

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.05 Физическая культура и спорт

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

49.03.03.32 Рекреация и активный туризм

Форма обучения

очная

Год набора

2022

Красноярск 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Программу составили _____

Доцент, Чернякова С.Н.

должность, инициалы, фамилия

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель преподавания дисциплины

Цель преподавания данной дисциплины – подготовка студентов к решению образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физической культуры через использование средств физической культуры, спорта и туризма с людьми различного возраста и физической подготовленности, а также формирование организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности педагога по физической культуре и спорту.

1.2 Задачи изучения дисциплины

- овладеть системой научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной педагогической деятельности;
- изучить теоретико-методические основы обучения базовым видам спорта с учетом возраста и подготовленности занимающихся;
- вооружить студентов комплексом знаний, умений и собственного двигательного опыта для успешного овладения и использования подвижных и спортивных игр в различных формах физического воспитания;
- освоить методику обучения технике и тактике спортивных и подвижных игр, развития физических качеств;
- обучить студентов профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту на предметной основе подвижных и спортивных игр;
- привить студентам навыки судейства, организации и проведения соревнований по базовым видам спорта.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения по дисциплине
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.1: Применяет теоретические знания и практические умения для поддержания должного уровня физической подготовленности в профессиональной деятельности	средства и методы для поддержания должного уровня физической подготовленности использовать средства и методы совершенствования физической подготовки применять теоретические знания и практические умения для поддержания должного уровня физической подготовленности

УК-7.2: Использует разнообразные средства и методы физической культуры и спорта на основе выбора спортивных и здоровьесберегающих технологий для развития	технологии для поддержания ЗОЖ выбирать спортивные и здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей занимающихся технологиями применения здоровьесберегающих средств для поддержания ЗОЖ
физических качеств, двигательных навыков и поддержания здорового образа жизни	

1.4 Особенности реализации дисциплины

Язык реализации дисциплины: Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется без применения ЭО и ДОТ.

2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад. час)	Семестр			
		1	2	3	4
Контактная работа с преподавателем:	1,67 (60)				
занятия лекционного типа	1,67 (60)				
Самостоятельная работа обучающихся:	0,33 (12)				
курсовое проектирование (КП)	Нет				
курсовая работа (КР)	Нет				

3 Содержание дисциплины (модуля)

3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

		Контактная работа, ак. час.							
№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				Самостоятельная работа, ак. час.	
				Семинары и/или Практические занятия		Лабораторные работы и/или Практикумы			
		Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС
1. Модуль «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»									
	1. Что такое подвижная игра. Классификации подвижных игр	2							
	2. Требования к организации и проведению подвижных игр. Организация подвижных игр на воздухе	2							
	3. Подвижные игры в школьном уроке физической культуры, во внеклассной и внешкольной работе	4							
	4. Подвижные игры в занятиях спортом	4							
	5. Методика проведения подвижных игр с детьми различного возраста	2							
	6. Теоретические аспекты раздела, составление карточек-заданий и подготовка к проведению на учебном занятии							4	
2. Модуль «ВОЛЕЙБОЛ»									
	1. История возникновения и развития волейбола	2							

2. Техника волейбола	4							
3. Тактика волейбола	4							
4. Физическая подготовка волейболистов	4							
5. Теоретические аспекты раздела, формирование практических навыков							4	
3. Модуль «БАСКЕТБОЛ»								
1. История возникновения и развития баскетбола	2							
2. Техника баскетбола	8							
3. Техничко-тактические взаимодействия в баскетболе	4							
4. Организация и судейство соревнований по баскетболу	2							
5. Теоретические аспекты раздела, формирование практических навыков							2	
4. Модуль «ФУТБОЛ»								
1. Техника футбола	4							
2. Тактика футбола	4							
3. Методика обучения и тренировки. Планирование тренировочного процесса	6							
4. Правила игры и судейство соревнований по футболу	2							
5. Теоретические аспекты раздела, формирование практических навыков							2	
Всего	60						12	

4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

4.1 Печатные и электронные издания:

1. Марков К.К. Техника современного волейбола: монография(Красноярск: СФУ).
2. Сидорова Е.Н., Чернякова С. Н. Подвижные игры: учеб. пособие (Красноярск: СФУ).
3. Мезенцева Н. В. Методика подготовки волейболисток групп спортивного совершенствования к соревнованиям: монография (Красноярск: СФУ).
4. Роуз Л. Баскетбол чемпионов : основы: [перевод с английского](Москва: Человек).
5. Макаров Ю. М. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студентов вузов по направлению "Физическая культура"(Москва: Издательский центр "Академия").
6. Губа В. П., Лексаков А. В. Теория и методика футбола: учебник для вузов по направлению подготовки 49.03.01 "Физическая культура" (бакалавр) и 49.04.01 "Физическая культура" (магистр) (Москва: SPORT).
7. Рыцарев В.В. Волейбол: теория и практика: учебное пособие(Москва: Спорт).
8. Воробьев А. И., Солнцев И. В., Осокин Н. А. Анализ международного опыта развития футбола и его применение в России с учетом подготовки к Чемпионату мира по футболу ФИФА 2018: Монография(Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М").
9. Нестеровский Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения(Москва).
10. Международная федерация баскетбола, Российская Федерация баскетбола Официальные правила баскетбола с дополнениями и изменениями: официальные правила баскетбола ФИБА 2000 г.(Москва: СпортАкадемПресс).
11. Жуков М. Н. Подвижные игры: учебник для педагогических вузов по специальности 033100- Физическая культура(Москва: Академия).
12. Былеева Л. В., Коротков И. М., Климкова Р. В., Кузьмичева Е. В. Подвижные игры: учебник для студентов вузов по направлению 032100- Физическая культура и специальности 032101- Физическая культура и спорт(Москва: Физическая культура).
13. Кузьмичева Е. В. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста: учебное пособие для студентов вузов по специальности 032101- Физическая культура и спорт(Москва: Физическая культура).
14. Кузьмичева Е. В. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста: учебное пособие для студентов вузов по специальности 032101- Физическая культура и спорт(Москва: Физическая культура).
15. Портнов Ю. М. Баскетбол: учебник для вузов физ. культуры. Допущен Комитетом РФ по физ. культуре и туризму(Москва: Астра семь).

16. Беляев А. В., Савин М. В. Волейбол: учебник для студ. вузов физической культуры(Москва: ТВТ Дивизион).
17. Белов А. В., Бирдигулова И. Ю., Утешева Т. В. Применение кругового метода в волейболе: методические указания для преподавателей (Красноярск: ИПК СФУ).
18. Вуден Д. Р. Современный баскетбол(М.: Физкультура и спорт).
19. Мезенцева Н. В., Стручков В. И. Волейбол. Характеристика и содержание игры: учеб. пособие(Красноярск: КГПУ).
20. Мезенцева Н. В., Стручков В. И. Тренировка и виды подготовки волейболистов: учеб. пособие(Красноярск: КГПУ).
21. Антипов А. В., Губа В. П., Тюленьков С. Ю. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: науч.-метод. пособие(Москва: Советский спорт).
22. Чернякова С. Н., Сидорова Е. Н. Подвижные игры: учебно-методическое пособие(Красноярск: Сибирский федеральный университет [СФУ]).
23. Максимова Л. С. Баскетбол: учебно-методическое пособие(Красноярск: Информационно-полиграфический комплекс [ИПК] СФУ).
24. Губа В. П., Лексаков А. В., Антипов А. В. Интегральная подготовка футболистов: учебное пособие для вузов по специальности 032101 - Физическая культура и спорт(Москва: Советский спорт).
25. Родин А. В., Губа Д. В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: учебное пособие(Москва: Советский спорт).
26. Губа В. П., Родин А. В. Волейбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: учебное пособие(Москва: Советский спорт).
27. Коротков И. М. Подвижные игры во дворе: научно-популярная литература(М.: Знание).
28. Стручков В. И. Обучение правилам судейства по волейболу студентов в вузе: учеб. пособие по дисциплине "Физическая культура"(Красноярск: КГПУ).
29. Цимбалюк В. А., Девяткин Ю. П., Ковыршина Е. Ю., Цимбалюк Н. М. Начальная подготовка баскетбольных судей(Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет (НГТУ)).
30. Рожнова Н. О., Гелецкий В. М., Зыбкин В. Л., Половинкин В. В., Пленкин Д. В., Марков К. К., Чернякова С. Н., Сидорова Е. Н., Станченко М. Ю., Рябенко Н. В., Федорова В. В. Технологии физкультурно-спортивной деятельности : футбол, подвижные игры, туризм: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины(Красноярск).
31. Чернякова С. Н., Романов Р. А., Рябенко Н. В., Рожнова Н. О., Федорова В. В. Технологии физкультурно-спортивной деятельности : баскетбол: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины(Красноярск: СФУ).
32. Мезенцева Н. В., Николаева О. О., Казанкова Е. А., Марков К. К. Технология физкультурно-спортивной деятельности : волейбол: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины(Красноярск: ИПК СФУ).

33. Госкомспорт СССР по физкультуре и спорту. Упр. спортив. игр. Федерация баскетбола СССР. Всесоюз. коллегия судей Баскетбол: правила соревнований(Москва: Физкультура и спорт).

4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):

1. Программное обеспечение необходимое преподавателю и студентам включает в себя: регулярно обновляемый интернет-браузер (MozillaFirefox, GoogleChrome, YandexBrowser, Opera); офисный пакет (Microsoft Office, Libre Office, Open Office); доступ к электронной библиотеке СФУ.

4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. не требуется

5 Фонд оценочных средств

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

6 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для осуществления образовательного процесса необходимо: для проведения лекционных занятий – оснащенные проекционной и компьютерной техникой учебные аудитории, позволяющие выступающему демонстрировать слайды в форматах pdf, PowerPoint и других графических форматах на экране с одновременным выступлением перед аудиторией.