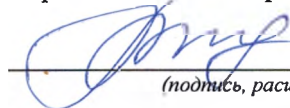


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель основной профессиональной
образовательной программы



О. В. Аршанская

(подпись, расшифровка подписи)

«10» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины (модуля)

Б1.О.03.ДВ.01.04 «Бадминтон»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(код и наименование направления подготовки)

Практическая психология личности

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

очная, заочная

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Южно-Сахалинск

2022 г.

Рабочая программа дисциплины *Б1.О.03.ДВ.01.04 «Бадминтон»* составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

код и наименование направления подготовки

Программу составил(и):

О. Р. Кокорина, завкаф, д.п.н., профессор

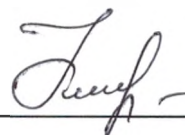
И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание


подпись

Рабочая программа дисциплины *Б1.О.03.ДВ.01.04 «Бадминтон»* утверждена на заседании кафедры *физической культуры и спорта* № 9 «19» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой ФКиС О. Р. Кокорина

фамилия, инициалы



подпись

1. Цель и задачи дисциплины (модуля).

Целью дисциплины Б1.О.03.ДВ.01.04 «Бадминтон» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины. «Бадминтон» - понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

- формирование устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание,
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- развитие резервных возможностей организма и адаптация к интенсивной интеллектуальной деятельности средствами физической культуры;
- совершенствование спортивного мастерства студентов-спортсменов.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Бадминтон» является обязательной частью в соответствии с учебным планом образовательной программы подготовки бакалавров по направлению 44.03.02 ППО: ППЛ в **объеме 328** академических часов для 1 и 2 курсов.

Дисциплина формирует специальные знания и компетенции, необходимые для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач.

«Бадминтон» являются важнейшим компонентом целостного развития личности, и тесно связаны не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности. Все это находит свое отражение в психофизической надежности выпускника, в необходимом уровне и устойчивости его профессиональной работоспособности.

Пререквизиты дисциплины: Физическая культура в детском саду, физическая культура в средней школе, лекционный курс «Физическая культура и спорт».

Постреквизиты дисциплины: Элективные дисциплины (модули) ФКиС на 3-4 семестр.

3. Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине (модулю).

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: значение физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности, укрепления и развития человека, обеспечения здоровья и подготовке к профессиональной деятельности; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Уметь: рационально использовать средства и методы физического воспитания для поддержания должного уровня физической подготовленности, физического саморазвития и самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Владеть: системой практических умений и навыков обеспечивающих: поддержание должного уровня физической подготовленности, сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет зачетных единиц 328 академических часов.

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов				
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	всего
Общая трудоемкость	82	92	72	82	328
Контактная работа:	58	52	46	32	188
Лекции (Лек)	-	-	-	-	-
Практические занятия (ПР)	54	48	42	28	172
Лабораторные работы (Лаб)	-	-	-	-	-
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	4	4	4	4	16
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен, зачет с оценкой)	3а	3а	3а	3а	3а
Самостоятельная работа:	24	40	26	50	140

4.2 Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам

дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины/ темы	Виды учебной работы (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		контактная					
		семестр	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятел ьная работа	
	Раздел 1 – Подготовительные упражнения: упражнения с воланом; индивидуальные упражнения с одним и двумя воланами; парные упражнения с одним и двумя воланами; подвижные игры: «Салки с воланом», «Закинь волан», «Очисти свой сад от камней», «БаскетВол». Упражнения с воланом и ракеткой.	1	-	58	-	24	контрольные нормативы
	Раздел 2 - Обучение технике: подводящие и имитационные упражнения; приемы игры, упражнения на закрепление полученных навыков: хват ракетки; стойка, жонглирование; перемещения; удары (справа, слева, снизу, сверху) открытой и закрытой стороной ракетки; подача закрытой и открытой стороной ракетки. Нападающий удар «смеш».						
	Раздел 3 – Обучение тактике: «Обманных движений»; «Слабых	2	-	52	-	40	контрольные нормативы

мест соперника»; «Противохода»; «Смены ритма, направления и силы удара». Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО) (Проведение текущих консультаций и индивидуальная работа со студентами) Раздел 3- методико- практический - Методика проведения самостоятельной разминки по баскетболу; - Корригирующая гимнастика для глаз; - Основы самомассажа; - Методика самооценки работоспособности, усталости, утомления; - Самоконтроль за функциональным состоянием организма; - Методика оценки физического развития и телосложения; - Методика составления и проведения самостоятельного занятия по баскетболу; - Организация судейства по баскетболу. 4. Самостоятельная работа: - выполнение курсового проекта (КП), курсовой работы (КР); - выполнение индивидуального творческого задания						
--	--	--	--	--	--	--

	(ИТЗ); - выполнение расчетно- графического задания (ИТЗ); - написание реферата (Р); - написание эссе (Э); - самостоятельное изучение разделов (перечислить); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий); - подготовка к лабораторным занятиям; - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к коллоквиумам; - подготовка к промежуточной аттестации и т.п.)						
	Раздел 1 – Подготовительные упражнения: упражнения с воланом; индивидуальные упражнения с одним и двумя воланами; парные упражнения с одним и двумя воланами; подвижные игры: «Салки с воланом», «Закинь волан», «Очисти свой сад от камней», «БаскетВол». Упражнения с воланом и ракеткой.	3	-	46	-	26	контрольные нормативы

	Раздел 2 - Обучение технике: подводящие и имитационные упражнения; приемы игры, упражнения на закрепление полученных навыков: хват ракетки; стойка, жонглирование; перемещения; удары (справа, слева, снизу, сверху) открытой и закрытой стороной ракетки; подача закрытой и открытой стороной ракетки. Нападающий удар «смеш».	4	-	32	-	50	контрольные нормативы
	Раздел 3 – Обучение тактике: «Обманных движений»; «Слабых мест соперника»; «Противохода»; «Смены ритма, направления и силы удара». Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО) (Проведение текущих консультаций и индивидуальная работа со студентами) Раздел 3- методико-практический - Методика проведения самостоятельной разминки по баскетболу; - Корригирующая гимнастика для глаз; - Основы самомассажа; - Методика самооценки работоспособности, усталости, утомления; - Самоконтроль за функциональным состоянием организма;						контрольные нормативы

	- Методика оценки физического развития и телосложения; - Методика составления и проведения самостоятельного занятия по баскетболу; - Организация судейства по баскетболу. 4. Самостоятельная работа: - выполнение курсового проекта (КП), курсовой работы (КР); - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - выполнение расчетно-графического задания (ИТЗ); - написание реферата (Р); - написание эссе (Э); - самостоятельное изучение разделов (перечислить); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий); - подготовка к лабораторным занятиям; - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к коллоквиумам; - подготовка к промежуточной аттестации и т.п.)						
Зачет			-		-		контрольные нормативы
итоги:				188		140	

4.3. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1:

Правила игры. Подготовительные упражнения: упражнения с воланом; индивидуальные упражнения с одним и двумя воланами; парные упражнения с одним и двумя воланами; подвижные игры: «Салки с воланом», «Закинь волан», «Очисти свой сад от камней», «БаскетВол». Упражнения с воланом и ракеткой.

Раздел 2:

Обучение технике: подводящие и имитационные упражнения; приемы игры, упражнения на закрепление полученных навыков: хват ракетки; стойка, жонглирование; перемещения; удары (справа, слева, снизу, сверху) открытой и закрытой стороной ракетки; подача закрытой и открытой стороной ракетки. Нападающий удар «смеш».

Раздел 3:

«Обманных движений»; «Слабых мест соперника»; «Противохода»; «Смены ритма, направления и силы удара».

Совершенствование: учебные игры и упражнения (одиночные и парные игры). Судейство соревнований.

4.4. Темы и планы практических/лабораторных занятий

Практическое занятие № 1. Вводная лекция. Общие основы теории бадминтона.

Практическое занятие № 2. Методика начального обучения способом хватки ракетки. Правила игры.

Практическое занятие № 3. Методика начального обучения технике стоек и передвижений. Правила игры.

Практическое занятие № 4. Техника и методика обучения подачам (короткая).

Практическое занятие № 5. Техника и методика обучения подачам (плоская). **Контроль:** бег 100 метров (девушки, юноши).

Практическое занятие № 6. Техника и методика обучения подачам (высокодалекая). Развитие скоростно-силовой выносливости.

Практическое занятие № 7. Обучение и методика преподавания ударов снизу открытой стороной ракетки. **Контроль:** бег 400 метров (девушки, юноши).

Практическое занятие № 8. Обучение тактики игры на сетке. **Контроль:** бег на дистанцию 2000 метров – девушки; 3000 метров – юноши.

Практическое занятие № 9. Обучение и методика преподавания ударов снизу закрытой стороной ракетки.

Практическое занятие № 10. Техника и методика обучения ударов снизу слева и справа. Развитие общей выносливости, работоспособности, усталости, утомления.

Практическое занятие № 11. Техника и методика обучения ударов: укороченные удары.

Практическое занятие № 12. Обучения и методика преподавания ударов сверху открытой стороной ракетки.

Практическое занятие № 13. Обучения и методика преподавания ударов сверху закрытой стороной ракетки. **Контроль: прыжки со скакалкой (кол-во раз за 1 мин.).**

Практическое занятие № 14. Техника и методика обучения ударам из передней зоны: подставка. Развитие обще выносливости.

Практическое занятие № 15. Техника и методика обучения ударам из передней зоны: откидка. Развитие скоростно-силовой выносливости.

Практическое занятие № 16. Техника и методика обучения ударам из передней зоны: добивание.

Практическое занятие № 17. Прием практических умений и навыков. ППФП – суставная гимнастика, упражнения для мелкой мускулатуры рук и пальцев.

Практическое занятие № 18. Обучения и методика преподавания техники атакующих ударов. Развитие гибкости.

Практическое занятие № 19. Обучение и методика преподавания техники ударов у сетки.

Практическое занятие № 20. Методика обучения тактическим действиям в одиночных и парных играх. ППФП – упражнения для формирования правильной осанки.

Практическое занятие № 21. Хват ракетки, упражнения с ракеткой: восьмерки, махи.

Практическое занятие № 22. Основная стойка при подачи. Развитие скоростно-силовых качеств – сила мышц пресса (контроль-сгибание-разгибание туловища из положения сидя, ноги согнуты, фиксированы).

Практическое занятие № 23. Основная стойка при приеме. Развитие координационных способностей.

Практическое занятие № 24. Основная стойка при ударах. Развитие быстроты и ловкости.

Практическое занятие № 25. Подачи. Развитие скоростно-силовых качеств.

Практическое занятие № 26. Жонглирование на разной высоте с перемещением. Развитие скоростно – силовых качеств.

Практическое занятие № 27. Имитация техники ударов справа, слева. Развитие координации.

Практическое занятие № 28. Передвижения по площадке без ракетки, с ракеткой. ППФП - развитие специальной выносливости.

Практическое занятие № 29. Перекидывание волана в парах. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

Практическое занятие № 30. Совершенствование техники держания ракетки, игровым стойкам. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

Практическое занятие № 31 Совершенствование техники подачам. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

Практическое занятие № 32. Совершенствование техники ударов. Развитие специальных качеств волейболиста.

Практическое занятие № 33. Совершенствование техники ударов из передней зоны. Учебная игра.

Практическое занятие № 34. Совершенствование нижнего и верхнего приема мяча. Учебная игра.

Практическое занятие № 35. Прием практических умений и навыков. Передачи в парах.

Практическое занятие № 36. Совершенствование техники атакующих ударов. Развитие прыгучести.

Практическое занятие № 37. Совершенствование технико-тактических действий в одиночных играх. Развитие специальной выносливости. Учебная игра.

Практическое занятие № 38. Совершенствование технико-тактических действий в парных играх. Развитие скоростно – силовых качеств.

Практическое занятие № 39. Техника игры в нападении. Игровые навыки. Учебная игра.

Практическое занятие № 40. Техника игры в защите. Учебная игра. Контроль: тест на гибкость – наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).

Практическое занятие № 41. Тактика игры в нападении. ППФП - развитие специальной выносливости. Учебная игра.

Практическое занятие № 42. Тактика игры в защите. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств. Учебная игра.

Практическое занятие № 43. Передачи в парах. Учебная игра. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

Практическое занятие № 44. Повторение и закрепление действий в защите. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

Практическое занятие № 45. Повторение и закрепление действий в нападении. Развитие координационных способностей.

Практическое занятие № 46. Развитие быстроты и ловкости.
Контроль: прыжок в длину с места (см).

Практическое занятие № 47. Повторение правил игры. Развивать двигательные качества, координацию, силу.

Практическое занятие № 48. Перекидывание волана в парах.
Контроль: поднимание туловища из положения лежа, на спине, ноги согнуты, руки за головой (кол-во раз за 1 мин.).

Практическое занятие № 49. Жонглирование на разную высоту с перемещением. **Контроль:** Подъем ног до прямого угла из положения лежа на спине, руки за головой (кол-во раз).

Практическое занятие № 50. Эстафета с воланом. **Контроль:** Сгибание, разгибание рук в упоре лежа от пола (кол-во раз) – девушки, подтягивание на высокой перекладине из виса – юноши.

Практическое занятие № 51. Контрольные игры. Развитие кондиционных и координационных способностей.

Практическое занятие № 52. Имитация техники ударов справа, слева. Развитие координации.

Практическое занятие № 53. Передвижения по площадке без ракетки, с ракеткой. ППФП - развитие специальной выносливости.

Практическое занятие № 54. Перекидывание волана в парах. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

Практическое занятие № 55. Совершенствование техники держания ракетки, игровым стойкам. ППФП - развитие специальной выносливости, координационных качеств.

5. Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения

Тематика контрольных работ для студентов, освобожденных от практических занятий по элективным дисциплинам (модули) по физической культуре и спорту

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Лечебная физическая культура и средства физического воспитания при индивидуальных отклонениях в состоянии здоровья студента.
2. Осанка человека. Сколиозы.
3. Плоскостопие и двигательный режим.
4. Корригирующая гимнастика при миопии.
5. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему человека.
6. Влияние физических упражнений на дыхательную систему человека.
7. Влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат

человека.

8. Влияние физических упражнений на пищеварительную систему человека.
9. Влияние физических упражнений на нервную систему человека.
10. Основы здорового образа жизни.
11. Оздоровительная физическая культура.
12. Закаливание организма.
13. Физическое воспитание в семье.
14. Самостоятельные занятия физическими упражнениями и спортом.
15. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.
16. Самомассаж.
17. Общие основы теории и методики физического воспитания.
18. Физическая культура и спорт в современном обществе.
19. Нравственное воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом.
20. Состояние и работоспособность студента в период экзаменационной сессии.
21. Подвижные игры - основное средство физического воспитания.
22. Физическое качество - быстрота.
23. Физическое качество - ловкость.
24. Физическое качество - сила.
25. Физическое качество - выносливость.
26. Физическое качество - гибкость.
27. Вид спорта - сущность, характеристика влияния на организм и физическое развитие человека (на примере плавания).
28. Олимпийское движение.
29. Организация и проведение туристических походов.
30. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущего специалиста.

6. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1.	Подготовительные упражнения	Практическое занятие	Личностно -ориентированная технология
2.	Обучение технике	Практические занятия	Здоровьесберегающая технология
			Игровая технология

			Соревновательная технология
3.	Обучение тактике	Практическое занятие	Здоровьесберегающая технология
			Игровая технология
			Соревновательная технология

7. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

Форма контроля (тесты)	Девушки	Баллы	Юноши
	1 курс		1 курс
1. Бег на дистанции 100 метров (сек)	16.4	5	13.4
	16.6	4	13.6
	16.8	3	13.8
	17.0	2	14.0
	17.2	1	14.2
2. Бег на дистанцию 400 метров (сек)	1.20	5	1.05
	1.25	4	1.10
	1.30	3	1.13
	1.35	2	1.15
	1.40	1	1.20
3. Бег на дистанцию 2000 метров – девушки; 3000 метров – юноши (мин., сек)	10.25	5	13.10
	10.20	4	13.15
	10.40	3	13.30
	10.50	2	13.40
	11.00	1	13.50
4. Прыжок в длину с места (см).	190	5	245
	185	4	240
	180	3	235
	175	2	230
	170	1	225
5. Прыжки со скакалкой (кол-во раз в одну минуту)	155	5	155
	150	4	150
	145	3	145
	140	2	140
	135	1	135
6. Сгибание разгибание рук в упоре лежа от пола (кол-во раз) – девушки, подтягивание на высокой перекладине из виса – юноши.	22	5	48
	20	4	45
	18	3	40
	16	2	35
	14	1	30

7. Поднимание туловища из положения лежа на спине, ноги согнуты, фиксированы, руки за головой (кол-во раз за одну минуту).	50	5	54
	45	4	51
	43	3	49
	39	2	47
	37	1	45
8. Подъем ног до прямого угла из положения, лежа на спине, руки за головой (кол-во раз).	61	5	61
	53	4	53
	48	3	48
	45	2	45
	43	1	43
9. Тест на гибкость – наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).	15	5	12
	14	4	11
	13	3	10
	12	2	9
	11	1	8

8. Система оценивания планируемых результатов обучения

Форма контроля	За одну работу		Всего
	Миним. баллов	Макс. баллов	
Текущий контроль:			
Посещение практических занятий	0	52	
Контрольные нормативы	0	50	
Контрольная работа	0	100	
Участие и судейство соревнований	0	10	
Промежуточная аттестация (указать форму)			
Итого за семестр (дисциплину) зачёт/зачёт с оценкой/экзамен			100 баллов

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Основная литература

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. — М: Издательство «Спорт», 2016. — 616 с. — ISBN 978-5-906839-42-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55593.html>
2. Иванков, Ч. Т. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях / Ч. Т. Иванков, С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 103 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-11441-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>
3. Круговая тренировка в системе физического воспитания студентов: учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей / составители Е. В. Готовцев, И. А. Анохина, В. И. Козлов. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 95 с. — ISBN 978-5-7731-0505-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/72915.html>

4. Мостовая, Т. Н. Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе: учебно-методическое пособие для высшего образования / Т. Н. Мостовая. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. — 72 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65717.html>
5. Профессионально-прикладная физическая подготовка: учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.]; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/447152>
- Решетников Н.В.; Кислицын Ю.Л.; Палтиевич Р.Л.; Погадаев Г.И. Физическая культура: учебник. — М.: Академия, 2012. — 176 с.— ISBN 978-5-7695-8908-9 <http://knigovodstvo.ru/book/1284>
6. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444895>

9.2. Дополнительная литература

1. Волокитин, А. В. Здоровье в движении: учебное пособие / А. В. Волокитин, Р. С. Телегин. — Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2018. — 58 с. — ISBN 978-5-88247-870-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83190.html>.
2. Ерёмина, Л. В. Спортивные игры в вузе. Волейбол: учебно-методическое пособие / Л. В. Ерёмина. — Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2018. — 88 с. — ISBN 978-5-94839-660-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87205.html>.
3. Замчевская, Е. С. Использование элементов баскетбола в круговой тренировке во время учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» в техническом вузе: учебное пособие / Е. С. Замчевская. — Белгород: Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2017. — 65 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/80418.html>.
4. Подвижные игры. Учебное пособие Шалаев О.С., Мишенькина В.Ф., Эртман Ю.Н., Ковыршина Е.Ю. 2019, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта.
5. Теория, методика и практика физического воспитания: учебное пособие / А. В. Сафощин, Ч. Т. Иванков, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова. — 2-е изд. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2019. — 392 с. — ISBN 978-5-4263-0744-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/94698.html>.
6. Якимов, А. М. Инновационная тренировка выносливости в циклических видах спорта / А. М. Якимов, А. С. Ревзон. — Москва: Издательство «Спорт», 2018. — 100 с. — ISBN 978-5-9500178-3-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL:

9.3. Периодические издания

1. Физкультура и спорт - <http://fismag.ru/>
2. Спортивная жизнь России - <http://www.fizkult-ura.ru/books/journals>
3. Теория и практика физической культуры - <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3>
4. Человек. Спорт. Медицина. - <http://hsm.susu.ru/hsm>
5. Sociology of sport - <http://journals.humankinetics.com/journal/ssj>
6. Информационный спортивный ресурс - <http://www.olympic.ru/>
7. Наука и спорт: современные тенденции - https://www.sportacadem.ru/nauka/nauchno-teoriticheskiy_zhurnal_nauka_i_sport_sovremennye_tendentsii/
8. The sport journal - <http://thesportjournal.org/>
9. Physical therapy in sport - www.physicaltherapyinsport.com/

9.4. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License (бессрочная), (лицензия 49512935).
2. Microsoft Sys Ctr Standard Sngl License/Software Assurance Pack Academic License 2 PROC (бессрочная), (лицензия 60465661).
3. Microsoft Win Home Basic 7 Russian Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351).
4. Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная) (лицензия 61031351).
5. Microsoft Windows Proffesional 8 Russian Upgrade Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351).
6. Microsoft Internet Security&Accel Server Standart Ed 2006 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549).
7. Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880).
8. Microsoft Windows Server CAL 2008 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880).
9. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Расширенный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational Renewal License (лицензия 2022-190513-020932-503-526), срок пользования с 2019-05-13 по 2021-04-13.
10. ABBYY FineReader 11 Professional Edition, (бессрочная), (лицензия AF11-2S1P01-102/AD).
11. Microsoft Windows Pro 64bit DOEM, (бессрочная), контракт № 6-ОАЭФ2014 от 05.08.2014.
12. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года.
13. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Расширенный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational Renewal License (лицензия 2022-190513-

020932-503-526), срок пользования с 2019-05-13 по 2021-04-13.
14. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года.

9.5. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года;
2. Официальный Web-сайт СахГУ <http://sakhgu.ru/>; сахгу.рф
3. Система независимого компьютерного тестирования в сфере образования <http://i-exam.ru/>
4. Сайт научной электронной библиотеки eLIBRARY <http://elibrary.ru>
5. Сайт университетской библиотеки ONLINE <http://www.biblioclub.ru/>
6. Сайт электронно-библиотечной системы IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
7. Сайт информационной справочной системы Polpred.com <http://polpred.com/>
8. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (- <http://www.consultant.ru/>)
9. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru/>)
10. 3.Сайт Министерства Спорта Российской Федерации. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>
11. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru>
12. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - <http://www.window.edu.ru>
13. Российский портал открытого образования - <https://openedu.ru/>
14. Портал Электронная библиотека: диссертации - <http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog/>
15. Портал научной электронной библиотеки - <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
16. Портал Электронная библиотека диссертаций - <http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog/>
17. Сайт Российской Академии Наук. - Режим доступа: <http://www.ras.ru/sciencestructure.aspx>
18. Сайт Института научной информации по общественным наукам РАН. - Режим доступа: <http://www.inion.ru>

10. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;

- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;

- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;

- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

для глухих и слабослышащих:

- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;

- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;
- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные практические занятия по ОФП проводятся - в спортивном зале № 1 (ул. Ленина, 290), зале №2 (ул. Пограничная, 68).

Волейбольный зал (с площадкой 18х9м). Волейбольная сетка. Баскетбольный зал (с площадкой 28х15м). Баскетбольные щиты с кольцами. Гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, Гимнастические маты, скакалки, мячи набивные, гантели, мячи волейбольные, баскетбольные.

Приложение 1 - Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине (модулю).

Оценка качества учебной работы – объективность знаний, умений и навыков (ЗУН) студентов в каждом семестре оценивается: «отлично» - 85–100 баллов; «хорошо» - 70-84 балла; «удовлетворительно» - 52–69 баллов; «неудовлетворительно – 0–51 балл.

Условиями накопления баллов и критериями оценки является:

- регулярность посещения занятий;
- выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке (разработанных кафедрой физического воспитания для студентов специальной медицинской группы - доступные виды);

- выполнение индивидуального комплекса УГГ (утренней гигиенической гимнастики); выполнение упражнений оздоровительной физической культуры по выбору;
- занятие в секциях;
- участие в соревнованиях всех уровней и спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
- судейство соревнований.

Студенты, освобожденные от практических занятий, на весь период обучения или семестр, или пропустившие по уважительной причине (болезни) более 50% занятий - вместо практических занятий, должны представить контрольную работу для аттестации в текущем семестре. В первом семестре студенты пишут контрольную работу, связанную с особенностями использования средств лечебной физической культуры при их индивидуальных отклонениях в состоянии здоровья.

Приложение 2 - Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

Методические рекомендации к практическим занятиям: При подготовке к практическим занятиям обучающимся необходимо подготовиться к занятиям в спортивном зале. Занятия проходят в зале по спортивным играм. Студент обязан явиться на занятие в соответствующей форме: спортивный костюм, спортивная обувь с нескользящей подошвой. Спортивный инвентарь студенту выдает преподаватель. Важно соблюдать правила техники безопасности: передвигаться по спортивному залу только по команде преподавателя. На практических занятиях оцениваются и учитываются все виды активности студентов: активное выполнение двигательных задач, устные ответы, дополнения к ответам других студентов, участие в состязаниях, работа в группах. Особое место на практических занятиях занимает выполнение контрольных нормативов. Чтобы их выполнить необходимо не пропускать практические занятия и выполнять домашние задания самостоятельно. Участие в спортивных соревнованиях позволит студенту получить дополнительные баллы.