

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



УТВЕРЖДЕНО

решением Ученого совета института медицины, экологии и физической культуры от 16.05.2024г., протокол №9/260
Председатель *А.В. Машин* 16.05.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Базовые виды двигательной деятельности
Факультет	Факультет физической культуры и реабилитации
Кафедра	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта
Курс	1, 2

Направление (специальность): 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль/специализация): Технология спортивной подготовки

Форма обучения: очная, заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: 01.09.2024 г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ 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
Маленьких Елена Сергеевна	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Ассистент

СОГЛАСОВАНО
Заведующий выпускающей кафедрой
 / <u>Вальцев В.В.</u> / Подпись
«16» мая 2024г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины:

усвоение знаний о сущности, составных частях и закономерных взаимосвязях между ними в физкультурной и спортивной деятельности, а также особенностях их преломления в той или иной форме физической культуры и спорта.

Задачи освоения дисциплины:

- изучить основы базовых видов двигательной деятельности;
- изучить методику преподавания базовых видов двигательной деятельности;
- ознакомить с организационными основами работы по обучению базовым видам двигательной деятельности в разных типах учебных заведений.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Базовые виды двигательной деятельности» относится к числу дисциплин блока Б1.О, предназначенного для студентов, обучающихся по направлению: 49.03.01 Физическая культура.

В процессе изучения дисциплины формируются компетенции: ОПК-1, ОПК-7, ОПК-15.

Основные положения дисциплины используются в дальнейшем при изучении таких дисциплин как: Базовые виды двигательной деятельности, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Преддипломная практика, Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы, Функциональная анатомия, Психология развития, Общая биология, Теория и методика физической культуры, Нормальная физиология, Физиология спорта.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, 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-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>знать: технику безопасности и профилактику травматизма. анатомо-физиологические особенности развития организма детей, подростков и взрослых; санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе; технику безопасности при занятиях; методику проведения занятий.</p> <p>уметь: оказывать страховку, обеспечивать соблюдение техники безопасности. пользоваться организационными приемами</p>

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
	<p>работы с группой; вести индивидуальную работу; уметь определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, находить способы их устранения; оказывать первую помощь травмированному или пострадавшему; самостоятельной педагогической и организационной работы в разных звеньях системы физического воспитания.</p> <p>владеть: приемами первой медицинской помощи. владеть профессиональной речью и специальными жестами, владеть навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств.</p>
<p>ОПК-15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>знать: материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p> <p>уметь: проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p> <p>владеть: знаниями по материально-техническому оснащению занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>
<p>ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>знать: эффективность средств и методов физического воспитания людей разного возраста и пола; психические особенности людей разного возраста и пола, социально-психические особенности групп людей, спортивных команд, психоло-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей, командой.</p> <p>уметь: применять в профессиональной деятельности современные методы, приемы, технические средства (аудиовизуальную технику, тренажеры, микропроцессорную технику и т.п.); с позиций достижений психолого-педагогической науки и передовой практики изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно- спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; организовать и проводить научные исследования в сфере профессиональной деятельности; используя педагогические, медико-биологические методы, контролировать состояние занимающихся, влияние на них физических нагрузок и в зависимости от результатов контроля корректировать их; оказывать первую врачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий.</p> <p>владеть: коммуникативной, социально-личностной, мотивационно-ценностной, содержательно-операциональной компетенциями</p>

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего): 10 ЗЕТ

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах): 360 часов

Форма обучения: очная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>очная</u>)				
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам			
		1	2	3	4
1	2	3	4	5	6
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	136	36	32	36	32
Аудиторные занятия:	136	36	32	36	32
Лекции	-	-	-	-	-
Семинары и практические занятия	136	36	32	36	32
Лабораторные работы, практикумы	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	188	36	40	36	76
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование			
Курсовая работа	Курсовая работа	-	-	-	Курсовая работа
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет, Экзамен (36)	Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен
Всего часов по дисциплине	360	72	72	72	144

Форма обучения: заочная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u>)				
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам			
		1	2	3	4
1	2	3	4	5	6
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	32	8	8	8	8
Аудиторные занятия:	32	8	8	8	8
Лекции	-	-	-	-	-
Семинары и практические занятия	32	8	8	8	8
Лабораторные работы, практикумы	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	307	24	24	96	163
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование			
Курсовая работа	Курсовая работа	-	-	-	Курсовая работа
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет, Экзамен (21)	Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен
Всего часов по дисциплине	360	36	36	108	180

4.3. Содержание дисциплины. 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	8
Раздел 1. Легкая атлетика							
Тема 1.1. Обучение технике бега по прямой	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.2. Обучение технике бега по повороту	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.3. Обучение технике финиширования	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.4. Обучение технике высокого старта	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.5. Обучение технике низкого старта	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.6. Обучение технике бега в целом	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.7. Совершенствование техники бега	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.8. Обучение технике эстафетного бега	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
о бега							
Тема 1.9. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в длину с разбега	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.10. Обучение фазе полета и приземлению при прыжке в длину с разбега	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.11. . Обучение технике выполнения прыжка в длину с разбега в целом	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.12. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в высоту с разбега	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.13.	10	0	4	0	0	6	Вопросы к

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	8
Обучение фазе полета и приземления при прыжках в высоту							Экзамену, Тестирование
Тема 1.14. Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега в целом	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.15. Обучение технике выполнения разбега и скрестных шагов при метании копья (малого мяча, гранаты)	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.16. Обучение технике выполнения финального усилия при метании копья (малого мяча, гранаты)	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.17. Обучение технике метания	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
копья (малого мяча, гранаты) в целом							
Раздел 2. Баскетбол							
Тема 2.1. Обучение технике передвижения в баскетболе. Совершенствование техники передвижения в баскетболе (стойка, остановка, повороты, бег)	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.2. Обучение технике владения мячом. Совершенствование техники владения мячом (ловля, передача мяча, вырывание, выбивание)	10	0	4	0	0	6	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.3. Совершенствование передачи мяча в баскетболе	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
(передачи мяча двумя руками, одной на месте, в движении)							
Тема 2.4. Обучение техники ведения мяча в баскетболе (ведение на месте, по диагонали, кругу)	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.5. Совершенствование техники бросков в корзину	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.6. Обучение приемам техники нападения. Совершенствование приемов техники нападения.	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.7. Методика начального обучения баскетболу	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.8. Методика обучения тактике нападения	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
Тема 2.9. Методика обучения тактике защиты	14	0	6	0	0	8	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Итого подлежит изучению	324	0	136	0	0	188	

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: заочная

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	8
Раздел 1. Легкая атлетика							
Тема 1.1. Обучение технике бега по прямой	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.2. Обучение технике бега по повороту	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.3. Обучение технике финиширования	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.4. Обучение технике высокого	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
старта							
Тема 1.5. Обучение технике низкого старта	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.6. Обучение технике бега в целом	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.7. Совершенствование техники бега	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.8. Обучение технике эстафетного бега	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.9. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в длину с разбега	12	0	0	0	0	12	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.10. Обучение фазе полета и приземлению при прыжке в длину с разбега	12	0	0	0	0	12	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
Тема 1.11. . . Обучение техники выполнения прыжка в длину с разбега в целом	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.12. Обучение техники выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в высоту с разбега	12	0	0	0	0	12	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.13. Обучение фазе полета и приземления при прыжках в высоту	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.14. Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега в целом	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.15. Обучение технике выполнения разбега и скрестных шагов при метании	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
копья (малого мяча, гранаты)							
Тема 1.16. Обучение технике выполнения финального усилия при метании копья (малого мяча, гранаты)	12	0	0	0	0	12	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 1.17. Обучение технике метания копья (малого мяча, гранаты) в целом	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Раздел 2. Баскетбол							
Тема 2.1. Обучение технике передвижения в баскетболе. Совершенствование техники передвижения в баскетболе (стойка, остановка, повороты, бег)	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
Тема 2.2. Обучение технике владения мячом. Совершенствование техники владения мячом (ловля, передача мяча, вырывание, выбивание)	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.3. Совершенствование передачи мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками, одной на месте, в движении)	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.4. Обучение техники ведения мяча в баскетболе (ведение на месте, по диагонали, кругу)	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.5. Совершенствование техники бросков в корзину	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование

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	8
Тема 2.6. Обучение приемам нападения . Совершенствование приемов технике нападения.	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.7. Методика начального обучения баскетболу	16	0	2	0	0	14	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.8. Методика обучения тактике нападения	17	0	2	0	0	15	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Тема 2.9. Методика обучения тактике защиты	18	0	2	0	0	16	Вопросы к Экзамену, Тестирование
Итого подлежит изучению	339	0	32	0	0	307	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Легкая атлетика

Тема 1.1. Обучение технике бега по прямой

Цель занятия: Ознакомить студентов с многообразием видов легкой атлетики. Обучить технике бега по прямой Основные вопросы темы занятия: Инструктаж по технике безопасности, выполнение практической части. Организационная часть: Требования по курсу «Легкая атлетика». Проведение ознакомительного занятия по легкой атлетике. Обучение технике бега по прямой. Специальные беговые упражнения. Домашнее задание : классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта

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

Тема 1.2. Обучение технике бега по повороту

Цель – Обучить технике бега по повороту. Задача – Обучить методическим приемам, используемым при обучении технике бега по повороту. Организационная часть Сообщение целей и задач урока Основная часть Ознакомление с техникой бега по повороту. Специальные беговые упражнения. Правильность и согласованность работы рук и ног. Техника постановки стоп при повороте (вираже), наклон туловища. Совершенствование техники бега по прямой. Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Дискуссия : отличие техники бега по прямой и по повороту, анализ техники бега ведущих спортсменов

Тема 1.3. Обучение технике финиширования

Цель – Овладения основами техники финиширования. Задача: Обучить основным способам техники финиширования. Организационная часть Сообщение целей и задач урока Основная часть Специальные беговые упражнения. Обучение технике финиширования двумя способами (грудью и боком). Совершенствование техники бега по прямой и по повороту Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Дискуссия: анализ техники финиширования, просмотр видеосюжетов финиширования ведущих спортсменов

Тема 1.4. Обучение технике высокого старта

Цель: Обучение технике выполнения высокого старта Задача: Освоение подводящих упражнений, обучение технике высокого старта. Организационная часть Сообщение целей и задач урока Основная часть Объяснение технике выполнения высокого старта, на каких дистанциях применяется высокий старт Выполняемые студентами практические работы: - Ходьба - бег - Специальные беговые упражнения - Высокий старт - Обучение технике бега на длинные дистанции в целом Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.

Тема 1.5. Обучение технике низкого старта

Цель: обучение технике низкого старта. Задача: освоение различных способов выполнения низкого старта Организационная часть Сообщение целей и задач урока Основная часть - Техника выполнения бега по прямой. - Техника выполнения беговых упражнений - Обучение технике низкого старта (широкий, суженый, узкий, обычный), выбор оптимального способа - Техника бега на короткие дистанции в целом - Совершенствование технике бега на длинные дистанции Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.

Тема 1.6. Обучение технике бега в целом

Цель: Обучение технике бега в целом. Обучение исправлению и устранению ошибок. Задача: Научится анализировать технику бега по дистанции. Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Объяснение основных ошибок встречающихся при обучении бега, акцентируя внимание на применение основных упражнений для исправления ошибок. Выполняемые студентами практические работы: - Разминка - Специальные беговые упражнения - Дистанционный бег 2х100 м, 200м, 400м, 800м Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Дискуссия : анализ техники бега на разные дистанции у ведущих спортсменов

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

Тема 1.7. Совершенствование техники бега

Цель: Совершенствование техники бега на различные дистанции. Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Объяснение основных ошибок встречающихся при обучении бега, акцентируя внимание на применение основных упражнений для исправления ошибок. Выполняемые студентами практические работы: - Разминка - Специальные беговые упражнения - Дистанционный бег 2x100 м, 4x 200м, 400м, 800м Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.

Тема 1.8. Обучение технике эстафетного бега

Цель: Обучить технике эстафетного бега 4x100 и 4x400м. Задача: Освоить передачу эстафетной палочки в коридоре Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Ходьба Бег ОРУ, специальные беговые упражнения Техника передачи эстафетной палочки (на месте, в движении) Передача эстафетной палочки в коридоре Особенности эстафетного бега в зависимости от дистанции (4x100 и 4x400м) Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Дискуссия: общие и различные моменты в технике эстафетного бега

Тема 1.9. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в длину с разбега

Цель: Обучить технике выполнения разбега при прыжке в длину Задача: Выбор длины оптимального разбега и толчковой ноги Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Объяснение техники выполнения прыжка в длину с разбега различными способами Бег Подбор оптимальной величины разбега в зависимости от скорости Выбор толчковой ноги. Обучение правильной постановки стопы на планку при отталкивании Повторное выполнение разбега Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.

Тема 1.10. Обучение фазе полета и приземлению при прыжке в длину с разбега

Цель: Обучить технике полета и приземления различными способами . Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Объяснение техники полета различными способами (согнув ноги, ножницы, прогнувшись) Объяснение техники приземления Выполнение отталкивания, полета и приземления с места Выполнение отталкивание и приземления с разбега Совершенствование разбега и отталкивания Анализ ошибок. Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Домашнее задание: Анализ и выбор оптимального способа прыжка

Тема 1.11. . Обучение технике выполнения прыжка в длину с разбега в целом

Цель: Обучить правильному выполнению прыжка в длину с разбега Задача: Выбор оптимального способа прыжка для каждого студента индивидуально в зависимости от уровня подготовленности и антропометрических данных Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Выполнение контрольных прыжков. Анализ техники. Устранение ошибок в различных фазах (разбег, отталкивание, полет, приземление) Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Дискуссия: анализ техники прыжка в длину различными способами. Плюсы и минусы, выявление оптимально способа для различного уровня подготовленности

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

Тема 1.12. Обучение техники выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в высоту с разбега

Цель: Обучить технике выполнения разбега при прыжке в высоту
Задача: Выбор длины оптимального разбега и толчковой ноги
Организационная часть Сообщение цели и задач занятия
Основная часть Объяснение техники выполнения прыжка в высоту с разбега различными способами
Бег Специальные упражнения Подводящие упражнения для обучения отталкиванию Подбор оптимальной величины разбега в зависимости от скорости Выбор толчковой ноги. Обучение правильной постановки стопы перед воображаемой планкой Повторное выполнение разбега
Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания

Тема 1.13. Обучение фазе полета и приземления при прыжках в высоту

Цель: Обучить технике полета и приземления различными способами. Перешагивание, перекидной.
Организационная часть Сообщение цели и задач занятия
Основная часть Объяснение техники полета над планкой (взаимодействие рук и ног в фазе полета) Объяснение техники приземления и постановки стопы на землю при прыжке способом перешагивание. Обучение технике приземления (падения) при прыжке способом перекидной
Выполнение отталкивания, полета и приземления с места
Выполнение отталкивание и приземления с разбега
Совершенствование разбега и отталкивания
Анализ ошибок.
Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.
Домашнее задание: Анализ и выбор оптимального способа прыжка

Тема 1.14. Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега в целом

Цель: Обучить правильному выполнению прыжка в высоту с разбега
Задача: Выбор оптимального способа прыжка для каждого студента индивидуально в зависимости от уровня подготовленности и антропометрических данных
Организационная часть Сообщение цели и задач занятия
Основная часть Выполнение контрольных прыжков. Анализ техники. Устранение ошибок в различных фазах (разбег, отталкивание, полет, приземление). Особенности проведения соревнований в прыжках в высоту. Выполнение попыток на технику.
Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.
Дискуссия: анализ техники прыжка в длину различными способами. Плюсы и минусы, выявление оптимально способа для различного уровня подготовленности

Тема 1.15. Обучение технике выполнения разбега и скрестных шагов при метании копья (малого мяча, гранаты)

Цель: Создать представление о технике выполнения метаний
Задача: Обучить технике выполнения скрестных шагов при разбеге.
Организационная часть Сообщение цели и задач занятия
Основная часть Рассказ и показ техники выполнения метания копья в целом. Бег. ОРУ, Специальные беговые упражнения Обучения выполнения скрестным шагам
Обучение переходу в разбеге от подготовительной к основной части разбега (бег – скрестные шаги)
Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания

Тема 1.16. Обучение технике выполнения финального усилия при метании копья (малого мяча, гранаты)

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

Цель: Обучить технике разбега и финальному усилию Задача: Освоить технику финального усилия. Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Ходьба, бег, ОРУ, специальные беговые упражнения Имитация финального усилия Отработка финального усилия в теннисным мячом Взаимодействие рук, ног и туловища при переходе от скрестных шагов к финальному усилию. Обучение правильному хвату при рук при выполнении метания копья Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания.

Тема 1.17. Обучение технике метания копья (малого мяча, гранаты) в целом

Обучить правильному метания копья с разбега Организационная часть Сообщение цели и задач занятия Основная часть Выполнение контрольных метаний. Анализ техники. Устранение ошибок в различных фазах (разбег, финальное усилие). Выполнение технически грамотных попыток на оценку. Заключительная часть Подведение итогов, оценки, замечания. Дискуссия: анализ техники метания копья ведущих спортсменов

Раздел 2. Баскетбол

Тема 2.1. Обучение технике передвижения в баскетболе. Совершенствование технике передвижения в баскетболе (стойка, остановка, повороты, бег)

Обучить технике передвижения в баскетболе (стойка, бег, прыжки, повороты). Обучение технике остановки, поворотам в баскетболе. Об учение технике прыжка, бегу при игре в баскетболе. Самостоятельная работа: основные упражнения для изучения техники баскетбола

Тема 2.2. Обучение технике владения мячом. Совершенствование техники владения мячом (ловля, передача мяча, вырывание, выбивание).

Обучить технике ловли мяча в баскетболе. Совершенствование технике владения мячом (вырывание, выбивание мяча). Самостоятельная работа: основные упражнения для изучения техники владения мячом.

Тема 2.3. Совершенствование передачи мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками, одной на месте, в движении)

Совершенствование передачи мяча двумя руками. Совершенствование технике владения мячом (перехваты, упражнения в парах, тройках). Выполнение упражнений в парах, тройках на месте. Выполнение упражнений в парах, тройках в движении. Самостоятельная работа: Совершенствование передачи мяча .

Тема 2.4. Обучение технике ведения мяча в баскетболе (ведение на месте, по диагонали, кругу)

Обучить технике ведения мяча в баскетболе. Обучение технике ведения мяча по диагонали. Обучения ведению мяча по кругу правой, левой рукой. Самостоятельная работа: Подборка упражнений для обучения технике ведения мяча.

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

Тема 2.5. Совершенствование техники бросков в корзину

Обучение технике бросков в корзину (выполнение 2-х шагов). Совершенствование техники бросков в корзину. Совершенствование техники бросков в корзину , штрафные броски, броски с дальних дистанций. Самостоятельная работа: Последовательность обучения броска в корзину.

Тема 2.6. Обучение приемам техники нападения .Совершенствование приемов технике нападения.

Обучение приемам техники нападения. Совершенствование приемов техники нападения. Самостоятельная работа: Перечислить основные приемы индивидуального действия игроков с мячом (без мяча).

Тема 2.7. Методика начального обучения баскетболу

Учебная практика. Обучить занимающихся упражнениям для освоения технике передвижения ,остановок, поворотов, стойки, выбивание, вырывание. Обучить занимающихся технике ловли и передачи мяча, ведения мяча. Обучение занимающихся выполнению двух шагов, бросков со штрафной линии, средние ,длинные и дальние броски. Самостоятельная работа: общие правила исправления ошибок при обучении баскетболу

Тема 2.8. Методика обучения тактике нападения

Учебная практика. Обучение занимающихся тактике нападения. Обучение занимающихся индивидуальных действий игроков, обучение групповым действиям игроков. Обучение командных действий (стремительное нападение и позиционное нападение) Самостоятельная работа: схема изучения тактике нападения.

Тема 2.9. Методика обучения тактике защиты

Индивидуальные действия защиты . Групповые действия защиты. Командные действия защиты. Система зонного прессинга .Система личного прессинга. Система смешанной защиты система зонной защиты ,система личной защиты. Самостоятельная работа: составление конспекта урока по одному из этапов спортивной тренировки.

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Раздел 1. Легкая атлетика

Тема 1.1. Обучение технике бега по прямой

Вопросы к теме:

Очная форма

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

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта.
2. Классификация беговых видов.
3. Техника бега по прямой
4. Правила преодоления дистанции
Правила бега по дистанции

Заочная форма

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта.
2. Классификация беговых видов.
3. Техника бега по прямой
4. Правила преодоления дистанции

Тема 1.2. Обучение технике бега по повороту

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Техника бега по повороту
2. Правила преодоления виража на различных дистанциях
3. Правила обгона
4. Причины дисквалификации спортсменов

Заочная форма

1. Правила бега по дистанции
2. Техника бега по повороту
3. Правила преодоления виража на различных дистанциях
4. Правила обгона
5. Причины дисквалификации спортсменов

Тема 1.3. Обучение технике финиширования

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Техника финиширования
2. Различия в технике финиширования на коротких и длинных дистанциях
3. Фотофиниш
4. Определение победителей
5. Правила финиша.

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

Тема 1.4. Обучение технике высокого старта

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Жеребьевка.
2. Причины дисквалификации спортсменов.
3. Старт

Тема 1.5. Обучение технике низкого старта

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Основные способы старта
2. Правила старта на отдельных беговых видах.

Заочная форма

1. Техника финиширования
2. Различия в технике финиширования на коротких и длинных дистанциях
3. Фотофиниш
4. Определение победителей
5. Правила финиша.
6. Жеребьевка.
7. Причины дисквалификации спортсменов.
8. Старт
9. Основные способы старта
10. Правила старта на отдельных беговых видах.

Тема 1.6. Обучение технике бега в целом

Тема 1.7. Совершенствование техники бега

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Бег. Основные фазы
2. Бег. Цикл движений

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

Тема 1.8. Обучение технике эстафетного бега

Вопросы к теме:

Заочная форма

1. Бег. Основные фазы
2. Бег. Цикл движений

Тема 1.9. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в длину с разбега

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Прыжок в длину. Основные фазы
2. Правила проведения соревнований в прыжках в длину с разбега.
3. Основные ошибки, возникающие при обучении прыжку в длину с разбега
4. Основные способы устранения ошибок

Тема 1.10. Обучение фазе полета и приземлению при прыжке в длину с разбега

Тема 1.11. . Обучение технике выполнения прыжка в длину с разбега в целом

Вопросы к теме:

Очная форма

5. Основные способы прыжков в длину
6. Специальные упражнения для развития скоросто- силовых качеств прыгуна

Заочная форма

1. Прыжок в длину. Основные фазы
2. Правила проведения соревнований в прыжках в длину с разбега.
3. Основные ошибки, возникающие при обучении прыжку в длину с разбега
4. Основные способы устранения ошибок
5. Основные способы прыжков в длину
6. Специальные упражнения для развития скоросто- силовых качеств прыгуна

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

Тема 1.12. Обучение техники выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в высоту с разбега

Тема 1.13. Обучение фазе полета и приземления при прыжках в высоту

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Прыжок в высоту. Основные фазы
2. Правила проведения соревнований в прыжках в высоту с разбега.
3. Основные ошибки, возникающие при обучении прыжку в высоту с разбега

Заочная форма

1. Прыжок в высоту. Основные фазы
2. Правила проведения соревнований в прыжках в высоту с разбега.
3. Основные ошибки, возникающие при обучении прыжку в высоту с разбега

Тема 1.14. Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега в целом

Вопросы к теме:

Очная форма

4. Основные способы устранения ошибок
5. Основные способы прыжков в высоту
6. Специальные упражнения для развития скоросто- силовых качеств прыгуна

Заочная форма

1. Основные способы устранения ошибок
2. Основные способы прыжков в высоту
3. Специальные упражнения для развития скоросто- силовых качеств прыгуна

Тема 1.15. Обучение технике выполнения разбега и скрестных шагов при метании копья (малого мяча, гранаты)

Тема 1.16. Обучение технике выполнения финального усилия при метании копья (малого мяча, гранаты)

Вопросы к теме:

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

Очная форма

1. Метание. Основные фазы
2. Специальные упражнения для развития скоростно – силовых качеств
3. Специальные упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах

Тема 1.17. Обучение технике метания копьа (малого мяча, гранаты) в целом

Вопросы к теме:

Очная форма

4. Техника выполнения метания
5. Основные ошибки возникающие при обучении метаниям, способы их устранения
6. Правила проведения соревнований в метаниях

Заочная форма

1. Метание. Основные фазы
2. Специальные упражнения для развития скоростно – силовых качеств
3. Специальные упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах
4. Техника выполнения метания
5. Основные ошибки возникающие при обучении метаниям, способы их устранения
6. Правила проведения соревнований в метаниях

Раздел 2. Баскетбол

Тема 2.1. Обучение технике передвижения в баскетболе. Совершенствование технике передвижения в баскетболе (стойка, остановка, повороты, бег)

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Задачи методике обучения баскетболу.
2. Последовательность обучения технике передвижения в баскетболе.
3. Продолжительность на–чального этапа обучения

Заочная форма

1. Задачи методике обучения баскетболу.
2. Последовательность обучения технике передвижения в баскетболе.
3. Продолжительность на–чального этапа обучения.

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

Тема 2.2. Обучение технике владения мячом. Совершенствование техники владения мячом (ловля, передача мяча, вырывание, выбивание).

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Обучение технике ловли мяча
2. Обучение технике передачи мяча
3. Обучение технике вырывания мяча
4. Обучение технике выбивания мяча

Заочная форма

1. Обучение технике ловли мяча
2. Обучение технике передачи мяча
3. Обучение технике вырывания мяча
4. Обучение технике выбивания мяча

Тема 2.3. Совершенствование передачи мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками, одной на месте, в движении)

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Подвижные игры для совершенствования передачи мяча в баскетболе.

Заочная форма

1. Подвижные игры для совершенствования передачи мяча в баскетболе.

Тема 2.4. Обучение техники ведения мяча в баскетболе (ведение на месте, по диагонали, кругу)

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Последовательность обучения технике ведения мяча в баскетболе

Заочная форма

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

1. Последовательность обучения технике ведения мяча в баскетболе.

Тема 2.5. Совершенствование техники бросков в корзину

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Упражнения для освоения техники бросков в корзину
2. Совершенствование бросков путем проведения эстафеты.
3. Совершенствование бросков в корзину с разных точек площадки.

Заочная форма

1. Упражнения для освоения технике бросков в корзину
2. Совершенствование бросков путем проведения эстафеты.
3. Совершенствование бросков в корзину с разных точек площадки.

Тема 2.6. Обучение приемам техники нападения .Совершенствование приемов технике нападения.

Вопросы к теме:

Очная форма

- 1.Подобрать упражнения для освоения техники нападения (техника передвижения и техника владения мячом).
- 2.Перечислить основные приемы техники владения мячом

Заочная форма

- 1.Подобрать упражнения для освоения техники нападения (техника передвижения и техника владения мячом).
- 2.Перечислить основные приемы техники владения мячом

Тема 2.7. Методика начального обучения баскетболу

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Влияние занятий баскетбола на организм человека.
2. Характеристика игры в баскетбол

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

3. Характеристика игроков по функциям

4. Основные параметры основной деятельности баскетболиста

Заочная форма

1. Влияние занятий баскетбола на организм человека.
2. Характеристика игры в баскетбол
3. Характеристика игроков по функциям
4. Основные параметры основной деятельности баскетболиста

Тема 2.8. Методика обучения тактике нападения

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Особенности проведения урока баскетбола.
2. Формы проведения занятий по баскетболу(игровая ,индивидуальная).

Заочная форма

1. Особенности проведения урока баскетбола.
2. Формы проведения занятий по баскетболу(игровая ,индивидуальная).

Тема 2.9. Методика обучения тактике защиты

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Перечислите задачи стратегии и тактики
2. Что понимается под тактикой баскетбола
3. Какова классификация тактики
4. Характеристика основных функций игроков

Заочная форма

1. Перечислите задачи стратегии и тактики
2. Что понимается под тактикой баскетбола
3. Какова классификация тактики
4. Характеристика основных функций игроков

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

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Темы курсовой работы

- Тема 1. Эволюция техники, тактики, правил соревнований и методики тренировки в избранном виде спорта.
- Тема 2. Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
- Тема 3. Особенности методики обучения технико-тактическим действиям в избранном виде спорта.
- Тема 4. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
- Тема 5. Физическая подготовка в избранном виде спорта.
- Тема 6. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов
- Тема 7. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.
- Тема 8. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
- Тема 9. Внетренировочные факторы подготовки в избранном виде спорта.
- Тема 10. Ориентация и отбор в избранном виде спорта.
- Тема 11. Использование тренажеров и тренажерных устройств для совершенствования технико-тактической и физической подготовки в избранном виде спорта
- Тема 12. Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
- Тема 13. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов.
- Тема 14. Применение средств и методов тренировочной деятельности спортсмена.
- Тема 15. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки
- Тема 16. Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе.
- Тема 17. Определение понятий основных двигательных способностей и их классификация.
- Тема 18. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей.
- Тема 19. Сензитивные периоды развития двигательных способностей
- Тема 20. Контроль за развитием основных двигательных способностей
- Тема 21. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе.
- Тема 22. Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа (ДЮКФП, сельских школах, интернатах и т.д.)
- Тема 23. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками.
- Тема 24. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов
- Тема 25. Тренировка как многолетний процесс.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ, ЗАЧЕТУ

Вопросы к экзамену

1. Основные этапы исторического развития легкой атлетики.

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

2. Техника бега на короткие дистанции. Значение старта, стартового разгона, бега по дистанции и финиширования.
3. Техника прыжка в длину «согнув ноги». Значение разбега, отталкивания, полетной фазы и приземления.
4. Техника прыжка в высоту «перешагиванием». Значение разбега, отталкивания и полетной фазы.
5. Техника метания мяча и гранаты. Значение разбега, предбросковых шагов и финального усилия.
6. Техника эстафетного бега 4x100м. Последовательность обучения. Основные правила соревнования.
7. Техника челночного бега. Применение челночного бега на уроках в школе.
8. Оборудование и разметка сектора по метанию мяча и гранаты. Правила соревнований, ведение протокола. Определение личных мест участников при равенстве их результатов.
9. Оборудование и разметка сектора по прыжкам в длину. Правила соревнований, ведение протокола. Определение личных мест участников при равенстве их результатов.
10. Оборудование и разметка сектора по прыжкам в высоту. Правила соревнований, ведение протокола. Определение личных мест участников при равенстве их результатов.
11. Правила соревнований в беге 100 и 200 метров. Обязанности стартера и судей на финише.
12. Правила соревнований в беге на средние и длинные дистанции, кроссу. Определение времени и мест участников при ручном хронометраже.
13. Место легкой атлетики в системе физической культуры.
14. Классификация видов легкой атлетики.
15. Назовите виды легкой атлетики, включенные в программу Олимпийских игр.
16. В результате взаимодействия, каких сил возможно передвижение в пространстве?
17. Какие общие периоды, фазы и моменты встречаются в ходьбе и беге?
18. Назовите задачи всех частей прыжков и метаний.
19. От чего зависит дальность полета снаряда?
20. Чем отличается техника бега по прямой и техника бега по повороту?
21. Различия в технике обычной и спортивной ходьбы.
22. Динамические и кинематические параметры бегового шага (на различных дистанциях).
23. Специальные упражнения бегуна для исправления ошибок в беге.
24. В чем заключается подготовка к отталкиванию в прыжках в длину и высоту?
25. Чем отличаются обязанности-хронометристов от обязанностей бригады судей на финише?
26. В чем сходство и отличие техники бега на 100м и 110 м с барьерами?
27. За что барьерист может быть дисквалифицирован во время проведения забега?
28. Назовите задачи обучения технике тройного прыжка с разбега.
29. Какие факторы определяют спортивный результат в метании диска (назовите длину разгона диска в повороте, финале, время выполнения этих частей метания и начальную скорость вылета).
30. Как изменяются углы вылета диска в зависимости от погодных условий?
31. Средства и методы обучения технике метания диска.
32. Составьте комплекс обучающих упражнений для освоения техники толкания ядра.
33. С какого момента начинается финальное усилие в толкании ядра?
34. Как изменялись рекорды мира с изменением конструкции копья?
35. Количество бросковых шагов у сильнейших копьеметателей и задачи, решаемые при их выполнении.
36. Опишите механизм хлестообразного движения в метаниях.
37. Общие основы техники бега и ходьбы. Определение. Цикл движений бега и ходьбы.
38. Техника прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп».

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

39. Сравнительный анализ разбега и отталкивания в прыжках в длину и высоту.
40. Обучение технике бега. Последовательность задач. Средства и методы. Ошибки, возникающие при обучении, способы их устранения.
41. Судейство соревнований по беговым видам легкой атлетики (бригады судей и их обязанности).
42. Организация и правила проведения соревнований по легкоатлетическим метаниям.
43. Опишите действия партнеров при передаче эстафетной палочки в эстафетном беге 4x100 м.
44. Опишите особенности каждого стиля тройного прыжка: пассивный, активизирующий, ударный, смягченный, вертикальный, загибающий, беговой.
45. Как определяются победители соревнований в горизонтальных прыжках и метаниях?
46. Что такое «обгон снаряда» в метании диска?
47. История возникновения и развития баскетбола.
48. Характеристика современного состояния баскетбола в Российской Федерации.
49. Международные и российские органы руководства баскетболом. Их структура и роль в развитии игры.
50. Анализ крупнейших соревнований по баскетболу, проведенных в последние годы.
51. Управление соревновательной деятельностью в баскетболе.
52. Планирование и контроль как необходимые организационно- методические условия эффективности управления подготовкой баскетболистов высокой квалификации.
53. Методика комплектования сборных и клубных команд. Стили управления.
54. Общение в команде. Руководство в кризисной ситуации.
55. Система планирования в подготовке баскетболистов. Документация перспективного, текущего и оперативного планирования.
56. Целевая Комплексная программа подготовки российских баскетболистов к Олимпийским играм. Назначение, структура и содержание документа.
57. Индивидуальное планирование в подготовке баскетболистов.
58. Общая структура многолетней подготовки баскетболистов и факторы, ее определяющие.
59. Отбор баскетболистов в системе многолетней подготовки.
60. Задачи, средства и методы подготовки баскетболистов в различные возрастные периоды.
61. Периодизация годичной подготовки как основа формирования тренированности баскетболистов.
62. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов).
63. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.
64. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годичных, полугодичных и многолетних.
65. Особенности построения тренировки баскетболистов в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.
66. Педагогическое тестирование в системе подготовки баскетболистов.
67. Методы анализа игровой деятельности баскетболистов.
68. Основные требования и система обработки результатов тестирования.
69. Сбор и использование разведывательной информации.
70. Проблема допинга в баскетболе. Допинг и борьба с его использованием в баскетболе. Запрещенные стимулирующие вещества и их воздействие на организм спортсмена.
71. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов разного игрового амплуа.

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

72. Комплексный контроль и учет в подготовке баскетболистов.
73. Разновидности контроля: перспективный, оперативный, текущий, этапный.
74. Средства спортивной тренировки баскетболистов.
75. Методы спортивной тренировки баскетболистов.
76. Закономерности и принципы спортивной тренировки баскетболистов.
77. Содержание физической подготовки баскетболистов высокой квалификации на разных этапах подготовительного периода.
78. Выносливость баскетболистов (виды и методика развития).
79. Сила и силовая выносливость баскетболистов (методика развития).
80. Гибкость баскетболистов (методика развития).
81. Скоростные способности баскетболистов (методика развития).
82. Взрывная сила баскетболистов (методика развития).
83. Координация баскетболистов (методика развития).
84. Обучение техническим приемам и совершенствование техники игры.
85. Эволюция техники игры в баскетбол и причины, стимулирующие это развитие. Особенности технической подготовленности баскетболистов на современном этапе.
86. Классификация техники игры в баскетбол
87. Задачи, средства и методы тактической подготовки баскетболистов в годичном цикле.
88. Тактика игры в баскетбол. Классификация и характеристика индивидуальных, групповых и командных тактических действий в современном баскетболе.
89. Психологическая подготовка баскетболистов к тренировочному процессу.
90. Психологическая подготовка баскетболистов к соревнованиям.
91. Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок в баскетболе. Основные показатели и контроль нагрузок.
92. Восстановление организма после тренировочных и соревновательных нагрузок. Характеристика средств и методов ускорения процессов восстановления (использование факторов питания, физиотерапевтических процедур, активного отдыха, аутотренинга и др.)
93. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке баскетболистов высокой квалификации.
94. Травматизм в баскетболе. Локализация травм, профилактика травматизма и реабилитация.
95. Что такое бросок?

Вопросы к зачету

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта
2. Судьи и их функции
3. Права и обязанности судей по легкой атлетике (главный судья, секретарь, бригады судей в беговых и технических видах)
4. Разминка (общеразвивающие и специальнобеговые упражнения)
5. Основы техники бега на средние и длинные дистанции

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

6. Техника бега по повороту или по виражу
7. Техника финиширования
8. Основы техники бега на короткие дистанции
9. Правила проведения соревнований в беге на короткие дистанции
10. Причины дисквалификации спортсменов
11. Одежда, обувь, номера
12. Основы техники эстафетного бега
13. Правила проведения соревнований по эстафетному бегу
14. Перечислите перестроения на месте.
15. Приведите классификацию общеразвивающих упражнений по анатомическому признаку.
16. Перечислите основные задачи, решаемые с помощью ОРУ.
17. Перечислите способы выполнения ОРУ.
18. Какие части включает урок? Какие задачи стоят перед каждой частью урока? Как называется основной рабочий документ, по которому учитель проводит урок?
19. Какие способы организации занимающихся используют для проведения комплекса ОРУ?
20. Назовите особенности кругового способа организации занятия?
21. Техника низкого старта
22. Права и обязанности участников соревнований
23. Какие перестроения используются для проведения комплекса ОРУ?
24. Техника передачи эстафетной палочки
25. Перечислите разновидности ходьбы и бега.
26. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике
27. Техника высокого старта
28. Правила проведения соревнований по легкой атлетике в беге на средние и длинные

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

дистанции

29. Виды и уровни соревнований по легкой атлетике
30. История развития баскетбола.
31. Основные этапы истории баскетбола .
32. Урок – основная форма организации занятий баскетболом. Структура урока.
33. Организация соревнований по баскетболу
34. Современное состояние баскетбола в России.
35. Характеристика игры в баскетбол
36. Методика обучения технике
37. Положение о соревнованиях.
38. Основные параметры игровой деятельности баскетболиста.
39. Характер и особенности способов передвижения.
40. Тактика игры. Роль тактики в развитии игры. Взаимосвязь тактики нападения и защиты.
41. Что понимается под техникой игры в баскетбол
42. Методика обучения тактическим действиям (индивидуальные, групповые, командные).
43. Правила игры в баскетбол
44. Особенности тактической подготовки с начинающими.
45. Особенности физической подготовки начинающих баскетболистов и игроков высокой квалификации.
46. Охарактеризовать 4 этапа овладения тактическими комбинациями
47. Классификация техники игры в баскетбол
48. Техника владения мячом
49. Основные задачи игровой подготовки.
50. Техника передвижения

51. Характеристика средств и методов обучения техническим приемам
52. Основные задачи тактической подготовки
53. Перечислить задачи стратегии и тактики.
54. Что понимается под тактикой баскетбола
55. Основные задачи технической подготовки.
56. Характеристика основных функций игроков
57. Задачи тактики нападения
58. Задачи тактики защиты.

10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Содержание, требования, условия и порядок организации самостоятельной работы обучающихся с учетом формы обучения определяются в соответствии с «Положением об организации самостоятельной работы обучающихся», утвержденным Ученым советом УлГУ (протокол №8/268 от 26.03.2019г.).

По каждой форме обучения: очная/заочная/очно-заочная заполняется отдельная таблица

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. Обучение технике бега по прямой	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.2. Обучение технике бега по повороту	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование



Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (<i>проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.</i>)	Объем в часах	Форма контроля (<i>проверка решения задач, реферата и др.</i>)
Тема 1.3. Обучение технике финиширования	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.4. Обучение технике высокого старта	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.5. Обучение технике низкого старта	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.6. Обучение технике бега в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.7. Совершенствование техники бега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.8. Обучение технике эстафетного бега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.9. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в длину с разбега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.10. Обучение фазе полета и приземлению при прыжке в длину с разбега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.11. . Обучение техники выполнения прыжка в длину с разбега в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование

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.)
Тема 1.12. Обучение техники выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в высоту с разбега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.13. Обучение фазе полета и приземления при прыжках в высоту	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.14. Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.15. Обучение технике выполнения разбега и скрестных шагов при метании копья (малого мяча, гранаты)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.16. Обучение технике выполнения финального усилия при метании копья (малого мяча, гранаты)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 1.17. Обучение технике метания копья (малого мяча, гранаты) в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Раздел 2. Баскетбол			
Тема 2.1. Обучение технике передвижения в баскетболе. Совершенствование техники передвижения в баскетболе (стойка, остановка, повороты, бег)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 2.2. Обучение технике владения мячом. Совершенствование техники владения мячом (ловля, передача мяча, вырывание, выбивание).	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 2.3. Совершенствование передачи мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками,	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и	8	Тестирование

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.)
одной на месте, в движении)	информационного обеспечения дисциплины.		
Тема 2.4. Обучение техники ведения мяча в баскетболе (ведение на месте, по диагонали, кругу)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 2.5. Совершенствование техники бросков в корзину	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 2.6. Обучение приемам техники нападения .Совершенствование приемов техники нападения.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 2.7. Методика начального обучения баскетболу	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 2.8. Методика обучения тактике нападения	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование
Тема 2.9. Методика обучения тактике защиты	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	8	Тестирование

Форма обучения: заочная

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. Обучение технике бега по прямой	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.2. Обучение технике бега по повороту	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.3. Обучение технике финиширования	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.4. Обучение технике высокого старта	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.5. Обучение технике низкого старта	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.6. Обучение технике бега в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.7. Совершенствование техники бега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.8. Обучение технике эстафетного бега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование



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.)
Тема 1.9. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в длину с разбега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	12	Тестирование
Тема 1.10. Обучение фазе полета и приземлению при прыжке в длину с разбега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	12	Тестирование
Тема 1.11. . Обучение технике выполнения прыжка в длину с разбега в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.12. Обучение технике выполнения разбега и постановки стопы для отталкивания при прыжках в высоту с разбега	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	12	Тестирование
Тема 1.13. Обучение фазе полета и приземления при прыжках в высоту	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.14. Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.15. Обучение технике выполнения разбега и скрестных шагов при метании копья (малого мяча, гранаты)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 1.16. Обучение технике выполнения финального усилия при метании копья (малого мяча, гранаты)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	12	Тестирование
Тема 1.17. Обучение технике метания копья (малого мяча, гранаты) в целом	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование

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

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 2. Баскетбол			
Тема 2.1. Обучение технике передвижения в баскетболе. Совершенствование техники передвижения в баскетболе (стойка, остановка, повороты, бег)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.2. Обучение технике владения мячом. Совершенствование техники владения мячом (ловля, передача мяча, вырывание, выбивание).	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.3. Совершенствование передачи мяча в баскетболе (передачи мяча двумя руками, одной на месте, в движении)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.4. Обучение техники ведения мяча в баскетболе (ведение на месте, по диагонали, кругу)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.5. Совершенствование техники бросков в корзину	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.6. Обучение приемам техники нападения. Совершенствование приемов техники нападения.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.7. Методика начального обучения баскетболу	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	14	Тестирование
Тема 2.8. Методика обучения тактике нападения	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	15	Тестирование
Тема 2.9. Методика обучения тактике защиты	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и	16	Тестирование

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

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.)
	информационного обеспечения дисциплины.		

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Список рекомендуемой литературы

основная

1. Легкая атлетика как раздел физической культуры в педагогических вузах : учебное пособие для студентов / А. Х. Марданов, И. Ш. Мутаева, И. Е. Коновалов [и др.] ; А. Х. Марданов, И. Ш. Мутаева, И. Е. Коновалов, Н. Н. Селиверстова; под редакцией А. Г. Мухаметшин. - Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2011. - 132 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Гарантированный срок размещения в ЭБС до 01.07.2029 (автопродлонгация). - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/60703.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 2227-8397. / .— ISBN 0_136074

2. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики : учебник / Ю.К. Гавердовский, В.М. Смоленский ; Гавердовский Ю.К.; Смоленский В.М. - Москва : Советский спорт, 2014. - 231 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971807001.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-9718-0700-1. / .— ISBN 0_250644

3. Карась, Т. Ю. Теоретико-методические основы оздоровительного плавания : учебное пособие / Т. Ю. Карась ; Т. Ю. Карась. - Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 52 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/86455.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-85094-503-9, 978-5-4497-0092-6. / .— ISBN 0_149195

дополнительная

1. Сырвачева, И. С. Квалиметрия педагогических технологий в области физической культуры : монография / И. С. Сырвачева, В. А. Сырвачев, С. Н. Зуев ; И. С. Сырвачева, В. А. Сырвачев, С. Н. Зуев. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 144 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/82666.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-4486-0806-3. / .— ISBN 0_147141

2. Татарова, С. Ю. Педагогические элементы морфогенеза здорового образа жизни студентов :

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

учебное пособие / С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров ; С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров. - Москва : Научный консультант, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2018. - 202 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/75467.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-6040243-1-7. / .— ISBN 0_144560

3. Лешева, Н. С. Использование оздоровительных технологий при проведении учебного занятия по физической культуре : учебное пособие / Н. С. Лешева, К. Н. Дементьев, Т. А. Гринёва ; Н. С. Лешева, К. Н. Дементьев, Т. А. Гринёва. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. - 152 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/74368.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-9227-0651-3. / .— ISBN 0_144097

4. Современные тенденции физической культуры и спорта. Выпуск 9 : сборник докладов международной научно-практической и учебно- методической конференции, посвященной 95-летию ниу мгу (9-10 июня 2016 г.) / И. Л. Амелеченко, Ю. Л. Бурцева, А. Г. Горшков [и др.] ; И. Л. Амелеченко, Ю. Л. Бурцева, А. Г. Горшков [и др.]; под редакцией В. А. Никишкин; : Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской. - Москва : Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. - 315 с. - Книга находится в премиум-версии IPR SMART. - Текст. - Лицензия до 01.07.2024. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <https://www.iprbookshop.ru/60955.html>. - Режим доступа: Цифровой образовательный ресурс IPR SMART; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-7264-1327-3. / .— ISBN 0_408308

учебно-методическая

1. Вальцев В. В. Базовые виды двигательной деятельности : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.01 - Физическая культура / В. В. Вальцев, А. В. Проданов ; УлГУ, ИМЭиФК. - 2024. - 42 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15841>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. / .— ISBN 0_540543.

Согласовано:

Специалист ведущий НБ УлГУ/ Стадольникова Д.Р./ — 2024 г.

б) Программное обеспечение

- Операционная система "Альт образование"
- Офисный пакет "Мой офис"

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 :

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

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



2024 г.

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

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для выполнения лабораторных работ и практикумов, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций (*выбрать необходимое*)

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для представления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе:

- Мультимедийное оборудование: компьютер/ноутбук, экран, проектор/телевизор
- Компьютерная техника

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:

- 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.

Разработчик	Ассистент	Маленьких Елена Сергеевна
	Должность, ученая степень, звание	ФИО

Разработчик



ассистент

Маленьких Е.С.