



ПРИЛОЖЕНИЕ 1 К ООП

УТВЕРЖДЕНО УЧЕНЫМ СОВЕТОМ ИСИ В СОСТАВЕ ООП

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

#### ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Образовательная программа  
**Графический дизайн**

Направление подготовки  
**53.03.01 Дизайн**

Уровень высшего образования  
**Бакалавриат**



**Разработчик программы:**

Зибарова Е.Е. – заведующая кафедрой физической культуры

© АНО ВО «Институт современного  
искусства»



## АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ

<b>Цели:</b>	Формирование компетенций здорового образа жизни и физической культуры	
<b>Задачи:</b>	Обучение навыкам игры	
Компетенции обучающегося, формируемые в результате изучения дисциплины:		<b>УК-7</b>

### 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

<b>УК-7</b>	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Знать:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li><li>– социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;</li><li>– роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности;</li><li>– способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</li><li>– правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности</li></ul>
<b>Уметь:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;</li><li>– использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</li></ul>
<b>Владеть:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием;</li><li>– способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;</li><li>– методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма.</li></ul>



- методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП      **Б1.В.ДВ.03.02**

### 2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами и/или практиками:

- Физическая культура и спорт (УК-7)

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

- 3.1. Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 328 академических часов.
- 3.2. Объем дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в академических часах):

Вид учебной работы	Кол-во академических часов по формам обучения		
	очная	очно - заочная	заочная
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>328</b>	<b>328</b>	-
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий), ВСЕГО:	-	-	-
Лекции (Л)	-	-	-
Семинары (С)	-	-	-



Практические занятия (ПЗ)	-	-	
Самостоятельная работа студента (СРС)	328	328	
<b>Форма промежуточной аттестации</b>			
Экзамен (Э)			
Зачет (З)	8 семестр	8 семестр	
Дифференцированный зачет (ДЗ)			

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием для каждой темы:

- номера семестра учебного плана (УП);
- количества академических часов, отведенного на её изучение с распределением по видам учебных занятий:  
«ПрЗ» – групповые и мелкогрупповые практические занятия,  
«СРС» - самостоятельная работа студентов.
- формы текущего контроля успеваемости

Для очной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ	СРС	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"</b>	<b>1-8</b>	<b>172</b>			<b>172</b>	
	1.1 Правила игры. Становление избранного вида игры как вида спорта	1-8	22			22	Игра
	1.2 Судейство соревнований. Жесты судей	1-8	22			22	Игра
	1.3 Техника избранного вида игры, ее характеристика	1-8	22			22	Игра
	1.4. Техника игры в нападении	1-8	20			20	Игра
	1.5. Техника игры в защите	1-8	22			22	Игра
	1.6. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры	1-8	20			20	Игра



Для очной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ	СРС	
	1.7. Физическая подготовка в избранном виде игры	1-8	22			22	Игра
	1.8. Психологическая подготовка в избранном игровом виде	1-8	22			22	Игра
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта</b>	<b>1-8</b>	<b>156</b>			<b>156</b>	
	2.1 Тактика игры, ее характеристика	1-8	22			22	Игра
	2.2 Тактика игры в нападении	1-8	22			22	Игра
	2.3 Тактика игры в защите	1-8	22			22	Игра
	2.4 Интегральная подготовка	1-8	22			22	Игра
	2.5 Теоретическая подготовка в избранном виде игры	1-8	22			22	Игра
	2.6 Организация и проведение соревнований по виду спорта	1-8	46			46	Игра

Для очно-заочной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ	СРС	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"</b>	<b>1-8</b>	<b>172</b>			<b>172</b>	
	1.1 Правила игры. Становление избранного вида игры как вида спорта	1-8	22			22	Игра
	1.2 Судейство соревнований. Жесты судей	1-8	22			22	Игра
	1.3 Техника избранного вида игры, ее характеристика	1-8	22			22	Игра
	1.4. Техника игры в нападении	1-8	20			20	Игра



Для очно-заочной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ	СРС	
	1.5. Техника игры в защите	1-8	22			22	Игра
	1.6. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры	1-8	20			20	Игра
	1.7. Физическая подготовка в избранном виде игры	1-8	22			22	Игра
	1.8. Психологическая подготовка в избранном игровом виде	1-8	22			22	Игра
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта</b>	<b>1-8</b>	<b>156</b>			<b>156</b>	
	2.1 Тактика игры, ее характеристика	1-8	22			22	Игра
	2.2 Тактика игры в нападении	1-8	22			22	Игра
	2.3 Тактика игры в защите	1-8	22			22	Игра
	2.4 Интегральная подготовка	1-8	22			22	Игра
	2.5 Теоретическая подготовка в избранном виде игры	1-8	22			22	Игра
	2.6 Организация и проведение соревнований по виду спорта	1-8	46			46	Игра

#### 4.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по разделам

##### Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"

- 1.1 Правила игры. Становление избранного вида игры как вида спорта  
Изучение правил игры в процессе практической самостоятельной работы.
- 1.2 Судейство соревнований. Жесты судей  
Изучение правил игры и правил судейства той или иной игры
- 1.3 Техника избранного вида игры, ее характеристика  
Освоение техники игры
- 1.4. Техника игры в нападении  
Освоение техники игры
- 1.5. Техника игры в защите



- Освоение техники игры
- 1.6. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры
  - Освоение техники игры
- 1.7. Физическая подготовка в избранном виде игры
  - Основные физические навыки, приобретаемые в процессе игры
- 1.8. Психологическая подготовка в избранном игровом виде
  - Психология и ее связь с физической культурой, здоровым образом жизни.

## **Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта**

- 2.1 Тактика игры, ее характеристика
  - Освоение техники игры
- 2.2 Тактика игры в нападении
  - Освоение техники игры
- 2.3 Тактика игры в защите
  - Освоение техники игры
- 2.4 Интегральная подготовка
  - Освоение техники игры
- 2.5 Теоретическая подготовка в избранном виде игры
  - Основные знания, необходимые для той или иной игровой деятельности
- 2.6 Организация и проведение соревнований по виду спорта
  - Проведение соревнований

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

- 5.1. Содержание и формы самостоятельной работы обучающихся в процессе освоения дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам).

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Кол-во часов на СРС	Содержание и формы СРС	КОД формируемой компетенции
1.	Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"	172 (очная форма) 172(очно-заочная форма)	Подготовка к игре. Изучение правил игры.	УК-7
2.	Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта	156 (очная форма) 156	Подготовка к игре. Изучение правил игры.	УК-7





	(очно- заочная форма)		
--	-----------------------------	--	--

## 6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

### 6.1. Методы и средства организации и реализации образовательного процесса:

**а) методы и средства, направленные на теоретическую подготовку:**

- самостоятельная работа студентов;

**б) методы и средства, направленные на практическую подготовку:**

- практические навыки игры.

При реализации дисциплины применяются следующие виды учебной работы:

**Практическое занятие** – групповое, мелкогрупповое, индивидуальное занятие, предполагающие приоритетное использование интерактивных форм обучения.

**Самостоятельная работа обучающихся.** Результат самостоятельной работы контролируется преподавателем. Самостоятельная работа может выполняться обучающимся в аудиториях, библиотеке, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Самостоятельная работа обучающихся подкрепляется учебно-методическим и информационным обеспечением, включающим учебники, учебно-методические пособия, аудио и видео материалы и т.д.

Для эффективного овладения дисциплиной предлагаются следующие методические рекомендации.

1. В ходе изучения курса используйте современные источники знаний по проблемам теории и методики физического воспитания: учебники, изданные в последние годы, ресурсы Интернет, научные статьи, опубликованные в журналах.
2. Сопоставляйте знания, полученные при изучении теоретических источников, раскрывающих технологии применения теоретических подходов с практическими навыками, отслеживайте пробелы в теории и практике.
3. При изучении основных разделов, тем, вопросов курса ставьте конкретные цели (что узнать, чему научиться, какие способности сформировать или усовершенствовать), определяйте сроки достижения этих целей (промежуточные и итоговые).



4. Осуществляйте пошаговый и итоговый самоконтроль за процессом усвоения теории и практики, используйте различные критерии самооценки: полнота знаний, систематичность, оперативность, гибкость знаний и т.д.

## 7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд контрольных заданий, перечень форм и процедур, предназначенных для определения качества освоения обучающимися учебного материала, а так же методические указания по освоению дисциплины (модуля), описываются в отдельном документе «Оценочные средства дисциплины».

## 8. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### 8.1. Основная литература:

№ п/п	Авторы /составители	Наименование (заглавие)	Издательство, год
1	<u>Кокоулина О. П.</u>	Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие	Евразийский открытый институт 2011 г. <a href="https://www.iprbookshop.ru/11049.html">https://www.iprbookshop.ru/11049.html</a>
2	<u>Алхасов Д. С.</u>	Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов	Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. <a href="https://urait.ru/bcode/473058">https://urait.ru/bcode/473058</a>

### 8.2. Дополнительная литература:

№ п/п	Авторы /составители	Наименование (заглавие)	Издательство, год
1.	А. Е. Ловягина [и др.]	Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов	Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. <a href="https://urait.ru/bcode/469368">https://urait.ru/bcode/469368</a>
2.	Рубанович, В. Б.	Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп.	М. : Издательство Юрайт, 2021. — 253 с. <a href="https://urait.ru/bcode/471347">https://urait.ru/bcode/471347</a>
3.	Бегидова, Т. П.	Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп.	Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 191 с. <a href="https://urait.ru/bcode/472970">https://urait.ru/bcode/472970</a>



## 9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ"

### Современные профессиональные базы данных

- Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <https://uisrussia.msu.ru/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>
- <https://urait.ru/>

### Информационные справочные системы

- <http://window.edu.ru/> Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам»

## 10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

В процессе практических занятий используется следующее программное обеспечение:

- программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Googlechrome»);
- программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»);
- программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»)

## 11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Вид учебной работы	Тип аудитории с описанием материально-технического обеспечения
<b>Самостоятельная работа</b>	Аудитории для проведения практических занятий, оборудованные необходимым спортивным снаряжением, спортивный зал, стадион
<b>Практические занятия</b>	Аудитории для проведения практических занятий, оборудованные необходимым спортивным снаряжением, спортивный зал, стадион



## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Дата внесения изменений	Краткое описание изменений, внесенных в РПД	№ протокола кафедры
04.06.2019	<i>Актуализированы списки литературы, обновлен перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</i>	
09.06.2020	<i>Актуализированы списки литературы, обновлен перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</i>	
10.06.2021	<i>Актуализированы списки литературы, обновлен перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</i>	