Устный опрос
Тема 4.16	Содержание учебного материала			
Игры по преобладающему виду действия	игры с ходьбой, бегом, прыжками, метанием, бросками, ползанием, подлезанием, с мячом, с предметами	8	3	Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся	2		Демонстрация техники

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			упражнений
Тема 4.17	Содержание учебного материала			
Игры на развитие физических качеств	Игры на развитие скоростных, координационных, силовых, скоростно-силовых качеств; Игры в парах, в тройках, в командах.	8	3	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Демонстрация техники упражнений
Тема 4.18	Содержание учебного материала			
Координационно-развивающие игры адаптивной физической культуры.	Классификация коррекционно-развивающих игр	12	3	Демонстрация техники упражнений Презентация
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме -Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Демонстрация техники упражнений Реферат
Раздел 5. Плавание				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Тема 5.1	Содержание учебного материала			
Оздоровительное и прикладное	Классификация водных видов спорта.	12	2	Устный опрос

значение видов плавания.	Основы техники плавания кролем на груди			Реферат
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	4		Устный опрос
Тема 5.2	Содержание учебного материала			
Упражнения на освоение водной среды.	Дыхание в воду. Скольжение на воде.	10	3	Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос
Тема 5.3	Содержание учебного материала			
Основы техники плавания кролем на спине..	Работа руками кролем на груди, кролем на спине и на груди. Работа рук и ног кролем на спине	14	3	Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6			Устный опрос
Тема 5.4	Содержание учебного материала				
Основы техники плавания брас-	Упражнения на освоение водной среды.	14	3		Устный опрос
сом на спине и на груди.	Дыхание в воду. Скольжение на воде.				Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6			Демонстрация техники упражнений
Тема 5.5	Содержание учебного материала				
Работа рук и ног брассом на груди и на спине. Старты и повороты в плавании Имитация старта на суши	Работа рук и ног брассом на груди и на спине. Старты и повороты в плавании Имитация старта на суши	12	3		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 5.6	Содержание учебного материала				
Прыжки с бортика в воду (солдатиком и падением из положения сидя)	Прыжки с бортика в воду солдатиком Прыжки с бортика в воду падением из положения сидя	10	3		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля	4			Устный опрос

	-Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств				Демонстрация техники упражнений
Тема 5.7	Содержание учебного материала				
Стартовый прыжок с тумбы; Старт из воды	Стартовый прыжок с тумбы; Старт из воды	9	3		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	3		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 5.8	Содержание учебного материала			
Занятия плаванием с детьми	Упражнения на освоение с водой: звездочка, стрелочка, поплавок	10	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 5.9	Содержание учебного материала			
Занятия плаванием с людьми пожилого возраста	Упрощенные способы плавания: на боку,		3	Устный опрос Демонстрация техники
	брассом, с плавательным предметом	12		упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 5.10	Содержание учебного материала			
Методика оздоровительного плавания с лицами с ограниченными возможностями здоровья	Методика оздоровительного плавания с лицами с ограниченными возможностями здоровья	12	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Раздел 6. Туризм				
Тема 6.1	Содержание учебного материала			
Туризм как средство физического воспитания.	Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования жизненно важных умений и навыков. Формы применения туризма в физическом воспитании Массовые туристские соревнования Виды туризма. Организация туристических походов.	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	-- Отработка техники упражнений			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 6.2	Содержание учебного материала			
Групповое и личное снаряжение	Общие требования к туристскому снаряжению: безопасность эксплуатации, прочность, минимальный вес и объем, простота в использовании, многофункциональность, комфортность, гигиеничность, эстетичность. Примерный перечень личного снаряжения туриста для летнего пешеходного похода с несколькими ночлегами в полевых условиях. Одежда туриста.	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 6.3	Содержание учебного материала		
Правила укладки рюкзака	Основная техника укладки рюкзака	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 6.4			
	Содержание учебного материала			
Привалы и ночлеги в туристическом походе. Ориентирование на местности. Питание	Привалы и ночлеги в туристическом походе. Ориентирование на местности. Питание	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 6.5	Содержание учебного материала			
Установка палатки	Основные требования и правила установки палатки	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 6.6	Содержание учебного материала			
Ориентирование по компасу	Ориентирование по компасу: знакомство с устройством, понятие азимута	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Раздел 7. Методика развития физических способностей человека				
Тема 7.1	Содержание учебного материала			
Силовые способности и методика их развития.	Средства развития силовых способностей	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.2	Содержание учебного материала			
Изометрические упражнения	Три группы упражнений на силу мышц: -жим (положение перекладины на уровне подбородка, на уровне глаз, на 3—5 см ниже полностью выпрямленной руки);	8		Устный опрос Демонстрация техники
	-тяга (перекладина на уровне коленей, на уровне бёдер, на уровне талии); -присед (параллельный присед, присед на четверть). Изометрические упражнения на различные группы мышц.			упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.3	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Скоростные способности и методика их развития	1. Способность к быстрому реагированию на сигнал. 2. Способность к выполнению одиночных локальных движений с максимальной скоростью. 3. Способность к быстрому началу движения (то, что в практике иногда называют "резкостью"). 4. Способность к выполнению движений в максимальном темпе.	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 7.4	Содержание учебного материала		

Методика развития быстроты двигательных реакций	Методика развития быстроты двигательных реакций: простая, сенсорная, премоторная, моторная реакции	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	-		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 7.5	Содержание учебного материала		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Методы тренировки	Методы тренировки: повторный, игровой сенсорный	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.6	Содержание учебного материала			
Методы развития сложной двигательной реакции	Методы развития сложной двигательной реакции – реакция выбора и реакция на движущийся объект	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.7	Содержание учебного материала			
Методика развития одиночного движения и частоты движения	Методика развития одиночного движения и частоты движения – повторный и соревновательный	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 7.8	Содержание учебного материала		
Выносливость и методика ее развития	Выносливость, её виды и показатели Методика развития специальной выносливости Особенности воспитания специальных типов выносливости Особенности воспитания выносливости в циклических упражнениях различной интенсивности Методики развития выносливости в скоростной работе Средства и методы развития выносливости в циклических видах спорта	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля	2		Устный опрос
	-Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			Демонстрация техники упражнений
Тема 7.9	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
Методика развития силовой выносливости	Метод максимальных повторений Метод повторных усилий Ударный метод Метод развития динамической (скоростной) силы Изометрический метод	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	Тема 7.10	Содержание учебного материала			
	Методика развития скоростной выносливости	Развитие «алактатной» скоростной выносливости: - нагрузки максимальной интенсивности (85-98% максимальной): бег с данной интенсивностью не более 15 сек.	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
		Развитие «лактатной» скоростной выносливости: -нагрузки субмаксимальной интенсивности (70-85%): продолжительность от 15 сек до 2 минут			
		Теоретическое обучение	-		
Практические занятия -- Оработка техники упражнений		6			
Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме		2		Устный опрос Демонстрация техники	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			упражнений
Тема 7.11	Содержание учебного материала			
Методы развития выносливости	Методы развития выносливости – равномерный, повторный	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.12	Содержание учебного материала			
Методы развития выносливости	Методы развития выносливости: интервальный, соревновательный, переменный	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.13	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Гибкость и ловкость и методика их развития.	Виды гибкости. Средства развития гибкости.	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	2		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 7.14	Содержание учебного материала			
Методы развития гибкости. Виды ловкости.	Ловкость и методика развития ловкости	8		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Раздел 8. Повышение спортивного мастерства				
Тема 8.1	Содержание учебного материала			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Совершенствование техники бега на короткие дистанции; совер- шенствование техники выполнения высокого и низкого старта	Совершенствование техники бега на короткие дистанции; совершенствование техники выполнения высокого и низкого старта	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме	6		Устный опрос Демонстрация техники
	Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств			упражнений
Тема 8.2	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции. Совершенствование техники спортивной ходьбы.	Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции. Совершенствование техники спортивной ходьбы.	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.3	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники передачи эстафетной палочки	Совершенствование техники передачи эстафетной палочки	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	Тема 8.4	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 8.5	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники метания малого мяча, гранаты	Совершенствование техники метания малого мяча, гранаты	12			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.6	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники одновременных лыжных ходов	Совершенствование техники одновременных ходов (бесшажный, одношажный, двухшажный, коньковый)	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие со-	4		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	ответствующих физических качеств			
Тема 8.7	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники попеременных ходов	Совершенствование техники попеременных ходов (четырёхшажный, двухшажный, коньковый)	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 8.8	Содержание учебного материала				
Совершенствование техники подъемов и спусков; совершенствование техники торможений и поворотов.	Совершенствование техники подъемов и спусков; совершенствование техники торможений и поворотов	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	Тема 8.9	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники ОРУ. Совершенствование техники строевых упражнений.	Совершенствование техники ОРУ. Совершенствование техники строевых упражнений.	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.10	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники акробатических элементов; совершенствование техники элементов ритмической гимнастики.	Совершенствование техники акробатических элементов; совершенствование техники элементов ритмической гимнастики.	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.11	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники прикладных упражнений	Совершенствование техники прикладных упражнений	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие со-	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	ответствующих физических качеств			
Тема 8.12	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники плавания кролем на груди; Совершенствование техники плавания кролем на спине.	Совершенствование техники плавания кролем на груди; Совершенствование техники плавания кролем на спине	12		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	6		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Тема 8.13	Содержание учебного материала		
Совершенствование техники плавания брассом. Совершенствование техники стартов и поворотов	Совершенствование техники плавания брассом. Совершенствование техники стартов и поворотов	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	12		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.14	Содержание учебного материала			
Совершенствование техники волейбола	Совершенствование техники волейбол	10		Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия	6			
	-- Оработка техники упражнений				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.15	Содержание учебного материала				
Совершенствование техники баскетбола	Совершенствование техники баскетбола	10			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия	6			
	-- Оработка техники упражнений				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.16	Содержание учебного материала				
Совершенствование техники подвижных игр	Совершенствование техники подвижных игр	5			Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-			
	Практические занятия -- Оработка техники упражнений	4			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.17	Содержание учебного материала			

Совершенствование техники пользования компасом	Совершенствование техники пользования компасом	5		Устный опрос Демонстрация техники упражнений
	Теоретическое обучение	-		
	Практические занятия -- Отработка техники упражнений	4		
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы для самоконтроля -Изучение дополнительной литературы по теме Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1		Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Контрольные вопросы к экзамену (4 семестр):

1. Особенности старта и стартового разгона
2. Техника передача и приема эстафетной палочки
3. Разновидности техники прыжка в длину
4. Разновидности техники в прыжках в высоту
5. Способы прыжков в высоту, сходства и различия
6. Способы прыжков в длину, сходства и различия
7. Техника прыжка в длину с разбега
8. Техника прыжка в высоту с разбега
9. Техника метания гранаты
10. Техника низкого и высокого старта
11. Техника бега на короткие дистанции
12. Техника бега на средние дистанции
13. Техника бега на длинные и сверхдлинные дистанции
14. Способы образования гимнастических терминов
15. Правила гимнастической терминологии
16. Формы и типы записи упражнений
17. Запись ОРУ
18. Строевые упражнения

19. ОРУ с предметами
20. Акробатические упражнения
21. Общие требования к уроку
22. Формы уроков

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				

- | | | | | |
|-----|--|--|--|--|
| 23. | Составные части урока. План-конспект урока | | | |
| 24. | Методы страховки при занятиях акробатикой | | | |
| 25. | Оздоровительное, прикладное и спортивное значение плавания | | | |
| 26. | Техника плавания кролем на груди | | | |
| 27. | Техника плавания кролем на спине | | | |
| 28. | Техника плавания брассом на груди | | | |
| 29. | Техника плавания брассом на спине | | | |
| 30. | Старты и повороты в плавании | | | |
| 31. | Обязательные требования к безопасности проведения занятий на воде | | | |
| 32. | Физические свойства воды и воздействие плавания на человека | | | |
| 33. | Правила игры в волейбол. Состав команды. Размер площадки. | | | |
| 34. | Правила игры в баскетбол. Состав команды. Размер площадки. | | | |
| 35. | Основные технические приемы игры в волейбол | | | |
| 36. | Основные технические приемы игры в баскетбол | | | |
| 37. | Классификация подвижных игр | | | |
| 38. | Классификация видов туризма | | | |
| 39. | Выбор маршрута и места для привала. Установка палатки | | | |
| 40. | Выбор места для костра и способы его разжигания | | | |
| 41. | Правила питания в походе. Питьевой режим. Ассортимент продуктов. Энергетическая цен- | | | |

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
ность 42. Виды туризма. Цели и задачи туристического похода. Правила безопасности в походе. Выбор маршрута 43. Групповое и личное снаряжение 44. Правила укладки рюкзака 45. Классификация способов передвижения на лыжах 46. Строевые упражнения на лыжах и с лыжами 47. Повороты на месте и повороты в движении на лыжах				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
48.	Техника одновременных ходов			
49.	Техника попеременных ходов			
50.	Техника коньковых ходов			
51.	Способы подъемов, спусков и торможений			
52.	Методы развития физических способностей занимающихся			
53.	Методы развития силовых способностей			
54.	Методы развития скоростных способностей			
55.	Методы развития выносливости			
56.	Методы развития гибкости			
57.	Методы развития ловкости			
58.	Метод круговой тренировки			
59.	Сходства и различия техники ходьбы и бега			
60.	Назовите основные отличия техники бега в зависимости от длины дистанции			
Контрольные вопросы к экзамену (6 семестр):				
61.	Сходства и различия техники ходьбы и бега			
62.	Техника прыжка в длину с разбега			
63.	Техника прыжка в высоту с разбега			
64.	Техника метания гранаты			
65.	Техника низкого старта			
66.	Назовите основные отличия техники бега в зависимости от длины дистанции			
67.	Особенности техники бега в зависимости от конфигурации и рельефа местности			
68.	Механизм отталкивания в прыжках в длину и высоту			
69.	Основные факторы, влияющие на результативность в прыжках			
70.	Особенности техники тройного прыжка с разбега			
71.	Факторы, влияющие на результативность в метаниях			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

- | | | | | |
|-----|---|--|--|--|
| 72. | Особенности техники различных видов метания | | | |
| 73. | Сходства и различия в фазе финального усилия в метаниях | | | |
| 74. | Основные отличия технической подготовки метателей в зависимости от пола и возраста 75. 75777775 | | | |
| 75. | Способы прыжков в длину, сходства и различия | | | |

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

76.	Ошибки, возникающие при обучении прыжка в длину с разбега			
77.	Ошибки, возникающие при обучении прыжка в высоту с разбега			
78.	Ошибки, возникающие при обучении метания гранаты			
79.	Нетрадиционные виды оздоровительной гимнастики			
80.	Основные ошибки при выполнении техники плавания кролем на груди и на спине			
81.	Основные ошибки при выполнении техники плавания брассом на груди и на спине			
82.	Ошибки при выполнении основных приемов игры в волейбол			
83.	Ошибки при выполнении основных приемов игры в волейбол			
84.	Групповая и индивидуальная техника игры в защите игры в волейбол			
85.	Групповая и индивидуальная техника игры в нападение, в волейбол			
86.	Групповая и индивидуальная техника игры в защите игры в баскетбол			
87.	Групповая и индивидуальная техника игры в нападение, в баскетбол			
88.	Ошибки техники одновременных ходов			
89.	Ошибки техники попеременных ходов			
90.	Ошибки техники при подъемах и спусках			
91.	Правила организации учебно-тренировочных занятий и соревнований			
92.	Особенности развития физических способностей с различным возрастным контингентом			
93.	Метод круговой тренировки			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
94.	Планирование круглогодичного тренировочного цикла			
95.	Микро, мезо, макроциклы в планировании учебно-тренировочного процесса			
96.	Составление основных нормативных документов в планировании (положение, календарь)			
97.	Подвижные игры для детей с ДЦП (цели, инструкция, правила, методика проведения иг-			
ры); 98.	Игры для умственно отсталых детей (цели, инструкция, правила, методика проведения иг-			
ры);				
99.	Подвижные игры для детей со зрительной патологией (цели, инструкция, правила, методика			
проведения игры);				
100.	Подвижные игры для детей с нарушением слуха (цели, инструкция, правила, методика проведения			
игры);				
101.	Подвижные игры для детей с нарушением речи (цели, инструкция, правила, методика проведения			
игры);				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины					
102.	Плавание после ампутации конечностей;				
103.	Занятия плаванием с лицами, имеющими нарушение слуха;				
104.	Занятия плаванием с лицами, имеющими нарушение зрения;				
105.	Занятия плаванием с лицами, имеющими заболевание ДЦП;				
106.	Методика плавания при заболеваниях ССС				
107.	Методика плавания при заболеваниях ОДА				
108.	Правила гимнастической терминологии				
109.	Формы и типы записи упражнений				
110.	Запись ОРУ				
111.	Общие требования к уроку				
112.	Формы уроков				
113.	Составные части урока. План-конспект урока				
114.	Техника передача и приема эстафетной палочки				
115.	Основные технические приемы игры в волейбол				
116.	Основные технические приемы игры в баскетбол				
117.	Техника плавания кролем на груди и на спине				
118.	Техника плавания брассом на груди и на спине				
119.	Техника одновременных ходов				
120.	Техника попеременных ходов				
Практическая часть экзамена					
Демонстрация упражнений и методик по физической культуре					
1.Продемонстрируйте циклические упражнения в режиме стандартно-непрерывного упражнения					
2.Продемонстрируйте ОРУ					
3.Продемонстрируйте подводящие и развивающие упражнения					
4.Продемонстрируйте специальные беговые упражнения					
5.Продемонстрируйте соревновательные упражнения в режиме повторного выполнения					
6.Продемонстрируйте упражнения стретчинга, ориентированные на развитие гибкости верхнего плечевого					

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

пояса

7.Продemonстрируйте упражнения, развивающие скоростно-силовые способности

8.Продemonстрируйте упражнения, ориентированные на развитие силы

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма			
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
9. Выполните упражнения, нацеленные на развитие координации 10. Выполните упражнения, развивающие взрывную силу 11. Проведите вводную часть урока 12. Проведите подготовительную часть урока 13. Проведите заключительную часть урока 14. Продемонстрируйте подвижные игры (2-3), нацеленные на развитие координации 15. Проведите разминочную часть спортивной тренировки по легкой атлетике 16.Продемонстрируйте упражнения стретчинга, ориентированные на развитие гибкости мышц спины и нижних конечностей. 17. Продемонстрируйте подводящие упражнения для подтягиваний на высокой перекладине 18.Проведите круговую плиометрическую тренировку 19. Продемонстрируйте изометрические упражнения 20.Продемонстрируйте комплекс упражнений по системе Табата, укрепляющие мышцы брюшного пресса				
Всего	148			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УД

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация УД требует наличия учебного кабинета, универсального спортивного зала

Оборудование кабинета:

Учебные столы, стулья

Оборудование спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенок гимнастической; гимнастическая скамейка; гимнастические снаряды (перекладина, брус, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;
- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита и стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Технические средства обучения: спортивный игровой инвентарь, видеопроектор, экран, ноутбук

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

Основная:

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный //

ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448847>

Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. —

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

(Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/441267>

Дополнительная:

Справочник работника физической культуры и спорта [Электронный ресурс] / А.В. Царик - М. : Спорт, 2018. Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950017964.html>

Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/442166>

Периодические издания:

Физиология человека [Электронный ресурс] : науч. журнал / Рос.акад. наук. - М., 2016 - 2020. - Изд. с 1975 г. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 0131-1646. — URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=8254>

Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2016 - 2020 - Выходит 12 раз в год. - Изд. с 1925 г. - ISSN 0040-3601. — URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> Спортивная медицина: наука и практика [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2015.

- 2019. - Выходит 4 раза в год. - ISSN 2223-2524. — URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Социальная педагогика в России [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2016 - 2020. - Выходит 6 раз в год. — Изд. с 2008. — ISSN 2071-3770. — URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Сестринское дело / Учредитель: ООО "Современное сестринское дело". - Москва, 2016 - 2020. - Изд. 1 раз в 2 месяца, 1995-2004; изд. 4 раза в полугодие, 2005, № 1. - ISSN 18144322.

Учебно-методические издания:

Шевчук М. Т.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов Медицинского колледжа по специальностям : 49.02.02 Адаптивная физическая культура, 34.02.01 Сестринское дело, 31.02.02 Акушерское дело, 31.02.01 Лечебное дело, 31.02.05 Стоматология ортопедическая / М. Т. Шевчук; УлГУ, Мед. колледж. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 623 КБ). - Текст : электронный.

<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/5905>

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Согласовано:

Главный библиотекарь
отдела обслуживания

пользователей НБ УлГУ /Ванясова Л.А./

Должность сотрудника научной библиотеки ФИО

Л.А. Ванясова 17.09.2020

Информационные справочные системы современных информационно-коммуникационных технологий:

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. IPRbooks : электронно-библиотечная система : сайт / группа компаний Ай Пи Ар Медиа. - Саратов, [2020]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2020]. - URL: <https://www.biblio-online.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. Консультант студента : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2020]. – URL: http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/x2019128.html. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – СанктПетербург, [2020]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Znanium.com :электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2020]. - URL: <http://znanium.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.6. Clinical Collection : коллекция для медицинских университетов, клиник, медицинских библиотек // EBSCOhost : [портал]. – URL:

<http://web.a.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=e3ddfb99-a1a7-46dd-abeb2185f3e0876a%40sessionmgr4008>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

2.КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2020]. **3. Базы данных периодических изданий:**

3.1. База данных периодических изданий : электронные журналы / ООО ИВИС. - Москва, [2020]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2020]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. «Grebennikon» : электронная библиотека / ИД Гребенников. – Москва, [2020]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

4. Национальная электронная библиотека : электронная библиотека : федеральная государственная информационная система : сайт / Министерство культуры РФ ; РГБ. – Москва, [2020]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. SMARTImagebase // EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральный портал / учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. – URL: <http://window.edu.ru/>. – Текст : электронный.

6.2. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Образовательные ресурсы УлГУ:

8. 7.1. Электронная библиотека УлГУ : модуль АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

9. 7.2. Образовательный портал УлГУ. – URL: <http://edu.ulsu.ru>. – Режим доступа : для зарегистр. пользователей. – Текст : электронный.

Согласовано:

Зам начальника УИТиТ / Ключкова А.А. / 18.06.2020
Должность сотрудника УИТиТ ФИО Подпись дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

3.3. Специальные условия для обучающихся с ОВЗ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

□ для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

□ для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

□ для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Форма обучения _____ очная _____

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Раздел 1. Легкая атлетика Тема 1.1 Основы техники ходьбы и бега	- Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 1.2 Техника эстафетного бега	- Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 1.3 Основы техники легкоатлетических прыжков	- Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 1.4	- Самостоятельный обзор дополнитель-	1	Устный опрос	

Основы техники легкоатлетических метаний	ной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств		Демонстрация техники упражнений	
Тема 1.5 Судейство легкоатлетических видов.	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 1.6 Методика оздоровительной тренировки с лицами с ограниченными возможностями здоровья.	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Раздел 2. Лыжная подготовка				
Тема 2.1 Зимние виды спорта	Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 2.2 Одновременные коньковые и классические ходы.	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 2.3 Попеременный классический и коньковый ходы.	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Демонстрация техники упражнений	
Тема 2.4 Основы техники горнолыжного спорта	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 2.5 Подъемы ступающим и скользящим шагом	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 2.6 Преодоление подъемов Техника спусков	- Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Тема 2.7 Организация проведения соревнований по лыжному спорту	Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 2.8 Методика оздоровительной тренировки с лицами с ограниченными возможностями здоровья.	- Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Раздел 3. Гимнастика			
Тема 3.1 Гимнастика как спортивная дисциплина	-- Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 3.2 Запись гимнастических упражнений	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 3.3 Строевые и общеразвивающие упражнения	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 3.4 Основные понятия о строе	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 3.5 Прикладные и акробатические упражнения	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Демонстрация техники упражнений	
Тема 3.7 Ритмическая гимнастика и оздоровительная аэробика	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Тема 3.8 Классическая и степ-аэробика	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 3.9 Составление и запись комплексов общеразвивающих упражнений	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 3.10 Положение и движения звеньев тела	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Демонстрация техники упражнений	
Тема 3.12 Методика оздоровительной тренировки с лицами с ограниченными возможностями здоровья	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 3.13 Составление плана конспектов уроков по лечебной гимнастике	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы - Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Раздел 4. Спортивные и подвижные игры			
Тема 4.1 Классификация спортивных игр	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.2 Основные приемы техники, состав команды, правила игры в волейбол	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.3 Правила игры в волейбол	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.4	-Самостоятельный обзор дополнитель-	2	Устный опрос

Состав команды, размеры площадки	ной литературы -Ответы самоконтроля Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств		Демонстрация техники упражнений
Тема 4.5 Стойка, передвижения, прыжок, по- дача мяча, передача мяча, прием мяча	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.6 Техника игры в защите и в нападении. Судейство. Тактика игры	-Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 4.7 Техника игры в нападении	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 4.8 Баскетбол. Основные приемы техники, состав команды, правила игры в баскетбол	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.9 Правила игры в баскетбол	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.10 Стойка, передвижения, остановки, повороты, ловля и передача мяча	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.11 Броски в корзину, видение мяча, финты	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.12 Состав команды,	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих	2	Устный опрос Демонстрация	

размеры площадки	физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля		техники упражнений	
Тема 4.13 Техника игры в защите и в нападении. Судейство. Тактика игры	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.14 Техника игры в защите	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 4.15 Технические приемы в защите и в нападении	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.16 Судейство в баскетболе	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.17 Подвижные игры и их классификация.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.18 Игры по преобладающему виду действия	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.19 Игры на развитие физических качеств	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 4.20	- Выполнение комплекса упражнений на	4	Устный опрос	

Координационно развивающие игры адаптивной физической культуры	технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля		Демонстрация техники упражнений	
Раздел 5. Плавание				
Тема 5.1 Оздоровительное и прикладное значение видов плавания	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 5.2 Упражнения на освоение водной среды.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 5.3 Основы техники плавания кролем на спине..	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 5.4 Основы техники плавания брассом на спине и на груди.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 5.5 Работа рук и ног брассом на груди и на спине. Старты и повороты в плавании Имитация старта на суши	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 5.6 Прыжки с бортика в воду (солдатином и падением из положения сидя)	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 5.7 Стартовый прыжок с тумбы; Старт из воды	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнитель-	3	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	ной литературы -Ответы самоконтроля			
Тема 5.8 Занятия плаванием с детьми	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 5.9 Занятия плаванием с людьми пожилого возраста	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 5.10 Методика оздоровительного плавания с лицами с ограниченными возможностями здоровья	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Раздел 6. Туризм				
Тема 6.1 Туризм как средство физического воспитания.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 6.2 Групповое и личное снаряжение	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 6.3 Правила укладки рюкзака	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация 2техники упражнений	
Тема 6.4 Привалы и ночлеги в туристическом походе. Ориенти- рование на местности. Питание	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 6.5 Установка палатки	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих	2	Устный опрос Демонстрация	
	физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля		техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 6.6 Ориентирование по компасу	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Раздел 7.Методика развития физиче- ских способностей человека				
Тема 7.1 Силовые способности и методика их развития.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.2 Изометрические упражнения	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.3 Скоростные способности и методика их развития	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.4 Методика развития быстроты двигательных реакций	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.5 Методы тренировки	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля		Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.6 Методы развития сложной двигательной реакции	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
	-Ответы самоконтроля			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 7.7 Методика развития одиночного движе-ния и частоты движения	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.8 Выносливость и методика ее разви-тия	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.9 Методика развития силовой выносливости	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.10 Методика развития скоростной выносливости	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.11 Методы развития выносливости	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.12 Методы развития выносливости	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.13 Гибкость и ловкость и методика их развития.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 7.14 Методы развития гибкости. Виды ловкости	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	2	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Раздел 8. Повышение спортивного мастерства			
Тема 8.1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции; совершенствование техники выполнения высокого и низкого старта	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.2 Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции. Совер- шенствование техники спортивной ходьбы.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.3 Совершенствование техники передачи эстафетной палочки	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.4 Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.5 Совершенствование техники метания малого мяча, грана- ты	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.6 Совершенствование техники одновре- менных лыжных ходов	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 8.7 Совершенствование техники попеременных ходов	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

Тема 8.8 Совершенствование техники подъемов и спусков; совершенствование техники торможений и поворотов.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.9 Совершенствование техники ОРУ. Совершенствование техники строевых упражнений.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.10 Совершенствование техники акробатических элементов; совершенствование техники элементов ритмической гимнастики.	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.11 Совершенствование техники приклад- ных упражнений	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений
Тема 8.12 Совершенствование техники плавания кролем на груди; Совершенствование техники плавания кролем на спине	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма		
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины				
Тема 8.13 Совершенствование техники плавания брассом. Совершенствование техники стартов и поворотов	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	6	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 8.14 Совершенствование техники волейбола	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 8.15 Совершенствование техники баскетбола	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	4	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 8.16 Совершенствование техники подвижных игр	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	
Тема 8.17 Совершенствование техники пользования компасом	- Выполнение комплекса упражнений на технику и развитие соответствующих физических качеств -Самостоятельный обзор дополнительной литературы -Ответы самоконтроля	1	Устный опрос Демонстрация техники упражнений	

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УД

Результаты (усвоенные знания, освоенные умения и компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы, методы контроля и оценки результатов обучения
ОК 1	Понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Интерпретация результатов

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

ОК 2	Организовывает собственную деятельность, выбирает типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.	наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебной дисциплины
ОК 3	Оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях.	
ОК 4	Осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, а так же для профессионального и личностного развития.	
ОК 5	Использует информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	
ОК 6	Умеет работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством коллегами и социальными партнерами	
ОК 7	Умеет ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	
ОК 8	Умеет самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием,	
	осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.	
ОК 9	Осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий	
ОК 10	Умеет осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	
ОК 11	Строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	
ОК 12	Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	

ПК 1.1	Умеет определять цели, задачи и планировать физическое воспитание обучающихся.	Текущий контроль знаний в форме - устный опрос - тестирование - демонстрации техники упражнений Промежуточная аттестация в форме дифзачета и экзамена
ПК 1.2	Умеет проводить учебные занятия по физической культуре	
ПК 1.3	Умеет организовывать внеурочную физкультурноспортивную деятельность обучающихся, оздоровительной, профилактическо-реабилитационной и рекреационной направленности	
ПК 1.4	Умеет осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся	
ПК 1.5	Умеет анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия	
ПК 1.6	Умеет создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет		Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины			
ПК 2.1	Умеет определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся		
ПК 2.2	Умеет проводить занятия оздоровительной физической культурой		
ПК 2.3	Умеет организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности		
ПК 2.4	Умеет осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся		
ПК 2.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью		
ПК 2.6	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию в избранном виде адаптивного спорта		
ПК 2.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь		
ПК 2.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающие учебнотренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов		
ПК 3.1	Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта		
ПК 3.2	Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с		
	лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья		
ПК 3.3	Систематизировать педагогически опыт в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на основе изучения педагогической литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.		
ПК 3.4	Умеет оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений		
ПК 3.5	Участвует в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Разработчик



преподаватель А.Н.Мацкевич

Разработчик



преподаватель

Бахитова А. Р.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ ПРОГРАММЫ УД/ПМ

[illegible]

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Приложение 1

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

Основная:

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный //

ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448847>

Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/441267>

Дополнительная:

Справочник работника физической культуры и спорта [Электронный ресурс] / А.В. Царик

- М. : Спорт, 2018. Режим доступа:
<http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950017964.html>

Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/442166>

Периодические издания:

Физиология человека [Электронный ресурс] : науч. журнал / Рос.акад. наук. - М., 2016 - 2020. - Изд. с 1975 г. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 0131-1646. — URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=8254>

Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2016

- 2020 - Выходит 12 раз в год. - Изд. с 1925 г. - ISSN 0040-3601. — URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> Спортивная медицина: наука и практика [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2015.

- 2019. - Выходит 4 раза в год. - ISSN 2223-2524.

— URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Социальная педагогика в России [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2016 - 2020. -

Выходит 6 раз в год. — Изд. с 2008. — ISSN 2071-3770. — URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Сестринское дело / Учредитель: ООО "Современное сестринское дело". - Москва, 2016 -

2020. - Изд. 1 раз в 2 месяца, 1995-2004; изд. 4 раза в полугодие, 2005, № 1. - ISSN 18144322.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Учебно-методические издания:

Шевчук М. Т.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов Медицинского колледжа по специальностям : 49.02.02 Адаптивная физическая культура, 34.02.01 Сестринское дело, 31.02.02 Акушерское дело, 31.02.01 Лечебное дело, 31.02.05 Стоматология ортопедическая / М. Т. Шевчук; УлГУ, Мед. колледж. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 623 КБ). - Текст : электронный.

<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/5905>

Главный библиотекарь НБ УлГУ / Шевченко И.Н. / 25.10.2021
Должность сотрудника научной библиотеки ФИО Подпись Дата

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы 2021

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. IPRbooks : электронно-библиотечная система : сайт / группа компаний Ай Пи Ар Медиа. - Саратов, [2021]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2021]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. Консультант студента : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2021]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2021]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2021]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2021]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. Znaniyum.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2021]. - URL: <http://znaniyum.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.8. Clinical Collection : коллекция для медицинских университетов, клиник, медицинских библиотек // EBSCOhost : [портал]. – URL: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=9f57a3e1-1191-414b-8763-e97828f9f7e1%40sessionmgr102>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

1.9. Русский язык как иностранный : электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Саратов, [2021]. – URL: <https://ros-edu.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2021].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий : электронные журналы / ООО ИВИС. - Москва, [2021]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2021]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. «Grebennikon» : электронная библиотека / ИД Гребенников. – Москва, [2021]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. **Национальная электронная библиотека** : электронная библиотека : федеральная государственная информационная система : сайт / Министерство культуры РФ ; РГБ. – Москва, [2021]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. **SMART Imagebase** // EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. **Единое окно доступа к образовательным ресурсам** : федеральный портал / учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. – URL: <http://window.edu.ru/>. – Текст : электронный.

6.2. **Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Образовательные ресурсы УлГУ:

7.1. Электронная библиотека УлГУ : модуль АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

• Программное обеспечение:

1. ОС Microsoft Windows
2. Microsoft Office
3. «Мой Офис Стандартный»

Согласовано:

Зам начальника УИТиТ / Ключкова А.А. /

Должность сотрудника УИТиТ

ФИО



18.06.2021

дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

Основная:

1.Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448847>

2.Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15283-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497031>

Дополнительная:

Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/441267>

Справочник работника физической культуры и спорта [Электронный ресурс] / А.В. Царик

- М. : Спорт, 2018. Режим доступа:
<http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950017964.html>

Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/442166>

Периодические издания:

Физиология человека [Электронный ресурс] : науч. журнал / Рос.акад. наук. - М., 2016 - 2022. - Изд. с 1975 г. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 0131-1646. — URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=8254>

Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2016

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

- 2022 - Выходит 12 раз в год. - Изд. с 1925 г. - ISSN 0040-3601. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Спортивная медицина: наука и практика [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2015.

- 2022. - Выходит 4 раза в год. - ISSN 2223-2524.

– URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Социальная педагогика в России [Электронный ресурс] : науч. журнал. - М., 2016 - 2021. -

Выходит 6 раз в год. – Изд. с 2008. – ISSN 2071-3770. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>

Сестринское дело / Учредитель: ООО "Современное сестринское дело". - Москва, 2016 - 2022. - Изд. 1 раз в 2 месяца, 1995-2004; изд. 4 раза в полугодие, 2005, № 1. - ISSN 1814-4322.

Учебно-методические издания:

Шевчук М. Т.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов Медицинского колледжа по специальностям : 49.02.02 Адаптивная физическая культура, 34.02.01 Сестринское дело, 31.02.02 Акушерское дело, 31.02.01 Лечебное дело, 31.02.05 Стоматология ортопедическая / М. Т. Шевчук; УлГУ, Мед. колледж. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 623 КБ). - Текст : электронный.

<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/5905>

Согласовано:

Ведущий специалист НБ УлГУ/ Носова Т.Б. /  / 10.06.2022 г.

Должность сотрудника научной библиотеки

ФИО

подпись

дата

Информационные справочные системы современных информационно-коммуникационных технологий:

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2022]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2022]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2022]. –

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
– Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2022]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2022]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС **Znaniium.com** : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. – Москва, [2022]. – URL: <http://znaniium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.8. Clinical Collection : научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=9f57a3e1-1191-414b-8763-e97828f9f7e1%40sessionmgr102> . – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

1.9. База данных «Русский как иностранный» : электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Саратов, [2022]. – URL: <https://ros-edu.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2022].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий EastView : электронные журналы / ООО ИВИС. – Москва, [2022]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2022]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД Гребенников. – Москва, [2022]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2022]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. **SMART Imagebase** : научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

6.1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральный портал . – URL: <http://window.edu.ru/> . – Текст : электронный.

6.2. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Образовательные ресурсы УлГУ:

7.1. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

• Программное обеспечение:

1. ОС Microsoft Windows
2. Microsoft Office
3. «Мой Офис Стандартный»

Согласовано:

Зам начальника УИТиТ / Ключкова А.А. / 06.06.2022 г.
Должность сотрудника УИТиТ ФИО Подпись дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Приложение 3

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

Основная:

Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 103 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13056-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/448847>

Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/441267>

Дополнительная:

Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/442166>

Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10154-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/453245>

Периодические издания:

Физиология человека [Электронный ресурс] : науч. журнал / Рос. акад. наук. - Москва, 2019-2022. - Изд. с 1975 г. - URL : <https://dlib.eastview.com/browse/publication/79326> . - Текст : электронный. - ISSN 0131-1646.

Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс] = Teoriya i praktika fizicheskoy kultury : ежемес. науч.-теор. журнал. - Москва, 2017, 2019-2022. - URL : <https://dlib.eastview.com/browse/publication/71966> . - Текст : электронный. - ISSN 0040-3601.

Спортивная медицина: наука и практика [Электронный ресурс] / ООО Издательский дом "Русский врач". - Москва, 2019-2022. - Основан в 2011 г.; Выходит 4 раза в год. - URL : <https://dlib.eastview.com/browse/publication/71808> . - Текст : электронный. - ISSN 2223-2524.

Социальная педагогика в России [Электронный ресурс] . - Москва, 2018-2022. - URL : <https://dlib.eastview.com/browse/publication/63579> . - Текст : электронный. - ISSN 0130-9757.

Человек. Спорт. Медицина [Электронный ресурс] / учредитель Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет). - Челябинск, 2001-2023. - Издается с 2001 г.; Выходит 6 раз в год; Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, **физическая**
Форма Астр. 90 из 92

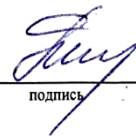
Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

культура (с 2001 по 2015 год). - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=37375287>. - Открытый доступ ELIBRARY. - Текст : электронный. - ISSN 2500-0209.

Учебно-методические издания:

Мацкевич А. Н. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов по дисциплине «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки» для специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура / А. Н. **Мацкевич**; УлГУ, Мед. колледж. - 2023. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/14178>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Согласовано:

Ведущий специалист НБ УлГУ/ Носова Т.Б. /  / 20 июня 2023 г
Должность сотрудника научной библиотеки ФИО подпись дата

- Информационные справочные системы современных информационно-коммуникационных технологий:

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2023]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2023]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2023]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2023]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

1.7. ЭБС **Znanium.com** :электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2023]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва :КонсультантПлюс, [2023].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2023]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.2. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД «Гребенников». – Москва, [2023]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. **Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2023]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. **Российское образование**: федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. **Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

- Программное обеспечение:
 1. ОС Microsoft Windows
 2. Microsoft OfficeStd 2016 RUS
 3. «МойОфис Стандартный»

Согласовано:

Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  /
Должность сотрудника УИТТ ФИО подпись дата