

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



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Технологии физкультурно-спортивной деятельности
Факультет	Физической культуры и реабилитации
Кафедра	Теории и методики физической культуры и спорта
Курс	3,4

Направление (специальность) 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль/специализация) Технология спортивной подготовки

Форма обучения очная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: «01» сентября 2023г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № 10 от 28.05. 2024 г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20____ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20____ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Вальцев Владимир Владимирович	ТиМФКиС	к.п.н., доцент
Проданов Александр Владимирович	ТиМФКиС	ассистент
Пирогов Андрей Олегович	ТиМФКиС	ассистент

СОГЛАСОВАНО
Заведующий выпускающей кафедрой
 / Вальцев В.В./ Подпись ФИО «17» мая 2023г.

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

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Цели освоения дисциплины: является формирование у будущих бакалавров общих научно-методических основ теории физкультурно-спортивной деятельности, серьезного отношения к знаниям о целях, задачах, соревновательной деятельности, а также побуждение к самовоспитанию качеств и способностей, обеспечивающих вдумчивый и гибкий подход к организации и управлению образовательной, тренировочной и воспитательной работой с обучающимися, формирование необходимых для этого компетенций.

Задачи освоения дисциплины:

1. добиться прочного усвоения студентами знаний, составляющих содержание современной общей теории и методики физической культуры и спорта на уровне, соответствующем квалификации бакалавра
2. воспитать способность обобщенно осмысливать информацию, относящуюся к научно-теоретическим основам и прикладным методическим аспектам профессиональной деятельности и смежным дисциплинам профессионального образования.
3. сформировать у студентов умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности бакалавра физической культуры.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Учебная дисциплина «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» относится к базовой части дисциплин учебного плана. Изучается в течение 6,7 семестр.

Для изучения данной дисциплины студент должен освоить такие дисциплины как теория и методика юношеского спорта, Подготовка к процедуре защите и защита выпускной квалификационной работы, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Психология физической культуры и спорта, Физическое воспитание в специальных медицинских группах, Инновационные технологии в физической культуре и спорте, Ознакомительная практика, Профессионально-ориентировочная практика, Педагогическая практика, Тренерская практика, Спортивная практика.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Знать: методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса Уметь: осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса Владеть: методическим обеспечением и контролем тренировочного и образовательного процесса
ПК-2 Планирование, учет и анализ	Знать: Методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности

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

результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	занимающихся Уметь: Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся Владеть: средствами и методами разработки оперативных планов спортивной подготовки групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), в том числе рабочих планов, планов тренировочных занятий, планов подготовки к спортивным соревнованиям
--	---

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) 9 зачетных единиц (324 часа)

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения очная)			
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам		
		5	6	7
1	2	3	4	5
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	140	36	32	72
Аудиторные занятия: лекции	140 18	36	32	72 18
Семинары и практические занятия, лабораторные работы, практикумы	122	36	32	54
Самостоятельная работа	148	36	40	72
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	Тестирование, коллоквиум	Тестирование, коллоквиум	Тестирование, коллоквиум	Тестирование, коллоквиум
Курсовая работа	-	-	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Экзамен, зачет		зачет	экзамен
Всего часов по дисциплине	324	72	72	144 (+36 контроль)

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

4.3. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:

Форма обучения: очная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	9
Раздел 1. Баскетбол							
1. Баскетбол в системе физического воспитания и спорта.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
2. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
3. Средства и способы ведения игры.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
4. Технология планирования учебно-тренировочного и соревновательного процессов.	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
5. Спортивный отбор в баскетболе.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
6. Правила соревнований по баскетболу, оборудование, инвентарь, разметка.	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
7. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
8. Техника и тактика игры в баскетбол.	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
9. Обучение технике дриблинга и кроссинга в	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.

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

баскетболе (ведение на месте, в движении, со сменой направления).							
10. Обучения технике броска в корзину 1 рукой (с места, в прыжке, на 2 шага).	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
11. Совершенствование техники бросков в корзину с изменением условий (после остановки на 1 или 2 контакта, крюком, флоатером, добивание, с разных дистанций и после дриблинга)	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
12. Обучение приемам тактики нападения, взаимодействие 2-х и 3-х игроков.	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
13. Совершенствование приемов тактики нападения (комбинации для 2-х и 3-х игроков).	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
14. Совершенствование основных закономерностей ведения спортивной борьбы в баскетболе (стратегия, тактика).	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
15. Методика обучения групповым взаимодействиям (2-х, 3-х игроков).	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
16. Методика обучения командным действиям игры в защите.	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
17. Овладение командными действиями игры в защите (личная защита).	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
18. Овладение	4		2			2	Тестирование

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

командными действиями в защите (зонная защита, зонный прессинг).							ние, коллоквиум.
19. Овладение навыкам игры в дисциплине «баскетбол 3х3».	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
20. Совершенствование навыков игры в дисциплине «баскетбол 5х5».	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
21. Совершенствование техники передач мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками, одной рукой на месте, в движении).	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
22. Обучение технике передвижения в баскетболе. (стойки, слайды, прыжки, остановки, повороты, бег)	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
23. Совершенствование техники защиты против игрока с мячом (выбивание, вырывание, накрывание)	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
24. Выполнение зачетных требований, контрольных нормативов.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
Раздел 2. Плавание							
1. История развития плавания.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
2. Научно-теоретические основы плавания.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
3. Правила поведения и безопасности на занятиях	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.

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

плаванием.							
4. Научно-теоретические основы плавания	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
5. Теоретические основы плавания.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
6. Адаптация к водной среде.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
7. Обучение плаванию дошкольников: основные особенности при обучении	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
8. Планирование тренировочных занятий по плаванию.	2		1			1	Тестирование, коллоквиум.
9. Техника плавания кролем.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
10. Техника плавания на спине.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
11. Техника плавания брассом.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
12. Техника плавания дельфином.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
13. Комплексное плавание.	3		1			2	Тестирование, коллоквиум.
14. Методика обучения плаванию	4		2			2	Тестирование, коллоквиум.
15. Методика обучения плаванию.	4		2			2	Тестирование,

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

							коллокви ум.
16.Методика обучения плаванию.	2		1			1	Тестирование, коллокви ум.
17. Правила соревнований по плаванию.	4		2			2	Тестирование, коллокви ум.
18. Методические приемы используемые при обучении плаванию различных возрастных групп.	2		1			1	Тестирование, коллокви ум.
19. Техника безопасности на занятиях по плаванию.	4		2			2	Тестирование, коллокви ум.
20. Педагогический контроль на занятиях по плаванию.	2		1			1	Тестирование, коллокви ум.
21. Самоконтроль пловца.	3		2			1	Тестирование, коллокви ум.
22. Обучение методики развития выносливости посредством плавания.	3		1			2	Тестирование, коллокви ум.
23. Методика развития силовых качеств.	3		2			1	Тестирование, коллокви ум.
24. Развитие скоростных качеств в плавании.	2		1			1	Тестирование, коллокви ум.
25. Методика развития гибкости.	4		2			2	Тестирование, коллокви ум.
Раздел 3. Единоборства							
1. История развития борьбы.	5		2			3	Тестирование, коллокви ум.

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

2. Основы техники спортивной борьбы	6	1	2			3	Тестирование, коллоквиум.
3. Основы методики обучения	6	1	2			3	Тестирование, коллоквиум.
4. Физические качества борца	6	1	3			3	Тестирование, коллоквиум.
5. Тактика в спортивной борьбе	6	1	2			3	Тестирование, коллоквиум.
6. Планирование учебно – тренировочного процесса	6		2			3	Тестирование, коллоквиум.
7. Особенности спортивной тренировки борцов высшей квалификации	8	1	3			4	Тестирование, коллоквиум.
8. Психологическая характеристика тренера – преподавателя	6		2			4	Тестирование, коллоквиум.
9. Развитие силы и выносливости.	7	1	3			3	Тестирование, коллоквиум.
10. Определение максимальной силы.	8	1	3			4	Тестирование, коллоквиум.
11. Развитие ловкости	7	1	3			3	Тестирование, коллоквиум.
12. Развитие быстроты	8	1	3			4	Тестирование, коллоквиум.
13. История возникновения и развития спортивных единоборств	5		2			3	Тестирование, коллоквиум.
14. Определение гибкости.	8	1	3			4	Тестирование

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

							ние, коллокви ум.
15. Техника национальной борьбы.	6	1	2			3	Тестирова ние, коллокви ум.
16. Техника вольной борьбы	6	1	2			3	Тестирова ние, коллокви ум.
17. Техника Самбо.	6	1	2			3	Тестирова ние, коллокви ум.
18. Техника смешанных единоборств.	7	1	3			3	Тестирова ние, коллокви ум.
19. Организация и содержание занятий.	7	1	3			3	Тестирова ние, коллокви ум.
20. Психические качества борца.	8	1	3			4	Тестирова ние, коллокви ум.
21. Контроль и учет спортивного совершенствования.	6	1	2			3	Тестирова ние, коллокви ум.
22. Выполнение зачетных требований, контрольных нормативов.	6	1	2			3	Тестирова ние, коллокви ум.
Итого контроль 36	324	18	122			148	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Раздел 1. Баскетбол

Тема 1. Баскетбол в системе физического воспитания и спорте.

Возникновение баскетбола, развитие баскетбола современные представления об игре, характеристика игры, правила игры. Баскетбол как средство физического воспитания. Основные понятия и термины в теории и методике баскетбола. История развития Российского баскетбола.

Тема 2. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.

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

Дидактические принципы обучения, этапы обучения техническим приемам.

Тема 3. Средства и способы ведения игры.

Техника игры в баскетбол Определение техники игры, классификация техники, техника нападения (передвижения), владения мячом (ведение, передачи, броски в корзину). Техника игры в защите (техника передвижений, овладения мячом,). Финты и сочетания элементов техники.

Тема 4. Технология планирования учебно-тренировочного и соревновательного процессов.

Общие положения о технологии планирования, планирование спортивной подготовки в многолетних циклах, виды планирования, документы планирования.

Тема 5. Спортивный отбор в баскетболе.

Теоретические и научные основы спортивного отбора. Этапы отбора в баскетболе. Критерии отбора для занятий баскетболом.

Тема 6. Правила соревнований по баскетболу, оборудование инвентарь, разметка. Правила соревнований по баскетболу, оборудование, инвентарь и разметка для учебно-тренировочных занятий и соревнований.

Тема 7. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.

Контроль за состоянием подготовленности баскетболиста. Контроль за факторами внешней среды. Виды учета в процессе тренировки.

Тема 8. Техника и тактика игры в баскетбол.

Определение понятий «техника и тактика», «классификация». Характеристика приемов игры, индивидуальные, групповые и командные действия. Современная тактика баскетбола.

Раздел 2. Плавание.

Тема 1. История развития плавания.

Возникновение плавания. Плавание как средство физического воспитания. Основные понятия и термины в теории и методике плавания.

Тема 2. Научно-теоретические основы плавания.

Основные понятия и термины: оси тела, плоскости тела, направления движения, угол атаки, движитель, плавание, пловец. Особенности водной среды: плотность воды, текучесть (вязкость), инертность частиц жидкости, гидростатическое давление, теплоемкость, теплопроводность, преломление света, распространение в воде звука и т.д. Система условий для организации двигательных действий пловца: горизонтальное положение, высокое встречное сопротивление, гипогравитация, холод, подвижная опора, принципиально отличный характер дыхания;

Особенности организма пловца: морфологические, физиологические, психологические.

Статическое плавание. Действие сил на неподвижное в воде тело. Закон Архимеда. Плаваемость. Факторы, определяющие плаваемость. Виды плаваемости: горизонтальная, вертикальная. Влияние плаваемости на технику плавания.

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

Тема 3. Правила поведения и безопасности на занятиях плаванием.

Упражнения для ознакомления со специфическими свойствами воды. Упражнения на погружение и открывание глаз в воде. Упражнения для обучения всплыванию и лежанию на воде. Упражнения для обучения правильному дыханию. Упражнения для обучения скольжению. Спады в воду и учебные прыжки в воду.

Тема 4. Научно-теоретические основы плавания

Плавание - жизненно важный навык. Врожденный плавательный рефлекс. Плавание как двигательное действие. Оздоровительное значение плавания. Прикладное значение плавания. Лечебное значение плавания. Спортивное значение плавания. Плавание как средство физического воспитания и спортивной тренировки. Плавание как учебная дисциплина. Плавание как методическая дисциплина. Плавание как научная дисциплина.

Тема 5. Теоретические основы плавания.

Основные понятия и термины: оси тела, плоскости тела, направления движения, угол атаки, движитель, плавание, пловец.

Особенности водной среды: плотность воды, текучесть (вязкость), инертность частиц жидкости, гидростатическое давление, теплоемкость, теплопроводность, преломление света, распространение в воде звука и т.д. Система условий для организации двигательных действий пловца: горизонтальное положение, высокое встречное сопротивление, гипогравитация, холод, подвижная опора, принципиально отличный характер дыхания;

Особенности организма пловца: морфологические, физиологические, психологические. Статическое плавание. Действие сил на неподвижное в воде тело. Закон Архимеда. Плаучесть. Факторы, определяющие плаучесть. Виды плаучести: горизонтальная, вертикальная. Влияние плаучести на технику плавания.

Тема 6. Адаптация к водной среде.

Согласование движений как при плавании брассом на груди, руки выполняют прямые движения до бедер. Плавание кролем на спине, с укороченными, а затем с полными гребками руками.

Тема 7. Обучение плаванию дошкольников: основные особенности при обучении

Обучение плаванию дошкольников: основные особенности при обучении. Обучение плаванию дошкольников: основные особенности при обучении. Апробация полученных знаний на практике: Подводящие упражнения, упр. по освоению с водой, спец. упражнения, технические средства, используемые для обучения. Особенности проведения занятий в бассейне для дошкольников. Использование игр в процессе обучения и т.д.

Тема 8. Планирование тренировочных занятий по плаванию.

Ознакомление с основными этапами планирование тренировочных занятий по плаванию. Последовательность обучения плавания. Этапы обучения в плавании. Преимущество спортивной тренировки по плаванию. Подбор средств для тренировки. Выбор методических приёмов в спортивной тренировке. Структура учебно-тренировочных занятий. Содержание учебно- тренировочных занятий. Учёт учебно-тренировочных занятий.

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

Раздел 3. Единоборства.

Тема 1. История развития борьбы.

Возникновение борьбы. Борьба как средство физического воспитания. Основные понятия и термины в теории и методике борьбы.

Тема 2. Основы техники спортивной борьбы.

Определение понятий: «техника», «приём», «части приёма». Механизм эффективности технических действий в борьбе. Понятие «индивидуальная техника».

Зависимость статических напряжений, динамических особенностей борьбы, перемещение борцов по коврику, темпа и ритма действий борцов от условий поединка. Фазовая структура техники борьбы. Взаимосвязь техники и тактики борьбы. Связь процесса овладения техникой борьбы с физической, психологической и интеллектуальной подготовленностью борцов.

Тема 3. Основы методики обучения.

Задача обучения. Последовательность обучения в спортивных видах борьбы (принцип от простого к сложному).

Учет положительного и отрицательного переноса навыков при обучении. Комплексное и избирательное применение дидактических принципов в процессе обучения борцов. Прочность усвоения навыков как одно из важнейших условий эффективности обучения. Средства и методы обучения. Метод слова, метод показа. Целостный и расчлененный методы обучения. Смешанный метод. Критерии определения ошибок, методы предупреждения и устранения ошибок.

Тема 4. Физические качества борца

Условия проявления физических качеств борцом. Проявление различных физических качеств при выполнении приёмов борьбы, относящихся к различным группам классификации и при решении различных спортивных задач. Понятия: скоростно-силовая подготовка, силовая выносливость, координация движений и др. Условия необходимые для воспитания физических качеств. Средства и методы применяемые для совершенствования физических качеств борца: силы, быстроты, выносливости и т.д. Методы тестирования общей и специальной физической подготовленности борца.

Тема 5. Тактика в спортивной борьбе

Определение понятия «тактика». Тактическое мышление (способность быстро воспринимать и перерабатывать информацию, прогнозировать действия соперника, находить правильные варианты тактических решений). Пути формирования и совершенствования тактического мышления. Основы тактики, определяющие тактическое мастерство спортсмена – умение составлять реальный план, навыки реализации тактического плана, гибкость тактического мышления. Роль сложных тактико-технических действий, кустовой метод построения комбинаций и т.д. Значение времени реакции атакующего и атакуемого борцов для тактических построений.

Тема 6. Планирование учебно-тренировочного процесса.

Требования к планированию (целеустремленность, перспективность, реальность, конкретность, научность, оптимальность, объективность, возможность контроля и коррекций). Виды планирования: перспективное, текущее и оперативное. Взаимосвязь и

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

преимущество видов планирования. Методы планирования: программно-целевой, моделирование, экстраполяция, линейное. Характеристика различных видов планирования в борьбе. Связь различных видов планирования с педагогическими задачами.

Тема 7. Особенности спортивной тренировки борцов высшей квалификации.

Значение высокого уровня всестороннего физического развития для достижения высоких спортивных результатов. Совершенствование физических качеств, необходимых для выполнения высоких специфических нагрузок; формирование и совершенствование индивидуальной техники и тактики борьбы. Воспитание идеологической убежденности, коллективизма. Пути совершенствования умений и навыков преодоления трудностей в решении спортивных задач. Место общеразвивающих и специальных упражнений и их параметры. Варьирование методов тренировки.

Тема 8. Психологическая характеристика тренера – преподавателя.

Тренер как педагог и воспитатель. Творческая система «тренер – ученик». Способы управления коллективом: авторитарный, либеральный и демократический. Функции тренера (обучение, воспитание, учет, контроль, планирование, организация, совершенствование). Педагогические способности тренера: экспрессивная, дидактическая, академическая, личностная, организаторская, наблюдательская и т.д.). Взаимоотношения тренера с коллегами, администрацией, хозяйственниками, врачами, судьями. Учителями, родителями и т.д. Личные качества тренера: нравственные. Общие и профессиональные.

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Раздел 1. Баскетбол

Тема 9. Обучение технике дриблинга и кроссинга в баскетболе (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Каково распределение игроков по амплуа и их функции на площадке.
2. Основные технические действия разыгрывающего с мячом на площадке.

Тема 10. Обучения технике броска в корзину 1 рукой (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних.
2. Методика определения и исправления ошибок в технике.

Тема 11. Совершенствование техники бросков в корзину 1 рукой с изменением условий (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.
2. Задачи физической подготовки.
3. История возникновения и развития баскетбола.

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

Тема 12. Обучение приемам техники нападения, взаимодействия 2-х и 3-х игроков. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
2. Периодизация годичной подготовки как основа формирования тренированности баскетболистов.
3. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов).

Тема 13. Совершенствование приемов техники нападения (комбинации для 2-х и 3-х игроков). (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Управление соревновательной деятельностью в баскетболе.
2. Планирование и контроль как необходимые организационно- методические условия эффективности управления подготовкой баскетболистов высокой квалификации.

Тема 14. Совершенствование основных закономерностей ведения спортивной борьбы в баскетболе (стратегия, тактика). (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Отбор баскетболистов в системе многолетней подготовки.
2. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
3. Периодизация годичной подготовки как основа формирования тренированности баскетболистов.

Тема 15. Методика обучения групповым действиям (2-х, 3-х игроков). (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Периодизация годичной подготовки как основа формирования тренированности баскетболистов.
2. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов).
3. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.

Тема 16. Методика обучения командным действиям игры в защите. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних.
2. Методика определения и исправления ошибок в технике.
3. Задачи физической подготовки.
4. История возникновения и развития баскетбола.

Тема 17. Овладение командными действиями игры в защите (личная защита). (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Содержание физической подготовки баскетболистов высокой квалификации на разных этапах подготовительного периода.

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

2. Выносливость баскетболистов (виды и методика развития).
3. Сила и силовая выносливость баскетболистов (методика развития).
4. Гибкость баскетболистов (методика развития).

Тема 18. Совершенствование командных действий в защите (зонная защита, зонный прессинг (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Методика определения и исправления ошибок в технике.
2. Задачи физической подготовки.
3. История возникновения и развития баскетбола.

Тема 19. Овладение навыкам игры в дисциплине «баскетбол 3х3».(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Взрывная сила баскетболистов (методика развития).
2. Координация баскетболистов (методика развития).
3. Обучение техническим приемам и совершенствование техники игры.
4. Эволюция техники игры в баскетбол и причины, стимулирующие это развитие.

Особенности технической подготовленности баскетболистов на современном этапе.

Тема 20. Совершенствование навыков игры в дисциплине «баскетбол 5х5».(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Классификация техники игры в баскетбол.
2. Психологическая подготовка баскетболистов к тренировочному процессу.
3. Психологическая подготовка баскетболистов к соревнованиям.

Тема 21. Совершенствование техники передач мяча в баскетболе(передачи мяча двумя руками, одной рукой на месте, в движении).(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
2. Восстановление организма после тренировочных и соревновательных нагрузок.

Тема 22. Обучение технике передвижения в баскетболе. (стойки, слайды, прыжки, остановки, повороты, бег). (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Международные и российские органы руководства баскетболом. Их структура и роль в развитии игры.
2. Анализ крупнейших соревнований по баскетболу, проведенных в последние годы.
3. Управление соревновательной деятельностью в баскетболе.

Тема 23. Совершенствование технике защиты против игрока с мячом (выбивание, вырывание, накрывание). (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Целевая Комплексная программа подготовки российских баскетболистов

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

к Олимпийским играм. Назначение, структура и содержание документа.

2. Индивидуальное планирование в подготовке баскетболистов.
3. Общая структура многолетней подготовки баскетболистов и факторы, ее определяющие.

Тема 24. Выполнение зачетных требований, контрольных нормативов. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. История возникновения и развития баскетбола.
2. Характеристика современного состояния баскетбола в Российской Федерации.

Раздел 2. Плавание.

Тема 9. Техника плавания кролем. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Анализ техники движений ногами способом кроль на груди.
2. Понятие «техника плавания» и факторы, ее определяющие.
3. Статическое плавание. Условия равновесия тела в воде.

Тема 10. Техника плавания на спине. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Анализ техники движений руками при плавании кролем на спине
2. Динамическое плавание. Подъемная сила и сила тяги.
3. Виды сопротивления воды.

Тема 11. Техника плавания брассом. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Определение в практических условиях характеристик техники плавания спортивными способами.
2. Требования, предъявляемые к рациональному гребку руками.

Тема 12. Техника плавания дельфином. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Анализ техники выполнения старта из воды.
2. Анализ техники выполнения старта с тумбочки. Разновидности стартового прыжка.

Тема 13. Комплексное плавание. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Требования, предъявляемые к рациональному гребку руками.
2. Влияние анатомического строения тела на технику плавания.
3. Физические свойства воды.

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

Тема 14. Методика обучения плаванию(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Определение в практических условиях характеристик техники плавания спортивными способами.
- 2 Требования, предъявляемые к рациональному гребку руками.

Тема 15. Методика обучения плаванию.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Общие закономерности техники спортивных способов плавания.
- 2 Гидродинамическое сопротивление движению тела пловца и его составляющие.

Тема 16. Методика обучения плаванию.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Виды сопротивления и их характеристика.
- 2 Интегральные характеристики рациональной техники плавания.
3. Определение в практических условиях характеристик техники

Тема 17. Правила соревнований по плаванию.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Требования, предъявляемые к рациональному гребку руками.
2. Анализ техники движений руками при плавании кролем на спине.
3. Анализ техники движений руками при плавании кролем на груди.
4. Анализ техники движений руками при плавании способом брасс.

Тема 18. Методические приемы используемые при обучении плаванию различных возрастных групп.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Анализ техники движений руками способом баттерфляй.
2. Анализ техники движений ногами способом кроль на груди.

Тема 19. Техника безопасности на занятиях по плаванию.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Анализ техники движений ногами при плавании кролем на спине.
2. Анализ техники движений ногами при плавании способом брасс.
3. Анализ техники движений ногами при плавании баттерфляем.

Тема 20. Педагогический контроль на занятиях по плаванию.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Анализ техники согласований движений рук, ног и дыхания способом кроль на груди. Педагогическая модель.
2. Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом кроль на спине. Педагогическая модель.

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

Тема 21. Самоконтроль пловца.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом брасс. Варианты согласования. Педагогическая модель.
2. Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом баттерфляй. Педагогическая модель.
3. Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом кроль на груди и способы их устранения.

Тема 22. Обучение методики развития выносливости посредством плавания.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом кроль на спине и способы их устранения.
- 2 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом брасс и способы их устранения.

Тема 23. Методика развития силовых качеств.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом дельфин и способы их устранения.
- 2 Анализ техники выполнения старта из воды.

Тема 24. Развитие скоростных качеств в плавании. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Анализ техники выполнения старта с тумбочки. Разновидности стартового прыжка.
- 2 Анализ техники выполнения поворотов. Разновидности поворотов.

Тема 25. Методика развития гибкости. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Анализ техники согласований движений рук, ног и дыхания способом кроль на груди. Педагогическая модель.
2. Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом кроль на спине. Педагогическая модель.

Раздел 3. Единоборства

Тема 9. Развитие силы и выносливости.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Что такое бросок?
- 2 Определение греко-римской борьбы?

Тема 10.Определение максимальной силы.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 В каком году была включена в программу Олимпийских игр женская вольная борьба?
- 2 Что такое борцовский «мост»?

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

Тема 11. Развитие ловкости.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Определение борьбы самбо?
- 2 Что такое «крючок» в спортивной борьбе?

Тема 12. Развитие быстроты.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Что такое комбинация в спортивной борьбе?
- 2 Что такое связка в спортивной борьбе?
- 3 Что такое защита в спортивной борьбе?

Тема 13.История возникновения и развития спортивных единоборств.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 В чем отличия между кубком мира и чемпионатом мира?
- 2 Что такое партер в спортивной борьбе?
- 3 Что такое перевод в спортивной борьбе?

Тема 14. Определение гибкости. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Защита от приема «капкан».
- 2 Действия при захваченной руке соперника.
- 3 Продолжение атаки при защите от приема «капкан».

Тема 15. Техника национальной борьбы. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Оригинальное продолжение атаки при защите от приема «капкан».
2. Какие бывают стойки борцов?

Тема 16. Техника вольной борьбы. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Контрдействия при защите от прохода в ноги.
- 2 Что такое судейство в спортивной борьбе?
- 3 Отличия судейства в греко-римской, вольной борьбе?

Тема 17. Техника Самбо. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Отличия судейства в борьбе самбо и дзюдо?
- 2 Перечислите требования к судье высшей категории по спортивной борьбе?
- 3 Какие отчетные документы должен вести тренер по спортивной борьбе?

Тема 18. Техника смешанных единоборств.(форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

- 1 Какие отчетные документы должен вести тренер по спортивной борьбе?
2. История правил соревнований и судейство: характер и способы проведения.
- 3 Взаимосвязь правил соревнований и судейства с технико-тактическим мастерством.

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

4. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям.

Тема 19. Организация и содержание занятий по борьбе. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Оборудование места соревнований и общие требования к ним.
2. Возрастные и весовые категории участников соревнований. Эволюция возрастных и весовых категорий.
3. Правила взвешивания и жеребьевка участников.

Тема 20. Психические качества борца (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Обязанности и права участников соревнований и общие требования к представителям, тренерам, секундантам и капитанам команд.
2. Формирование судейской коллегии и общие требования к ней. Основные функции судейской бригады.
3. Права и обязанности главного судьи, зам. главного судьи, главного секретаря.

Тема 21. Контроль и учет спортивного совершенствования. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Порядок составления пар для проведения соревнований; жесты судей и их применение на соревнованиях.
2. Документация соревнований: заявка на участие; протокол взвешивания; табель судей и обслуживающего персонала.

Тема 22. Выполнение зачетных требований, контрольных нормативов. (форма проведения-практическое занятие)

Вопросы по темам раздела:

1. Основные требования по продолжительности схваток. Начало и конец поединка. Оценка технических действий на соревнованиях.
2. Особенности судейства борцов в партере и "зоне пассивности", запрещенные приемы и неправильная борьба в стойке и партере.
3. Предупреждение и поражение в поединке за нарушение правил соревнований.

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

: «Данный вид работы не предусмотрен УП».

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

: «Данный вид работы не предусмотрен УП».

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)

Вопросы к зачету:

Баскетбол.

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

1. Содержание физической подготовки баскетболистов высокой квалификации на разных этапах подготовительного периода.
2. Выносливость баскетболистов (виды и методика развития).
3. Сила и силовая выносливость баскетболистов (методика развития).
4. Гибкость баскетболистов (методика развития).
5. Скоростные способности баскетболистов (методика развития).
6. Взрывная сила баскетболистов (методика развития).
7. Координация баскетболистов (методика развития).
8. Обучение техническим приемам и совершенствование техники игры.
9. Эволюция техники игры в баскетбол и причины, стимулирующие это развитие. Особенности технической подготовленности баскетболистов на современном этапе.
10. Классификация техники игры в баскетбол
11. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
12. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.
13. Психологическая подготовка баскетболистов к тренировочному процессу.
14. Психологическая подготовка баскетболистов к соревнованиям.
15. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
16. Восстановление организма после тренировочных и соревновательных нагрузок. Характеристика средств и методов ускорения процессов восстановления (использование факторов питания, физиотерапевтических процедур, активного отдыха, аутотренинга и др.)
17. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
18. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
19. Управление соревновательной деятельностью в баскетболе.
20. Планирование и контроль как необходимые организационно- методические условия эффективности управления подготовкой баскетболистов высокой квалификации.
21. Методика комплектования сборных и клубных команд. Стили управления. Общение в команде. Руководство в кризисной ситуации.
22. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
23. Целевая Комплексная программа подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм. Назначение, структура и содержание документа.
24. Индивидуальное планирование в подготовке баскетболистов.

Плавание.

1. Общие закономерности техники спортивных способов плавания.
2. Гидродинамическое сопротивление движению тела пловца и его составляющие.
3. Виды сопротивления и их характеристика.
4. Интегральные характеристики рациональной техники плавания.
5. Определение в практических условиях характеристик техники плавания спортивными способами.
6. Требования, предъявляемые к рациональному гребку руками.

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

- 7 Анализ техники движений руками при плавании кролем на спине.
- 8 Анализ техники движений руками при плавании кролем на груди.
- 9 Анализ техники движений руками при плавании способом брасс.
- 10 Анализ техники движений руками способом баттерфляй.
- 11 Анализ техники движений ногами способом кроль на груди.
- 12 Анализ техники движений ногами при плавании кролем на спине.
- 13 Анализ техники движений ногами при плавании способом брасс.
- 14 Анализ техники движений ногами при плавании баттерфляем.
- 15 Анализ техники согласований движений рук, ног и дыхания способом кроль на груди. Педагогическая модель.
- 16 Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом кроль на спине. Педагогическая модель.
- 17 Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом брасс. Варианты согласования. Педагогическая модель.
- 17 Анализ техники согласования рук, ног и дыхания при плавании способом баттерфляй. Педагогическая модель.
- 18 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом кроль на груди и способы их устранения.
- 20 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом кроль на спине и способы их устранения.
- 21 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом брасс и способы их устранения.
- 22 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом дельфин и способы их устранения.
- 23 Анализ техники выполнения старта из воды.
- 24 Анализ техники выполнения старта с тумбочки. Разновидности стартового прыжка.
- 25 Анализ техники выполнения поворотов. Разновидности поворотов.

Единоборства.

- 1 История развития спортивной борьбы.
- 2 История развития видов спортивной борьбы.
- 3 Спортивная борьба на современном этапе (в целом и по видам).
- 4 Техника спортивной борьбы.
- 5 Тактика спортивной борьбы.
- 6 Организация проведения занятий спортивной борьбой в школе.
- 7 Судейство соревнований по спортивной борьбе.
- 8 Эволюция правил соревнований.
- 9 Традиционные и нетрадиционные средства подготовки борцов.
- 10 Общее представление о борьбе в стойке, теоретические основы борьбы в стойке.
- 12 Основные положения при борьбе стоя.
- 13 Захваты соперника при борьбе стоя.
- 14 Разновидности блокировок, захватов за руки и голову соперника.
- 15 Переводы в партер захватом за руку (руки).
- 16 Переводы в партер захватом за ногу (ноги).
- 17 Сбивания с захватами за руки, туловище.
- 18 Предупреждения травматизма.
- 19 Правила борьбы в стойке в вольной и греко-римской борьбе.
- 20 Крестовой захват.
- 21 Броски прогибом, сбивания скручиванием.

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

- 22 Броски подворотом, поворотом.
- 23 Броски через плечи.
- 24 Тактика подготовки ситуаций для проведения приемов.
- 25 Запрещенные приемы и неправильная борьба в стойке;
- 26 Предупреждение и поражение в поединке за нарушение правил соревнований.
27. Общее представление о борьбе в партере, теоретические основы борьбы в партере.
28. Основные положения при борьбе в партере.
29. Захваты соперника при борьбе в партере.
30. Разновидности захватов за руки, голову, ноги и туловище соперника.
31. Перевороты в партере захватом за руку (руки), голову.
32. Перевороты в партере захватом за ногу (ноги).
33. Предупреждения травматизма. Правила борьбы в партере.
34. Броски с отрывом соперника от ковра.
35. Тактика подготовки ситуаций для проведения приемов в партере.
36. Запрещенные приемы и неправильная борьба в партере;
37. Предупреждение и поражение в поединке за нарушение правил соревнований.

Вопросы к экзамену:

Баскетбол.

1. История возникновения и развития баскетбола.
2. Характеристика современного состояния баскетбола в Российской Федерации.
3. Международные и российские органы руководства баскетболом. Их структура и роль в развитии игры.
4. Анализ крупнейших соревнований по баскетболу, проведенных в последние годы.
5. Управление соревновательной деятельностью в баскетболе.
6. Планирование и контроль как необходимые организационно- методические условия эффективности управления подготовкой баскетболистов высокой квалификации.
7. Методика комплектования сборных и клубных команд. Стили управления. Общение в команде. Руководство в кризисной ситуации.
8. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
9. Целевая Комплексная программа подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм. Назначение, структура и содержание документа.
10. Индивидуальное планирование в подготовке баскетболистов.
11. Общая структура многолетней подготовки баскетболистов и факторы, ее определяющие.
12. Отбор баскетболистов в системе многолетней подготовки.
13. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
14. Периодизация годичной подготовки как основа формирования тренированности баскетболистов.
15. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов).
16. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.
17. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годичных, полугодичных и многолетних.
18. Методика определения и исправления ошибок в технике.
19. Задачи физической подготовки.

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

20. История возникновения и развития баскетбола.
21. Закономерности и принципы спортивной тренировки баскетболистов.
22. Содержание физической подготовки баскетболистов высокой квалификации на разных этапах подготовительного периода.
23. Выносливость баскетболистов (виды и методика развития).
24. Сила и силовая выносливость баскетболистов (методика развития).
25. Гибкость баскетболистов (методика развития).
26. Скоростные способности баскетболистов (методика развития).
27. Взрывная сила баскетболистов (методика развития).
28. Координация баскетболистов (методика развития).
29. Обучение техническим приемам и совершенствование техники игры.
30. Эволюция техники игры в баскетбол и причины, стимулирующие это развитие. Особенности технической подготовленности баскетболистов на современном этапе.
31. Классификация техники игры в баскетбол.
32. Психологическая подготовка баскетболистов к тренировочному процессу.
33. Психологическая подготовка баскетболистов к соревнованиям.
34. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
35. Восстановление организма после тренировочных и соревновательных нагрузок

Плавание.

- 1 Место плавания в системе физического воспитания.
- 2 Определение и содержание предмета плавания. Классификация предмета.
- 3 Структура профессионально-педагогической деятельности тренера.
- 4 Зарождение плавания, первые спортивные соревнования пловцов. Создание международной спортивной организации пловцов.
- 5 Анализ выступления российских пловцов на Олимпийских играх.
- 6 Терминология, применяемая при изучении техники плавания.
- 7 Особенности плавания как физического упражнения, значение плавания.
- 8 Понятие «техника плавания» и факторы, ее определяющие.
- 9 Статическое плавание. Условия равновесия тела в воде.
- 10 Методика определения плавучести и равновесия пловцов в воде.
- 11 Динамическое плавание. Подъемная сила и сила тяги.
- 12 Виды сопротивления воды.
- 13 Влияние анатомического строения тела на технику плавания.
- 14 Физические свойства воды.
- 15 Общие закономерности техники плавания спортивными способами.
- 16 Кинематические характеристики движений пловца.
- 17 Динамические характеристики движений пловца.
- 18 Фазовый состав цикла движений руками.
- 19 Интегральные характеристики рациональной техники плавания.
- 20 Эволюция техники плавания способом кроль на груди.
- 21 Анализ техники движения ног при плавании кролем на груди.
- 22 Анализ техники согласования рук, ног и дыхания способом кроль на груди.
- 23 Прикладное плавание. Виды прикладного плавания.
- 24 Спасение тонущих (приемы транспортировки, освобождение от захватов). Организация спасательной службы на воде.

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

25 Техника прикладных способов плавания. Оказание первой помощи при утоплении.

26 Характеристика видов утопления. Способы искусственного дыхания, непрямой массаж сердца.

27 Подготовка к проведению соревнований по плаванию. Основная документация соревнований по плаванию.

28 Руководство соревнованиями, работа судей.

29 Правила проведения соревнований в бассейнах и на открытой воде.

30 Характеристика игры в водное поло. Эволюция развития водного пола. Правила соревнований.

Единоборства.

1 Что такое бросок?

2 Определение греко-римской борьбы?

3 В каком году была включена в программу Олимпийских игр женская вольная борьба?

4 Что такое борцовский «мост»?

5 Определение борьбы самбо?

6 Что такое «крючок» в спортивной борьбе?

7 Что такое комбинация в спортивной борьбе?

8 Что такое связка в спортивной борьбе?

9 Что такое защита в спортивной борьбе?

10 В чем отличия между кубком мира и чемпионатом мира?

11 Что такое партер в спортивной борьбе?

12 Что такое перевод в спортивной борьбе?

13 Защита от приема «капкан».

14 Действия при захваченной руке соперника.

15 Продолжение атаки при защите от приема «капкан».

16 Оригинальное продолжение атаки при защите от приема «капкан».

17 Какие бывают стойки борцов?

18 Контрдействия при защите от прохода в ноги.

19 Что такое судейство в спортивной борьбе?

20 Отличия судейства в греко-римской, вольной борьбе?

21 Отличия судейства в борьбе самбо и дзюдо?

22 Перечислите требования к судье высшей категории по спортивной борьбе?

23 Какие отчетные документы должен вести тренер по спортивной борьбе?

24. История правил соревнований и судейство: характер и способы проведения.

25 Взаимосвязь правил соревнований и судейства с технико-тактическим мастерством.

26. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям.

27. Оборудование места соревнований и общие требования к ним.

28. Возрастные и весовые категории участников соревнований. Эволюция возрастных и весовых категорий.

29. Правила взвешивания и жеребьевка участников.

30. Обязанности и права участников соревнований и общие требования к представителям, тренерам, секундантам и капитанам команд.

31. Формирование судейской коллегии и общие требования к ней. Основные функции судейской бригады.

32. Права и обязанности главного судьи, зам. главного судьи, главного секретаря.

33. Порядок составления пар для проведения соревнований; жесты судей и их приме-

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

нение на соревнованиях.

34. Документация соревнований: заявка на участие; протокол взвешивания; табель судей и обслуживающего персонала.
35. Документация соревнований: акт приема места соревнований; протокол хода соревнований; судейская записка.
36. Документация соревнований: график распределения судей на схватки борцов; отчет главного судьи соревнований.
37. Основные требования по продолжительности схваток. Начало и конец поединка. Оценка технических действий на соревнованиях.
38. Особенности судейства борцов в партере и "зоне пассивности", запрещенные приемы и неправильная борьба в стойке и партере.
39. Предупреждение и поражение в поединке за нарушение правил соревнований.

10. 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.)
1. Баскетбол в системе физического воспитания и спорта.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
2. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
3. Средства и способы ведения игры.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
4. Технология планирования учебно-тренировочного и соревновательного процессов.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
5. Спортивный отбор в баскетболе.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
6. Правила соревнований по баскетболу, оборудование, инвентарь, разметка.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
7. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
8. Техника и тактика игры в баскетбол.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
9. Обучение технике дриблинга и кроссинга в баскетболе (ведение на месте, в движении, со сменой направления).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
10. Обучения технике броска в корзину 1 рукой (с места, в прыжке, на 2 шага).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос

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

11. Совершенствование техники бросков в корзину с изменением условий (после остановки на 1 или 2 контакта, крюком, флоатером, добивание, с разных дистанций и после дриблинга)	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
12. Обучение приемам тактики нападения, взаимодействие 2-х и 3-х игроков.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
13. Совершенствование приемов тактики нападения (комбинации для 2-х и 3-х игроков).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
14. Совершенствование основных закономерностей ведения спортивной борьбы в баскетболе (стратегия, тактика).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
15. Методика обучения групповым взаимодействиям (2-х, 3-х игроков).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
16. Методика обучения командным действиям игры в защите.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
17. Овладение командными действиями игры в защите (личная защита).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
18. Овладение командными действиями в защите (зонная защита, зонный прессинг).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
19. Овладение навыкам игры в дисциплине «баскетбол 3х3».	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
20. Совершенствование навыков игры в дисциплине «баскетбол 5х5».	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
21. Совершенствование техники передач мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками, одной рукой на месте, в движении).	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
22. Обучение технике передвижения в баскетболе. (стойки, слайды, прыжки, остановки, повороты, бег)	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
23. Совершенствование техники защиты против игрока с мячом (выбивание, вырывание, накрывание)	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
24. Выполнение зачетных требований, контрольных нормативов.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
1. История развития плавания.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
2. Научно-теоретические основы плавания.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
3. Правила поведения и	проработка учебного материала,	2	Тестирование,

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

безопасности на занятиях плаванием.	подготовка к сдаче зачета, экзамена.		опрос
4. Научно-теоретические основы плавания	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
5. Теоретические основы плавания.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
6. Адаптация к водной среде.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
7. Обучение плаванию дошкольников: основные особенности при обучении	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
8. Планирование тренировочных занятий по плаванию.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
9. Техника плавания кролем.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
10. Техника плавания на спине.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
11. Техника плавания брассом.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
12. Техника плавания дельфином.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
13. Комплексное плавание.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
14. Методика обучения плаванию	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
15. Методика обучения плаванию.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
16. Методика обучения плаванию.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
17. Правила соревнований по плаванию.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
18. Методические приемы, используемые при обучении плаванию различных возрастных групп.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
19. Техника безопасности на занятиях по плаванию.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
20. Педагогический контроль на занятиях по плаванию.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
21. Самоконтроль пловца.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
22. Обучение методики развития выносливости посредством плавания.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос
23. Методика развития силовых качеств.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
24. Развитие скоростных качеств в плавании.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	1	Тестирование, опрос
25. Методика развития гибкости.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	2	Тестирование, опрос

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

1. История развития борьбы.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
2. Основы техники спортивной борьбы	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
3. Основы методики обучения	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
4. Физические качества борца	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
5. Тактика в спортивной борьбе	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
6. Планирование учебно – тренировочного процесса	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
7. Особенности спортивной тренировки борцов высшей квалификации	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	4	Тестирование, опрос
8. Психолого-педагогическая характеристика тренера – преподавателя	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	4	Тестирование, опрос
9. Развитие силы и выносливости.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
10. Определение максимальной силы.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	4	Тестирование, опрос
11. Развитие ловкости	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
12. Развитие быстроты	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	4	Тестирование, опрос
13. История возникновения и развития спортивных единоборств	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
14. Определение гибкости.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	4	Тестирование, опрос
15. Техника национальной борьбы.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
16. Техника вольной борьбы	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
17. Техника Самбо.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
18. Техника смешанных единоборств.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
19. Организация и содержание занятий.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
20. Психические качества борца.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	4	Тестирование, опрос
21. Контроль и учет спортивного совершенствования.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос
22. Выполнение зачетных требований, контрольных нормативов.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета, экзамена.	3	Тестирование, опрос

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

а) Список рекомендуемой литературы

Основная литература

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Матвеев Л. П. -4-е изд. - Москва : Спорт, 2021. - 520 с. - ISBN 978-5-907225-59-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225596.html>

2. Система физической подготовки студентов вузовской и допризывной молодежи. Преодоление препятствий, плавание, ускоренное передвижение и легкая атлетика : учебное пособие / А. В. Куршев, И. А. Зенуков, Г. Д. Гейко [и др.]. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2017. — 128 с. — ISBN 978-5-7882-2169-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/79507.html>

Дополнительная

1. Врублевский Е.П., Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс] : учебное пособие / Врублевский Е.П. - 2-е изд., испр. и дополн. - М. : Спорт, 2016. - 240 с. - ISBN 978-5-9907240-3-7 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990724037.html>

2. Гречанов П.Б., Физическая культура. Плавание способом брасс: учебное пособие / Гречанов П.Б. - Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2016. - 43 с. - ISBN 978-5-7782-3132-0 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785778231320.html>

3. Гришина, Т. С. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учебно-методическое пособие / Т. С. Гришина. — Воронеж : ВГИФК, 2019. — 239 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/140332>

Учебно-методические пособия

Технологии физкультурно-спортивной деятельности : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.01 Физическая культура / В. В. Вальцев ; УлГУ, ИМЭиФК. - 2023. - 27 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15232>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Специалист ведущих	Стадольникова Д. Р.		12.05 2023
Должность сотрудника ИБ	ФИО	подпись	дата

б) Программное обеспечение

1. СПС Консультант Плюс
2. Система «Антиплагиат.ВУЗ»
3. ОС Microsoft Windows
4. Microsoft Office 2016
5. «МойОфисСтандартный»

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

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

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.

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.

Согласовано:

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

Согласовано:
Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. / Щуренко Ю.В. / 2023.
Должность сотрудника УИТТ Ф.И.О. подпись дата

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Для проведения занятий используется следующее материально-техническое обеспечение: учебная аудитория, для проведения занятий и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение оснащено комплектом ученической мебели на 20 посадочных мест. Технические средства: доска аудиторная, рабочее место преподавателя, проектор, экран настенный. учебно-наглядные пособия, WI-FI, интернет
 Помещение для занятий физической культурой и спортом: спортивный зал. Площадь – 607,01 м²
 Спортивное оборудование (стартовые колодки, эстафетные палочки, секундомеры барьеры)
 Помещения для самостоятельной работы:

1. Читальный зал научной библиотеки (аудитория 237) с зоной для самостоятельной работы, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Аудитория укомплектована специализированной мебелью на 80 посадочных мест и оснащена компьютерной техникой с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС, экраном и проектором. Площадь 220,39 кв.м. (Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1))
2. Учебная аудитория 230 для самостоятельной работы студентов, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Компьютерный класс укомплектованный специализированной мебелью на 32 посадочных мест и техническими средствами обучения (16 персональных компьютеров) с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС. Площадь 93,51 кв.м. (Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1))
3. Учебная аудитория 226 для самостоятельной работы студентов, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Компьютерный класс укомплектованный специализированной мебелью на 15 посадочных мест и техническими средствами обучения (10 персональных компьютеров), копировальными аппаратами, принтерами, сканерами, переплетной машиной, ламинатором, дыроколом, брошюровщиком с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС. Площадь 80,06 кв.м. (Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1))
4. Библиографический отдел научной библиотеки (аудитория 224Б) с зоной для самостоятельной работы, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Аудитория укомплектована специализированной мебелью на 7 посадочных места и оснащена компьютерной техникой с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС. Площадь 53,88 кв.м. (Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1))
5. Отдел обслуживания научной библиотеки (аудитория 316) с зоной для самостоятельной работы, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Аудитория укомплектована специализированной мебелью на 10 посадочных места и оснащена компьютерной техникой с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС. Площадь 31,68 кв.м. (Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1))

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

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:

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

– 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.

Разработчик


_____ подпись

доцент
_____ должность

Вальцев В.В
_____ ФИО



ассистент

Проданов А.В.



ассистент

Пирогов А.О.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

вводится для регистрации изменений РПД ВО, ПП ВО, программы ГИА ВО в соответствии с отметкой на титульном листе об актуализации документа на заседании кафедры (№ протокола, дата)

№ п/п	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст изменения	ФИО заведующего кафедрой, реализующей дисциплину/выпускающей кафедрой	Подпись	Дата
1.	<p><i>краткое описание изменения или запись, например:</i> Приложение 6 «Внесение изменений в п.п. а) <i>Список рекомендуемой литературы</i> п.11/9 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики»» с оформлением отдельного приложения; или «Внесение изменений в п.п. ... «Список рекомендуемой литературы» Программы ГИА» с оформлением отдельного приложения;</p>	Вальцев В.В.		28.05.24
2.	<p><i>краткое описание изменения или, например:</i> Приложение 7 «Внесение изменений в п.п. в) <i>Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы</i> п.11/9 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики»» с оформлением отдельного приложения</p>	Вальцев В.В.		28.05.24

Приложение 6

а) Список рекомендуемой литературы

основная:

1 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Матвеев Л. П. -4-е изд. - Москва : Спорт, 2021. - 520 с. - ISBN 978-5-907225-59-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225596.html>

2. Система физической подготовки студентов вузовской и допризывной молодежи. Преодоление препятствий, плавание, ускоренное передвижение и легкая атлетика : учебное пособие / А. В. Куршев, И. А. Зенуков, Г. Д. Гейко [и др.]. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2017. — 128 с. — ISBN 978-5-7882-2169-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/79507.html>

Дополнительная

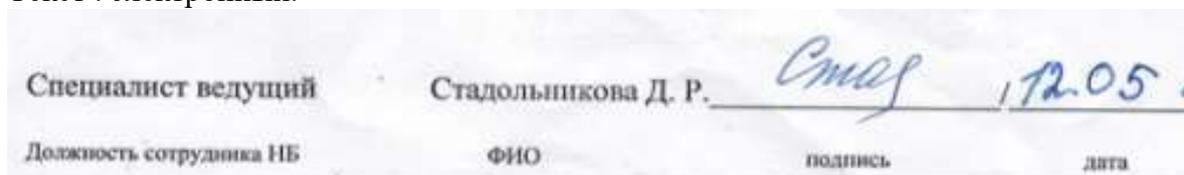
1. Врублевский Е.П., Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс] : учебное пособие / Врублевский Е.П. - 2-е изд., испр. и дополн. - М. : Спорт, 2016. - 240 с. - ISBN 978-5-9907240-3-7 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990724037.html>

2. Гречанов П.Б., Физическая культура. Плавание способом брасс: учебное пособие / Гречанов П.Б. - Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2016. - 43 с. - ISBN 978-5-7782-3132-0 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента»: [сайт]. - URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785778231320.html>

3. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. — 160 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95431.html>

Учебно-методические пособия

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.01 Физическая культура / В. В. Вальцев ; УлГУ, ИМЭиФК. - 2023. - 27 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15232>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.



Приложение 7

б) Программное обеспечение

1. СПС Консультант Плюс
2. Система «Антиплагиат.ВУЗ»
3. ОС Microsoft Windows
4. MicrosoftOffice 2016
5. «МойОфис Стандартный»

в) 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, [2024]. – 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, [2024]. - 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, [2024]. – 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, [2024]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2024]. – 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, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2024]. - 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, [2024].

3. **eLIBRARY.RU**: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

4. **Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – 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.

Согласовано:

Инженер ведущий
Должность сотрудника УИТТ

Щуренко Ю.В.
ФИО

подпись

дата