

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Шилов С.П.

« 28 » 2020 г.



НОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),
профили физическая культура, безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: очная

Яковых Юрий Владимирович. Новые физкультурно-оздоровительные виды спорта. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили физическая культура, безопасность жизнедеятельности, форма обучения заочная. Тобольск 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Новые физкультурно-оздоровительные виды спорта. [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://tobolsk.utmn.ru/sveden/education/#>

1. Пояснительная записка

Цели освоения дисциплины (модуля): интеграция в единый комплекс теоретических знаний, практических умений, направленных на овладение новыми физкультурно-оздоровительными видами спорта в процессе профессиональной подготовки обучающихся к будущей тренерской деятельности.

Задачи:

1. Формирование у студентов специальных знаний в области новых физкультурно-оздоровительных видов спорта, обучения новым видам движений, совершенствования функций организма;

2. Ознакомить с техническими приемами новых физкультурно-оздоровительных видов спорта, необходимыми для успешного овладения естественно-необходимыми, профессионально-прикладными двигательными умениями и навыками;

3. Формировать комплекс методических знаний и практических умений по обучению новым физкультурно-оздоровительным видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики физической культуры и требований образовательных стандартов.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Новые физкультурно-оздоровительные виды спорта» входит в блок Б1.О Дисциплины (модули) обязательной части.

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, знания, умения и навыки, сформированные у обучающихся в школе в процессе изучения дисциплины «Физическая культура», в вузе «История физической культуры и спорта».

Данный курс соотносится с дисциплинами, «Теоретические основы физической культуры и спорта», «Методика обучения и воспитания физической культуре», «Базовые виды двигательной деятельности».

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины

| Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО) | Компонент (знаниевый/функциональный) |
|--|---|
| ОПК-7 – Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ. | Знает средства и методы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, требования образовательных стандартов к учебным занятиям по базовым видам спорта. Умеет организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. |

2. Структура и содержание дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | Всего часов | Часов в семестре (академические часы) | | |
|--|-----------------|--|------------|------------|
| | | 10 | 11 | 12 |
| Общий объем | зач. ед. | 9 | 3 | 3 |
| | час | 324 | 108 | 108 |
| Из них: | | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | 112 | 32 | 40 | 40 |
| Лекции | 56 | 16 | 20 | 20 |

| | | | | |
|--|------------|---------|---------|---------|
| Практические занятия (ПЗ) | 56 | 16 | 20 | 20 |
| Лабораторные занятия (ЛЗ) | – | – | – | – |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу | 212 | 76 | 68 | 68 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | Экзамен | Экзамен | Экзамен |

3. Система оценивания

3.1. Оценивание осуществляется в рамках балльной системы, разработанной преподавателем и доведенной до сведения обучающихся на первом занятии.

Максимальное количество баллов, которые может набрать студент в ходе изучения дисциплины, составляет 100. По разным формам контроля балльные оценки представлены следующим образом: конспект по вопросам экзамена 0-40 баллов, технические нормативы 0-5 баллов, посещение практических занятий 0-3 балла.

При наборе студентом в семестре более 60 баллов оценка за промежуточную аттестацию может быть выставлена автоматически согласно следующим критериям: 61-75 баллов – удовлетворительно; 76-90 баллов – хорошо; 91-100 баллов – отлично.

Студенты, набравшие по текущему контролю менее 61 балла, а также студенты не согласные с итоговой оценкой, полученной по результатам текущего контроля, сдают экзамен в устной форме. Билет для сдачи экзамена включает 2 вопроса.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

| № п/п | Наименование тем и/или разделов | Объем дисциплины (модуля), час. | | | | |
|-------|---|---------------------------------|---|----------------------|---|-----------------------------|
| | | Всего | Виды аудиторной работы (академические часы) | | | Иные виды контактной работы |
| | | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные/практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1. | Теоретические и методические основы волейбола. | 32 | 16 | 16 | – | – |
| 2. | Теоретические и методические основы баскетбола. | 40 | 20 | 20 | – | – |
| 3. | Теоретические и методические основы настольного тенниса и бадминтона. | 40 | 20 | 20 | – | – |
| 11. | Итого (часов) | 112 | 56 | 56 | – | – |

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

Таблица 3

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела (дидактические единицы) |
|-------------------|-------------------------------------|--|
| 10 семестр | | |
| 1. | Теоретические и методические основы | Лекция 1. История игры волейбол. Волейбол как средство физического |

| | | |
|--|------------|--|
| | волейбола. | <p>воспитания. Характеристика игры и общее представление об игровой деятельности в волейболе.</p> <p>Лекция 2. Правила игры в волейбол. Разновидности двигательной деятельности на основе игры волейбол. Пляжный волейбол. парковый волейбол. Перекидбол. Волейбол на воде. Воллибол.</p> <p>Лекция 3. Классификация техники игры. Методика обучения игре волейбол. Техника безопасности при проведении занятий по волейболу.</p> <p>Лекция 4. Средства и методы применяемые при обучении техническим приемам игры.</p> <p>Лекция 5. Образовательные технологии при обучении волейболу в школе. Интеграция результатов обучения в целостную игровую соревновательную деятельность.</p> <p>Лекция 6. Организация и проведение соревнований по волейболу.</p> <p>Лекция 7. Физические качества, необходимые для игры волейбол. Средства и методы их воспитания.</p> <p>Лекция 8. Содержание обучения волейболу в начальной, основной и средней школе.</p> <p>Практическое занятие 1. Меры безопасности на занятиях по волейболу. Стойка волейболиста, различные виды передвижения, прыжки, остановки, повороты. Сочетание различных видов передвижения. Перемещение по площадке с целью приема мяча. Выпады, перекаты, падения. Расстановка игроков. Перемещение игроков при приеме мяча. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие 2. Прием мяча двумя руками снизу, перевод мяча снизу в заданную зону на высоту приема мяча передачи мяча сверху. Перевод мяча через сетку снизу. Разновидности приема и перевода мяча двумя и одной рукой снизу. Прием мяча от сетки снизу. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №3. Нижняя прямая подача мяча, боковая подача мяча, верхняя прямая подача мяча. подача мяча в прыжке. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №4. Прием мяча двумя руками сверху, перевод мяча сверху в заданную зону. Разновидности приема и перевода мяча двумя и одной рукой сверху. Перевод мяча через сетку двумя руками сверху. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №5. Нападающий удар. Разновидности нападающего удара. Блок и его разновидности. Сбросы мяча на сторону соперника. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №6.</p> |
|--|------------|--|

| | | |
|-------------------|---|---|
| | | <p>Тактическое взаимодействие в тройке при нападении. Защита углом вперед. Защита углом назад. Учебная игра. Судейство. Сдача технических нормативов.</p> <p>Практическое занятие №7. Методика обучения тактическому взаимодействию в тройке при нападении. Защита углом вперед. Защита углом назад. Учебная игра. Судейство. Сдача технических нормативов.</p> <p>Практическое занятие № 8. Организация и проведение соревнований по волейболу. Работа судейской бригады. Правила соревнований. Сдача технических нормативов.</p> |
| 11 семестр | | |
| 2. | Теоретические и методические основы баскетбола. | <p>Лекция 1. История игры баскетбол. Баскетбол как средство физического воспитания. Характеристика игры и общее представление об игровой деятельности в баскетболе.</p> <p>Лекция 2. Разновидности двигательной деятельности на основе игры волейбол. Мини-баскетбол. Стритбол. Уван-бол. Ту-бол. Водный баскетбол. Корфбол. Слэмбол.</p> <p>Лекция 3. Правила игры в баскетбол. Оборудование и инвентарь для игры баскетбол и его разновидностей.</p> <p>Лекция 4. Классификация техники игры. Методика обучения игре баскетбол. Техника безопасности при проведении занятий по баскетболу.</p> <p>Лекция 5. Средства и методы применяемые при обучении техническим приемам игры баскетбол.</p> <p>Лекция 6. Образовательные технологии при обучении баскетболу в школе. Интеграция результатов обучения в целостную игровую соревновательную деятельность.</p> <p>Лекция 7. Организация и проведение соревнований по баскетболу.</p> <p>Лекция 8. Физические качества, необходимые для игры баскетбол. Средства и методы их воспитания.</p> <p>Лекция 9. Содержание обучения баскетболу в начальной, основной и средней школе.</p> <p>Лекция 10. Игры баскетбол и волейбол как средство физического воспитания для людей с ограниченными возможностями.</p> <p>Практическое занятие 1. Меры ТБ на занятиях по баскетболу. Стойка баскетболиста, различные виды передвижения, прыжки, остановки, повороты. Сочетание различных видов передвижения. Перемещение по площадке с целью опеки соперника. Перемещение по площадке с целью освобождения от опеки соперника. Методика обучения стойке баскетболиста и</p> |

| | | |
|-------------------|---|--|
| | | <p>различным передвижениям. Подвижные игры с элементами стойки и передвижений.</p> <p>Практическое занятие 2. Школа мяча. Методика обучения бросковому движению с места, в прыжке. Подвижные игры для обучения навыкам броска. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №3. Ловля и прием мяча двумя руками, одной рукой. Разновидности приема и ловли мяча двумя и одной рукой. Скрытые передачи. Передачи мяча в движении. Передачи при опеке соперника. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №4. Броски мяча в корзину и их разновидности с места с ближней и средней дистанции. Обманные движения при броске. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие №5. Ведение мяча на месте и его разновидности. Ведение мяча в движении и его разновидности. Ведение мяча при сопротивлении соперника. Опека игрока, ведущего мяч. Учебная игра 1x1.</p> <p>Практическое занятие №6. Действия защитника: опека, перехват мяча, вырывание мяча, выбивание мяча. Учебная игра 3x3. Сдача технических нормативов.</p> <p>Практическое занятие №7. Методика обучения накрыванию мяча. Стритбол. Учебная игра 5x5. Судейство. Сдача технических нормативов.</p> <p>Практическое занятие № 8. Взаимодействие игроков на площадке в защите и в нападении. Виды защит. Заслон и наведение в нападении. Стритбол. Учебная игра 5x5. Судейство. Сдача технических нормативов.</p> <p>Практическое занятие № 9. Тактические взаимодействия на площадке. Борьба за мяч под кольцом. Отсечение. Быстрый отрыв. Ввод мяча после поражения корзины. Учебная игра 5x5. Судейство. Сдача технических нормативов.</p> <p>Практическое занятие № 10. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Работа судейской бригады. Правила соревнований.</p> |
| 12 семестр | | |
| 5 | Теоретические и методические основы настольного тенниса и бадминтона. | <p>Лекция 1. История игры настольный теннис. Настольный теннис как средство физического воспитания. Характеристика игры и общее представление об игровой деятельности в настольный теннис.</p> <p>Лекция 2. Разновидности двигательной деятельности на основе игры настольный теннис. Правила игры. Классификация техники игры. Методика обучения основным двигательным действиям в настольном теннисе.</p> <p>Лекция 3.</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | | <p>Методика обучения основным двигательным действиям в настольном теннисе. Техника безопасности при проведении занятий по настольному теннису.</p> <p>Лекция 4. Содержание обучения настольному теннису в начальной, основной и средней школе. Образовательные технологии при обучении настольный теннис в школе. Интеграция результатов обучения в целостную игровую соревновательную деятельность.</p> <p>Лекция 5. Организация и проведение соревнований по настольному теннису.</p> <p>Лекция 6. История игры бадминтон. Бадминтон как средство физического воспитания. Характеристика игры и общее представление об игровой деятельности в бадминтон.</p> <p>Лекция 7. Разновидности двигательной деятельности на основе игры бадминтон. Правила игры. Классификация техники игры.</p> <p>Лекция 8. Методика обучения основным двигательным действиям в бадминтон. Техника безопасности при проведении занятий по бадминтону.</p> <p>Лекция 9. Содержание обучения бадминтону в начальной, основной и средней школе. Образовательные технологии при обучении бадминтону в школе. Интеграция результатов обучения в целостную игровую соревновательную деятельность. Организация и проведение соревнований по бадминтону.</p> <p>Лекция 10. Организация и проведение соревнований по бадминтону.</p> <p>Практическое занятие 1. Стойка теннисиста, различные виды передвижения, выпады, остановки, развороты и повороты. Сочетание различных видов передвижения. Перемещение вдоль стола с целью приема мяча. Удержание ракетки. Набивание мяча на ракетке. Остановка мяча, летящего сверху. Перекат мяча с одной стороны ракетки на другую. Жонглирование необычными способами. Динамичная игра с самим собой. Скоростное набивание мяча об стол. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие 2. Положение игровой руки. Позиции при приеме подачи. Работа на прием мяча в стойке. Подачи мяча. Накат справа. Накат слева. Подрезка справа. Подрезка слева. Блок (подставка справа). Блок (подставка слева). Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие 3. Топ-спин справа. Топ-спин слева. Топ-спин в различных вариациях. Удар по свече. Короткая игра у сетки. Скидка справа. Скидка слева. Срезка справа. Срезка слева. Более сложные подачи. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие 4. Прием атаки слева. Прием атаки справа. Точка встречи мяча.</p> |
|--|--|--|

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>Сила встречи мяча. Вращение мяча при переводе на сторону соперника. Раскручивание мяча при приеме. Траектория мяча. Учебная игра.</p> <p>Практическое занятие 5. Личные соревнования по настольному теннису. Парные соревнования по настольному теннису. Судейство соревнований. Командные соревнования по настольному теннису. Судейство соревнований.</p> <p>Практическое занятие 6. Бадминтон. Стойка игрока, различные виды передвижения, выпады, остановки, развороты и повороты. Сочетание различных видов передвижения. Перемещение по площадке с целью приема волана. Удержание ракетки. Набивание волана на ракетке. Жонглирование необычными способами. Динамичная игра с самим собой. Учебная игра без сетки.</p> <p>Практическое занятие 7. Удары сверху: смещ, высокий далекий удар, плоский далекий удар, укороченный удар, короткий удар, плоский укороченный удар. Учебная игра без сетки.</p> <p>Практическое занятие 8. Удары сбоку: короткий удар, высокий удар, высокий атакующий удар, плоский удар, плоский укороченный удар. Учебная игра без сетки.</p> <p>Практическое занятие 9. Удары снизу открытой и закрытой стороной ракетки. Подачи волана: высокая далекая подача, короткая подача, плоская подача, высокая атакующая подача. Учебная игра через сетку.</p> <p>Практическое занятие 10. План игры. Ошибки соперника. Линия игры. Незащищенные зоны. Разнообразие перевода волана. Одиночное первенство. Парное мужское и женское первенство. Судейство соревнований. Парные смешанные игры. Судейство соревнований.</p> |
|--|--|---|

Образцы контрольных заданий для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине.

Конспектирование материала по зачетным и экзаменационным вопросам (0-40 баллов).
Конспектирование учебно-методических и научных работ по вопросам зачета предполагает работу с литературными источниками, интернет ресурсами, их самостоятельное прочтение для подготовки к сдаче теоретического зачета. Конспектирование работ выполняется письменно, без использования текстовых редакторов. К критериям оценивания выполненного конспекта относятся логичность, полнота, лаконичность. Возможно использование опорных конспектов.

Посещение практических занятий (0-3 баллов).

Обучающиеся посещают практическое занятие, демонстрируют методические навыки технических приемов новых физкультурно-оздоровительных видов спорта.

Технические нормативы (0-5 баллов).

Обучающиеся в каждом семестре сдают технические нормативы по изучаемому виду спорта. Образец технические нормативы игры волейбол в 10 семестре.

Выполнение нормативов по технике игры

1.Подача мяча любым способом на точность в зоны 1, 6, 5 по одному разу. Учитывается количество попаданий: 3 попадания – «отлично», 2 – «хорошо», 1 – «удовлетворительно»;

2. Передача мяча над собой не ниже 1 м, не выходя из круга диаметром 3 метра, подряд 10 передач: 9 – «отлично», 7 – «хорошо», 5 – «удовлетворительно»;

3. Прием снизу двумя руками с ударом в стену, 10 попыток - «отлично», 7 - «хорошо», 5 - «удовлетворительно»;

4. Нападающий удар из зоны 4 по две попытки в правую и левую половину площадки: 4 - «отлично», 3 - «хорошо». 1 - «удовлетворительно».

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы

Таблица 4

| № | Темы | Формы СРС, включая требования к подготовке занятий |
|-------------------|---|--|
| 10 семестр | | |
| 1. | Теоретические и методические основы волейбола. | Чтение текста (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по экзаменационным вопросам. Изучить технику вида спорта. Подготовить методическое описание одного из технических приемов с выделением фазового состава двигательного действия. Подготовить показ с объяснением технического приема в объеме методических требований по изучаемому техническому приему. Подготовить инструкции по технике безопасности. Изучить обязанности судей по организации и проведению соревнований по изучаемому виду спорта. |
| 11 семестр | | |
| 2. | Теоретические и методические основы баскетбола. | Чтение текста (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по экзаменационным вопросам. Изучить технику вида спорта. Подготовить методическое описание одного из технических приемов с выделением фазового состава двигательного действия. Подготовить показ с объяснением технического приема в объеме методических требований по изучаемому техническому приему. Подготовить инструкции по технике безопасности. Изучить обязанности судей по организации и проведению соревнований по изучаемому виду спорта. |
| 12 семестр | | |
| 3. | Теоретические и методические основы настольного тенниса и бадминтона. | Чтение текста (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по экзаменационным вопросам. Изучить технику вида спорта. Подготовить методическое описание одного из технических приемов с выделением фазового состава двигательного действия. Подготовить показ с объяснением технического приема в объеме методических требований по изучаемому техническому приему. Подготовить инструкции по технике безопасности. Изучить обязанности судей по организации и проведению соревнований по изучаемому виду спорта. |

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине – устный ответ. Ниже приведен примерный перечень вопросов для экзаменов и технических нормативов. Билет включает два вопроса.

10 семестр

Примерные вопросы к экзамену

1. История, современное состояние и перспективы развития волейбола.
2. Анализ техники игры в нападении в волейболе, согласно учебной программе.
3. Анализ техники игры в защите в волейболе, согласно учебной программе.
4. Построение учебных занятий по волейболу в школе.
5. Проведение массовых соревнований по волейболу в школе.
6. Методика обучения стойке волейболиста.
7. Методика обучения прямому низкому приему мяча в волейболе.
8. Методика обучения приемам мяча снизу в волейболе.
9. Методика обучения подачам мяча в волейболе.
10. Методика обучения технике игры в волейбол.
11. Методика обучения передаче мяча снизу в волейболе.
12. Методика обучения тактике игры в волейболе.
13. Методика обучения действиям игрока без мяча в волейболе.
14. Методика обучения подачам мяча в волейболе.
15. Методика обучения передачам мяча сверху двумя руками в волейболе.
16. Методика обучения игре в волейбол.
17. Методика обучения нападающим ударам в волейболе.
18. Методика обучения блокированию в волейболе.
19. Методика обучения нижней прямой подаче в волейболе.
20. Методика обучения верхней передаче мяча в волейболе.
21. Методика обучения верхней прямой подаче в волейболе.
22. Методика обучения нападающему удару в волейболе.
23. Методика обучения блокированию мяча в волейболе.
24. Методика обучения страховке мяча в волейболе.
25. Методика обучения игре от сетки в волейболе.
26. Методика обучения тактическим действиям в защите в волейболе.

Выполнение нормативов по технике игры

1. Подача мяча любым способом на точность в зоны 1, 6, 5 по одному разу. Учитывается количество попаданий: 3 попадания – «отлично», 2 – «хорошо», 1 – «удовлетворительно»;
2. Передача мяча над собой не ниже 1 м, не выходя из круга диаметром 3 метра, подряд 10 передач: 9 – «отлично», 7 – «хорошо», 5 – «удовлетворительно»;
3. Прием снизу двумя руками с ударом в стену, 10 попыток - «отлично», 7 - «хорошо», 5 - «удовлетворительно»;
4. Нападающий удар из зоны 4 по две попытки в правую и левую половину площадки: 4 - «отлично», 3 - «хорошо». 1 - «удовлетворительно».

11 семестр

Примерные вопросы к экзамену

1. История, современное состояние и перспективы развития баскетбола.
2. Анализ техники игры в нападении в баскетболе, согласно учебной программе.
3. Анализ техники игры в защите в баскетболе, согласно учебной программе.
4. Построение учебных занятий по баскетболу в школе.
5. Проведение массовых соревнований по баскетболу в школе.
6. Методика обучения стойке баскетболиста.
7. Методика обучения действиям игрока без мяча в баскетболе.
8. Методика обучения ловле мяча в баскетболе.

9. Методика обучения передачам мяча в баскетболе.
10. Методика обучения передачам мяча в движении в баскетболе.
11. Методика обучения ближнему броску с места в баскетболе.
12. Методика обучения броскам в баскетболе.
13. Методика обучения ведению мяча в баскетболе.
14. Методика обучения технике игры в баскетболе.
15. Методика обучения тактике игры в баскетбол.
16. Методика обучения защитным действиям в баскетболе
17. Методика обучения игре в баскетбол.
18. Методика обучения постановке заслона в баскетболе.
19. Методика обучения броску в движении в баскетболе.
20. Методика обучения ведению мяча против защитника в баскетболе.
21. Методика обучения передачам в тройке в баскетболе.
22. Методика обучения перехватам мяча в баскетболе.
23. Методика обучения вырыванию мяча в баскетболе.
24. Методика обучения накрыванию мяча в баскетболе.
25. Методика обучения подбору мяча у щита в баскетболе.
26. Методика обучения личной защите в баскетболе.

Выполнение нормативов по технике игры

1. Броски с точек 10 бросков, выполняются две серии по 5 бросков с равномерно расположенных точек, удаленных от проекции центра кольца на 4 м. Точки для броска размещаются на площадке следующим образом: 1-я слева от щита, на линии, параллельной линии площадки и проходящей через проекцию центра кольца; 2-я - слева от щита, на линии, приходящей через проекцию кольца под углом 45° к проекции щита; 3-я - на линии, проходящей проекцию центра кольца под углом 30° к проекции щита; 4-я - симметрично точке 2 справа от щита; 5-я симметрично точке 1 справа от щита. Необходимо выполнить серию бросков с точек в строгой последовательности: 1, 2, 3, 4, 5, затем 5, 4, 3, 2, 1. Подавать мяч бросающему не разрешается, он должен сам подобрать мяч после броска и с ведением выйти на следующую точку. Оценка норматива - не менее 5 попаданий.
2. 10 штрафных бросков, мяч подает партнер. Оценка норматива - не менее 6 попаданий.
3. Бросок в движении после ведения. С правой стороны от места пересечения средней и боковой линии ведение мяча к кольцу с последующим броском в движении – 5 повторений. Оценивается техника выполнения и количество попаданий. Оценка норматива - не менее 3 попаданий при правильном техническом выполнении

12 семестр

Настольный теннис

Примерные вопросы к экзамену

1. Характеристика настольного тенниса как средства физического воспитания.
2. Функции настольного тенниса: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
3. История возникновения и развития настольного тенниса.
4. Актуальные проблемы развития настольного тенниса.
5. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.
6. Отличительные особенности соревнований по круговому способу и олимпийской системе с розыгрышем всех мест.
7. Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.
8. Методика проведения соревнований по олимпийской системе и составления графика проведения очередности встреч на 16 игроков.
9. Розыгрыш очка. Костюм участника.
10. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
11. Правило активизации игры (13 ударов). Одиночная встреча.

12. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
13. Судейская терминология в настольном теннисе.
14. Права и обязанности участников соревнований.
15. Состав судейской коллегии, права и обязанности судей соревнований.
16. Методика организации и проведения соревнований по настольному теннису.
17. Основные термины настольного тенниса.
18. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий настольным теннисом.
19. Общая характеристика техники игры в настольный теннис. Особенности вращения полета и отскока мяча.
20. Классификация технических приемов в настольном теннисе.
21. Основные стили игры в настольном теннисе.
22. Тактика одиночной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
23. Тактика парной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
24. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.
25. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.
26. Особенности организации занятий настольным теннисом с различными группами населения.
27. Особенности проведения занятий по настольному теннису с различным контингентом занимающихся по месту жительства.
28. Настольный теннис как воспитательное средство физической культуры.
29. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.
30. Настольный теннис в физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста.

Технические нормативы по настольному теннису

Упражнения и критерии оценки выполнения зачетных упражнений представлены в таблице

| Упражнение | Оценка | | |
|---|---------------|----------|----------|
| | 3 | 4 | 5 |
| Набивание мяча ладонной стороной ракетки (кол-во раз) | 50 | 60 | 70 |
| Набивание мяча тыльной стороной ракетки (кол-во раз) | 50 | 60 | 70 |
| Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки (кол-во раз) | 50 | 60 | 70 |
| Игра с накатами справа по диагонали (кол-во раз без ошибок) | 6 | 8 | 10 |
| Игра с накатами слева по диагонали (кол-во раз без ошибок) | 6 | 8 | 10 |
| Выполнение подачи справа накатом в правую половину из 10 попыток (кол-во раз) | 4 | 5 | 6 |
| Выполнение подачи слева подрезкой в левую половину из 10 попыток (кол-во раз) | 4 | 5 | 6 |

Бадминтон

Примерные вопросы к экзамену

1. Характеристика бадминтона как средства физического воспитания.
2. Функции спортивной игры в бадминтон: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
3. История возникновения и развития бадминтона.
4. Актуальные проблемы развития бадминтона.
5. Размеры игровой площадки (корта), вес и размеры волана. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки в бадминтоне.
6. Отличительные особенности соревнований по круговому способу и олимпийской системе с розыгрышем всех мест.
7. Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.

8. Методика проведения соревнований по олимпийской системе и составления графика проведения очередности встреч на 16 игроков.
9. Розыгрыш очка. Костюм участника.
10. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
11. Одиночная встреча.
12. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
13. Судейская терминология в бадминтоне.
14. Права и обязанности участников соревнований.
15. Состав судейской коллегии, права и обязанности судей соревнований.
16. Методика организации соревнований по бадминтону.
17. Методика проведения соревнований по бадминтону.
18. Основные термины бадминтона.
19. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий бадминтоном.
20. Общая характеристика техники игры в бадминтон.
21. Особенности вращения полета и отскока волана в бадминтоне.
22. Классификация технических видов спорта в бадминтоне.
23. Основные стилевые направления игры в бадминтон.
24. Тактика одиночной игры. Основные схемы и стратегии.
25. Тактика парной игры в бадминтоне. Основные схемы и стратегии.
26. Методика обучение технике игры в бадминтон.
27. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.
28. Правила техники безопасности при проведении занятий бадминтоном.
29. Бадминтон как реабилитационное средство физической культуры.
30. Рекреационные формы занятий бадминтоном.

Технические нормативы по бадминтону

Упражнения и критерии оценки выполнения зачетных упражнений представлены в таблице

| Упражнение | Оценка | | |
|--|--------|---|---|
| | 3 | 4 | 5 |
| Высоко-далекая подача (кол-во раз из 10 попыток) | 4 | 5 | 6 |
| Короткая подача (кол-во раз из 10 попыток) | 3 | 4 | 5 |
| Укороченный удар (кол-во раз из 10 попыток) | 4 | 5 | 6 |
| Высоко-далекий удар (кол-во раз из 10 попыток) | 3 | 4 | 5 |
| Смэш (кол-во раз из 10 попыток) | 3 | 4 | 5 |

6.2. Критерии оценивания компетенций:

Карта критериев оценивания компетенций

| Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО) | Компонент (знаниевый/функциональный) | Оценочные материалы | Критерии оценивания |
|--|---|---|--|
| ОПК-7 – Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ. | Знает средства и методы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, требования образовательных стандартов к учебным занятиям по базовым видам спорта. Умеет организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную | Конспект, технический норматив, посещение занятий, зачет экзамен. | Качество уровня физической подготовленности для обеспечения взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных |

| | | | |
|--|---|--|-----------|
| | деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. | | программ. |
|--|---|--|-----------|

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Основная литература:

1. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа. – Москва: Издательство «Спорт», 2020. – 720 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/98644.html> (дата обращения: 30.04.2020). – Режим доступа: для авторизир. пользователей

1. Поваляева, Г. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Учебно-методическое пособие для подготовки к практическим занятиям / Г. В. Поваляева, О. Г. Сыромятникова. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 144 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/65026.html> (дата обращения: 30.04.2020). – Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Учебно-методическое пособие / С.А. Луценко [и др.]. – Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2013. – 88 с. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/29969.html> (дата обращения: 30.04.2020). – Режим доступа: для авторизир. пользователей

7.3. Интернет-ресурсы

Не предусмотрены

7.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Лань - <https://e.lanbook.com/>
2. Знаниум - <https://znanium.com/>
3. IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/>
4. eLIBRARY.RU - <https://www.elibrary.ru/>
5. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
7. Ивис - <https://dlib.eastview.com/>
8. Библиотека ТюмГУ - <https://library.utmn.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

Список лицензионного программного обеспечения, установленного в аудиториях: Autodesk 3ds Max 2018, Autodesk AutoCAD 2018, Embarcadero RAD Studio 2010, MatLab R2009a, Microsoft Office 2003, Microsoft Office 2007, Microsoft Office 2010, Microsoft Visual Studio 2012, Microsoft Visual Studio 2012 Expression, Microsoft Visual FoxPro 9.0, Microsoft SQL Server 2005, Windows, Dr. Web, Конструктор тестов 2.5 (Keepsoft), Adobe Design Premium CS4, Corel Draw Graphics Suite X5, Introduction to Robotics, LEGO MINDSTORMS Edu NXT 2.0, Robolab 2.9.

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 23 на 34 посадочных мест оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием:

учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное аудиовизуальное оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение:

— Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web.

Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа № 24 на 30 посадочных мест оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное аудиовизуальное оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение:

— Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web.

Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.

Спортивный (игровой) зал № 19 оснащен: ферма баскетбольная, кольца баскетбольные, ворота мини-футбольные, сетка волейбольная, турник, канат, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч баскетбольный, мяч волейбольный, мячи резиновый надувной гимнастический, степ-платформа, тумба для запрыгивания, обруч, скакалка спортивная, гантель, блок для йоги, медбол, полусфера.

Спортивный (игровой) зал № 11 оснащен следующим оборудованием: ферма баскетбольная, кольца баскетбольные, ворота мини-футбольные, сетка волейбольная, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч баскетбольный, мяч волейбольный, мячи резиновый надувной гимнастический, степ-платформа, обруч, скакалка спортивная.