

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Физическая культура и спорт»**

Направление подготовки (специальность)

**49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки « Спортивная тренировка»

**Квалификация (степень) выпускника – бакалавр**

**Форма обучения**


**Очная, заочная**

**Владикавказ 2017**

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 4 декабря 2015 г., № 1426, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным ученым советом ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» от 27.04.2017 г., протокол № 11.

Составитель: Старший преподаватель Баскаев Б.А.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин (30 июня 2017 г., протокол № 11)

Зав. каф.  Хамикоев Феликс Георгиевич

Одобрена советом факультета физической культуры и спорта (3 июля 2017 г., протокол № 5)

Председатель  Хамикоев Феликс Георгиевич

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	1-2	1-2
Семестр	1-4	1-4
Практические занятия		
Лекции	72	8
Консультации		
Итого аудиторных занятий	72	
Самостоятельная работа		55
Курсовая работа		
Форма контроля		
экзамен	4 сем	4 сем (9 часов)
Зачет		
Общее количество часов	72	72

## 1. Структура, и общая трудоемкость дисциплины

общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура» составляет 72 часа (2 ЗЕТ)

### 1.1. Распределение учебных часов по семестрам

	Семестр	Кол-во часов ОФО (ЗФО)								Форма контроля
		Лек	П	Лек	П	Лек	П	Лек	П	
Баскетбол	1	18(2)								
Волейбол	2			18(2)						
Ручной мяч	3					18(2)				
Футбол	4							18(2)		Экзамен

## 2. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенции.

### Задачи дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **3. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» реализуется в рамках базовой части Блока 1 учебного плана.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения, формируемые предшествующими дисциплинами школьной программы по предмету «Физическая культура».

### **4. Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины)**

**Процесс изучения дисциплины направлен на формирование у выпускника следующих компетенций:**

#### **а) общекультурные (ОК):**

**ОК-8** - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

#### **общепрофессиональные (ОПК):**

**ОПК-10** - Способность формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни

#### **профессиональные (ПК):**

**ПК-6** - Способность осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни

#### **В результате освоения дисциплины студент должен**

##### **Знать:**

- методы физического воспитания и укрепления здоровья (ОК-8);
- требования к уровню физической подготовленности для социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);
- цели, задачи и характер физкультурно-спортивной деятельности (ОПК-10);
- методы пропаганды здорового образа жизни среди различных групп населения (ОПК-10);
- методы формирования мотивационно-ценностной ориентации и установки ведения здорового образа жизни (ОПК-10);
- основные принципы здорового образа жизни (ПК-6);
- средства и методы обучения навыкам здорового образа жизни (ПК-6).

**Уметь:**

- самостоятельно, методически правильно использовать методы физического воспитания и укрепления здоровья (ОК-8);
- самостоятельно достигать определенного уровня физической подготовленности (ОК-8);
- формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности (ОПК-10);
- использовать методы формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установки ведения здорового образа жизни (ОПК-10);
- выбирать средства и методы, обеспечивающие формирование здорового образа жизни (ПК-6);
- осуществлять обучение навыкам здорового образа жизни средствами ФСД (ПК-6).

**Владеть:**

- средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья (ОК-8);
- готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);
- методами формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности (ОПК-10);
- методами формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установки ведения здорового образа жизни (ОПК-10);
- средствами и приемами формирования у лиц осознанного отношения к состоянию своего здоровья и обеспечению активного долголетия (ПК-6);
- навыками контроля и анализа за состоянием здоровья занимающихся (ПК-6).

## 5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

Ном ер неде ли	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Кол-во баллов		Лит-ра
		л	пр	Содержание	Ч		min	max	
Баскетбол									
1	История возникновения и развития баскетбола	2				конспект			1– 6
2	Обучение навыкам игры в баскетбол. Техника игры в нападении	2				конспект			1– 6
3	Обучение навыкам игры в баскетбол. Техника игры в защите.	2				конспект			1– 6
4	Организация и проведение соревнований	4				конспект			1– 6
5	Обучение навыкам игры в баскетболе. Тактика игры в нападении.	4				конспект			1– 6
6	Обучение навыкам игры в баскетболе. Тактика защиты.	2				конспект			1– 6
7	Правила соревнований.	2				конспект			1– 6
ИТОГО		18							
Волейбол									
1	История, современное состояние и перспективы развития волейбола.	2				конспект			1-7

<b>2</b>	Организация и особенности методики занятий по волейболу в школе	2				конспект			<b>1-7</b>
<b>3</b>	Характеристика техники и методики обучения в волейболе.	2				конспект			<b>1-7</b>
<b>4</b>	Общая характеристика тактики игры.	2				конспект			<b>1-7</b>
<b>5</b>	Обучение навыкам игры в волейбол. Обучение технике игры.	10							<b>1-7</b>
<b>ИТОГО</b>		18							
<b>Ручной мяч</b>									
<b>1</b>	Спортивные игры в системе физического воспитания, история возникновения и развития гандбола.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>2</b>	Содержание игры, характеристика основных игровых приемов в нападении и защите.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>3</b>	Техника и тактика игры в нападении.	4				конспект			<b>1-5</b>
<b>4</b>	Техника и тактика игры в защите.	4				конспект			<b>1-5</b>
<b>5</b>	Особенности преподавания гандбола в школе и методика преподавания.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>6</b>	Основы методики судейства и содержание правил соревнований.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>7</b>	Организация и проведение соревнований по	2				конспект			<b>1-5</b>

	спортивным играм								
<b>ИТОГО</b>		18							
<b>Футбол</b>									
<b>1</b>	Возникновение и развитие игры.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>2</b>	История, современное состояние и перспективы развития футбола.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>3</b>	Тактика игры	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>4</b>	Командная тактика	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>5</b>	Тактика игры защиты и нападения	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>6</b>	Технико-тактические действия.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>7</b>	Индивидуальная, групповые, командные технико-тактические действия.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>8</b>	Техника игры.	2				конспект			<b>1-5</b>
<b>9</b>	Техника игры защиты и нападения	2				конспект			<b>1-5</b>



## **6. Образовательные технологии**

Для достижения планируемых результатов освоения дисциплины, используются различные образовательные технологии:

- методы обучения, направленные на первичное овладение знаниями;
- метод, направленный на совершенствование знаний и формирование умений и навыков.

Методы обучения, направленные на первичное овладение знаниями:

- информационно-развивающие, такие как - демонстрация (демонстрация наглядных пособий, табличного материала, использование дисплейного отражения информации – видеометод);
- объяснение материала;
- лекция-визуализация с использованием мультимедийных средств обучения;
- традиционные лекции и практические (семинарские) занятия с использованием современных интерактивных технологий;
- лекция-диалог – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.
- онлайн-семинар – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника (Zoom, Meet, Skype и др.);
- видеоконференция – сеанс видеоконференцсвязи (ВКС) – это технология интерактивного взаимодействия двух и более участников образовательного процесса для обмена информацией в реальном режиме времени.

Метод обучения, направленный на совершенствование знаний и формирование умений и навыков:

- репродуктивный метод обучения (детальный разбор).

Технология проблемного обучения включает проблемно-поисковый метод (организация коллективной мыслительной деятельности в работе малыми группами).

Технология активного обучения включает групповой метод активного обучения и индивидуальный метод активного обучения.

Групповой метод активного обучения, включающий анализ конкретных ситуаций, имитационные упражнения (разбор конкретных ситуаций по навыку).

Индивидуальный метод активного обучения (работа с тетрадью, зарисовка, конспектирование материала).

Технология оценивания достижений, обучающихся (тестирование, опрос).

Технологии электронного обучения реализуются при помощи электронной образовательной среды СОГУ (при использовании ресурсов ЭБС), в ходе проведения автоматизированного тестирования и т.д.

## **7. Методические указания по дисциплине**

### **7.1. Методические рекомендации по использованию информационно-коммуникационных технологий обучения**

Для изучения лекционного материала дисциплины могут применяться аудиовизуальные (мультимедийные) технологии, которые не отрицают традиционные, проверенные временем методы преподавания, но, при этом, они повышают наглядность, информативность, оперативность в подаче информации, позволяют экономить время занятий.

Каждое занятие имеет свою особую форму проведения, свою методологическую специфику, что позволяет развивать у студентов общепрофессиональные и профессиональные компетенции. Постановка проблемы, разбор актуальных конкретных и гипотетических ситуаций, создание атмосферы диалога между преподавателем и группой позволяет работать индивидуально и в малых группах, коллективно обсуждать определенный тематический материал, а также инициировать самостоятельную работу студентов. При осмыслении содержания вопросов занятий преследуется цель соблюдать преемственность в профессиональном и в творческом развитии студентов.

Компьютерное тестирование позволяет осуществлять итоговый контроль знаний студентов. Тестовый материал включает в себя содержание вопросов по каждому из обозначенных программой разделов.

Каждый вопрос предполагает один или несколько вариантов ответов, среди которых имеются абсолютно неверный, правильный и/или в большей или меньшей степени раскрывающий сущность вопроса. В тестовых заданиях есть вопросы на соответствие. В процессе компьютерного тестирования, задача студента определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов.

Критерии оценивания по каждому виду работы содержатся в разделе 8 РПД.

### **7.2. Рекомендации студентам по изучению и конспектированию литературы**

Работа с учебной и научной литературой является важным и сложным видом самостоятельной работы. Существует основная и рекомендуемая студентам литература, изучение и проработка которой позволяют (в совокупности с изучением лекционного материала) освоить программу дисциплины в требуемом объеме и с необходимым качеством результатов.

Особое внимание следует уделить изучению базовых учебных пособий, либо непосредственно относящихся к изучаемой дисциплине, либо включающих разделы и темы, которые отвечают содержанию дидактических единиц и программе по данной дисциплине.

Большую пользу дает изучение статей, в которых, как правило, рассматриваются современные проблемы изучаемой дисциплины, интересные научные факты и открытия.

Для лучшего усвоения материала рекомендуется осуществлять конспектирование литературы, делать для себя краткие записи (заметки).

#### **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

<b>Форма контроля</b>	<b>Минимальное количество баллов</b>	<b>Максимальное количество баллов</b>
Текущая работа студентов в течении 1-8 недели (в том числе):	0	20
- выполнение заданий на практических занятиях.	0	7
-мини тестирование.	0	3
Самостоятельная работа		3
- посещение занятий.	0	7
1-ая рубежная аттестация.	0	30
Текущая работа студентов в течении 10-18 недели (в том числе)	0	20
- выполнение заданий на практических занятиях.	0	7
-мини тестирование.	0	3
Самостоятельная работа		3
- посещение занятий.	0	7
2-ая рубежная аттестация.	0	30
Итого.	100	

#### **Порядок осуществления рубежного контроля и подсчёта итоговой оценки**

**1–я рубежная аттестация** - максимально 50 баллов; из них:

От 0 до 30 баллов ( $P_1$ ) – аттестационная (рубежная) контрольная работа;

От 0 до 20 баллов ( $T_1$ )– текущая работа студента в течение рубежа.

**2 -я рубежная аттестация** – максимально 50 баллов; из них:

От 0 до 30 баллов ( $P_2$ ) – аттестационная (рубежная) контрольная работа.

От 0 до 20 баллов ( $T_2$ ) – текущая работа студента в течение рубежа.

**Экзамен (Э)** – максимально 60 баллов.

### Зачет (З) – максимально 60 баллов

Минимальное количество баллов, которое студент может набрать в ходе изучения курса для получения зачета, – 56; максимальное – 100. Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 20 баллов за каждый рубеж; за тестирование – до 30 баллов на каждой рубежной контрольной, до 60 баллов на устном ответе.

Студент, набравший на рубежных аттестациях 36 и более баллов, **обязан сдавать экзамен (в устной форме) комиссионно** во время сессии. Итоговая оценка выводится следующим образом:

$$O = T_1 + T_2 + \frac{P_1 + P_2 + \vartheta}{2}$$

Студент, набравший на рубежных аттестациях менее 36 баллов, к сдаче экзамена в сессию не допускается.

По предметам, имеющим форму контроля зачет, возможно проставление оценки «зачтено», если количество набранных баллов составляет 56 и более. Если же студент набрал менее 56 баллов, то он обязан сдавать зачет в сессию в таком же порядке, как и экзамен.

Если итоговая оценка выводится по материалам двух и более семестров, то итоговая оценка выставляется с учетом коэффициентов ( $0 < K_1, K_2 < 1$ ) за каждый семестр, определяемых преподавателем (лектором) по значимости или времени изучения учебного материала по семестрам

$$O = K_1(T_1 + T_2) + K_2(T'_1 + T'_2) + \frac{K_1(P_1 + P_2) + K_2(P'_1 + P'_2) + \vartheta}{2}$$

(например, если 40 % программного материала по курсу приходится на 1 семестр ( $K_1 = 0,4$ ) и 60 % на второй семестр ( $K_1 = 0,6$ ). Решение о порядке расчета годового рейтинга принимается на заседании кафедры и утверждается заведующим кафедрой).

### Шкала итоговой академической успеваемости студентов

Система оценок СОГУ		
Сумма баллов	Название	Числовой эквивалент
86 - 100	Отлично	5
71-85	Хорошо	4
56-70	Удовлетворительно	3
36-55	Неудовлетворительно	2
0-35		2

Пересчет полученной итоговой (О) суммы баллов по предмету в оценку производится по шкале:

- «отлично» - 86-100 баллов;
- «хорошо» - 71-85 баллов;
- «удовлетворительно» - 56-70 баллов;
- «зачет» - 56-100 баллов;

- Студенты, набравшие 55 баллов и менее по дисциплинам, предусматривающим экзамен; по дисциплинам, предусматривающим зачёт – 55 балла и менее – получают оценку «неудовлетворительно» или «не зачтено» соответственно.

### **8.1. Вопросы к экзамену по курсу «Физическая культура и спорт»**

1. Характеристика спортивных игр, их специфические признаки.
2. Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания.
3. Баскетбол как вид спорта и средство физического воспитания.
4. Футбол как вид спорта и средство физического воспитания.
5. Способы проведения соревнований по спортивным играм (системы розыгрыша).
6. Взаимосвязь видов подготовки.
7. Техника игры в волейбол. Классификация.
8. Техника игры в баскетбол. Классификация.
9. Техника игры в футбол. Классификация.
10. Техника игры в нападении (волейбол).
11. Техника игры в нападении (баскетбол).
12. Техника игры в нападении (футбол).
13. Техника игры в защите (волейбол).
14. Техника игры в защите (баскетбол).
15. Техника игры в защите (футбол).
16. Тактика игры в волейбол. Классификация.
17. Тактика игры в баскетбол. Классификация.
18. Тактика игры в футбол. Классификация.
19. Индивидуальные тактические действия в нападении (волейбол).
20. Индивидуальные тактические действия в нападении (баскетбол).
21. Индивидуальные тактические действия в нападении (футбол).
22. Групповые тактические действия в нападении (волейбол).
23. Групповые тактические действия в нападении (баскетбол).
24. Групповые тактические действия в нападении (футбол).
25. Командные тактические действия в нападении (волейбол).
26. Командные тактические действия в нападении (баскетбол).
27. Командные тактические действия в нападении (футбол).
28. Индивидуальные тактические действия в защите (волейбол).
29. Индивидуальные тактические действия в защите (баскетбол).
30. Индивидуальные тактические действия в защите (футбол).
31. Групповые тактические действия в защите (волейбол).
32. Групповые тактические действия в защите (баскетбол).
33. Групповые тактические действия в защите (футбол).
34. Командные тактические действия в защите (волейбол).
35. Командные тактические действия в защите (баскетбол).
36. Командные тактические действия в защите (футбол).
37. Физическая подготовка волейболистов

38. Физическая подготовка баскетболистов
39. Физическая подготовка футболистов
40. Развитие специальных физических качеств, необходимых для игры в волейбол
41. Развитие специальных физических качеств, необходимых для игры в баскетбол
42. Развитие специальных физических качеств, необходимых для игры в футбол
43. Обучение игровой и соревновательной деятельности волейболистов
44. Обучение игровой и соревновательной деятельности баскетболистов
45. Обучение игровой и соревновательной деятельности футболистов
46. Определение уровня физического развития баскетболиста. Контрольные нормативы.
47. Определение уровня физического развития футболистов. Контрольные нормативы.
48. Определение уровня физического развития волейболистов. Контрольные нормативы.
49. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по баскетболу. Гигиенические требования к инвентарю, к оборудованию, к одежде занимающегося.
50. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по волейболу. Гигиенические требования к инвентарю, оборудованию, к одежде занимающегося.
51. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по футболу. Гигиенические требования к инвентарю, оборудованию, к одежде занимающегося.
52. Организация соревнований. Составление положения, заявок на участие в соревнованиях. Заполнение протоколов. Представитель команды. (волейбол)
53. Активные формы защиты в баскетболе.
54. Пассивные формы защиты в баскетболе.
55. Функции игроков в баскетболе (центральной нападающий, защитник).
56. Функции игроков в волейболе (блокирующий, диагональный нападающий, пасующий, «либеро», защитник).
57. Функции игроков в футболе (вратарь, игроки линии защиты, игроки средней линии, игроки линии нападения).
58. Виды соревнований. Способы розыгрыша. Расписание соревнований. Обеспечение соревнований по баскетболу. (Ситуации, замены игроков, минутные перерывы, мячи).
59. Виды соревнований. Способы розыгрыша. Расписание соревнований. Обеспечение соревнований по волейболу. (Замены игроков, минутные перерывы).
60. Виды соревнований. Способы розыгрыша. Расписание соревнований. Обеспечение соревнований по футболу. (Ситуации, замены игроков, минутные перерывы, пенальти).
61. Структура учебно-тренировочного занятия. Характеристика частей учебно-тренировочного занятия (вводной, подготовительной, основной, заключительной).
62. Волейбол на уроках физической культуры со школьниками разного возраста. Специфика задач, средств и методики обучения.

63. Обучение технике вратаря.
64. Волейбол в физическом воспитании различных категорий населения.
65. Методика исправления ошибок при обучении.
66. Особенности проведения занятий по волейболу в общеобразовательной школе, спортивной секции, вузе.
67. Особенности подготовки детей различного возраста в связи с физиологическими и психологическими изменениями, происходящими в организме.
68. История развития футбола в России.
69. Техника отбора мяча в футболе.
70. История возникновения и развития волейбола.
71. Техника вратаря. Классификация.
72. Обучение технике передвижений футболистов.

## **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **Баскетбол**

#### **а) основная литература:**

1. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>. – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст: электронный.
2. Шамрай, С.Д. Физическая культура: учебное пособие: [16+] / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург: Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906697-32-5. – Текст: электронный.
3. Герасимов, К.А. Физическая культура: баскетбол: [16+] / К.А. Герасимов, В.М. Климов, М.А. Гусева; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017. – 51 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576215>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-3332-4. – Текст: электронный.

#### **б) дополнительная литература:**

4. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский

государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 136 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>. – Библиогр.: с. 128-130. – Текст: электронный.

5. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 108 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

6. Чернякова, С.Н. Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Баскетбол»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для бакалавров 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки Тюменского государственного университета: [16+] / С.Н. Чернякова; отв. ред. И.В. Манжелей. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016. – 34 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574727> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

### **Волейбол:**

1. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст: электронный.

2. Шамрай, С.Д. Физическая культура: учебное пособие: [16+] / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург: Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906697-32-5. – Текст: электронный.

3. Фетисова, С.Л. Волейбол : учебное пособие : [16+] / С.Л. Фетисова, А.М. Фокин, Ю.Я. Лобанов ; Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2018. – 97 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577516> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8064-2572-1. – Текст : электронный.

### **б) дополнительная литература:**

4. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский



государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 136 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370> – Библиогр.: с. 128-130. – Текст: электронный.

5. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 108 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

6. Чернякова, С.Н. Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Баскетбол»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для бакалавров 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки Тюменского государственного университета: [16+] / С.Н. Чернякова ; отв. ред. И.В. Манжелей. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016. – 34 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574727> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

7. Астахова, М.В. Волейбол : учебно-методическое пособие : [16+] / М.В. Астахова, В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 132 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4904-6. – DOI 10.23681/426425. – Текст : электронный.

### **Ручной мяч:**

#### **а) основная литература:**

1. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст: электронный.

2. Шамрай, С.Д. Физическая культура: учебное пособие: [16+] / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург: Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906697-32-5. – Текст: электронный.

3. Игнатьева, В.Я. Теория и методика гандбола : учебник : [12+] / В.Я. Игнатьева. – Москва : Спорт, 2016. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454242> – ISBN 978-5-906839-45-9. – Текст : электронный.

#### **б) дополнительная литература:**

**4.** Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 136 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370> – Библиогр.: с. 128-130. – Текст: электронный.

**5.** Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 108 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

### **Футбол:**

#### **а) основная литература:**

**1.** Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст: электронный.

**2.** Шамрай, С.Д. Физическая культура: учебное пособие: [16+] / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург: Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906697-32-5. – Текст : электронный.

**3.** Губа, В.П. Теория и методика футбола : учебник : [12+] / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – Москва : Спорт, 2015. – 568 с. : ил., табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430456> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9906578-9-2. – Текст : электронный.

#### **б) дополнительная литература:**

**4.** Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской

Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 108 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

5. Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол : [16+] / сост. В.В. Чеботарев, А.В. Чеботарев ; Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского». – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 122 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576643> – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

### в) Интернет-ресурсы

Для Северо-Осетинского государственного университета открыт доступ к следующим электронным библиотечным системам (ЭБС) и подписным электронным ресурсам:

- Электронная библиотека диссертации и авторефератов РГБ(ЭБД РГБ) (<https://dvs.rsl.ru>)
- ЭБС"Университетская библиотека ONLINE" (<https://biblioclub.ru>)
- ЭБС «Научная электронная библиотека eLibrary.ru» (<http://elibrary.ru>.)
- Универсальная баз данных East View (<https://dlib.eastview.com>)
- ЭБС «Консультант студента» Студенческая электронная библиотека по медицинскому и фармацевтическому образованию, а также по естественным и точным наукам в целом (<http://www.studentlibrary.ru>)
- ЭБС «Юрайт» - образовательная среда, включающая виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по всем направлениям и специальностям ([www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru))

Рекомендуемые интернет-адреса по дисциплине «Физическая культура и спорт»:

#### Баскетбол:

- 1.<http://fiz-cultura.ucoz.ua/publ/basketbol/7>
- 2.[http://mtdonuetnfv.ucoz.ru/index/ehlektronnyj\\_uchebnik\\_po\\_basketbolu/0-](http://mtdonuetnfv.ucoz.ru/index/ehlektronnyj_uchebnik_po_basketbolu/0-)

#### Волейбол:

- 1.<http://www.FIVB.com>
- 2.<http://www.CEV.com>
- 3.<http://www.voley.ru>.

#### Ручной мяч:

- 1.<http://www.offsport.ru/handball/7x7.shtml>
2. [http://znamus.ru/page/hand\\_ball](http://znamus.ru/page/hand_ball)
- 3.<http://sports-facts-and-sensations.ru/gandbol.html>

## Футбол:

1. <https://rfs.ru/>
2. <http://футбол-удары.рф/detskiy-futbol-1.html>
3. <https://footballrules.ru/football-laws-17-18/>

## 10. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

362025, Республика Северная Осетия- Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, учебный корпус №8

### **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №12:**

преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 36 посадочных мест; мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.

### **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 9:**

преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 38 посадочных места; интерактивная доска IQ Board; ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.

### **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №10:**

преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 38 посадочных места; интерактивная доска IQ Board; ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.

## 11. Лист обновления/актуализации

Дополнения и изменения в учебной программе на 2018/2019 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования».

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

3. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017, протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СОГУ».

1-я рубежная аттестации максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов - аттестационная (рубежная) контрольная работа;

от 0 до 25 баллов - текущая работа студента в течение рубежа.

2-я рубежная аттестация — максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов — аттестационная (рубежная) контрольная работа,

от 0 до 25 баллов — текущая работа студента в течение рубежа.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2018-2019 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 21 июня 2018 г, протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 25 июня 2018 г, протокол № 5.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2019/2020 учебный год

1. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017 протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СОГУ».

1 рубежная аттестации максимально 50 баллов;

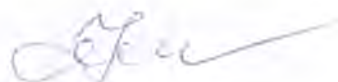
Текущая работа студента в течение рубежа 50 баллов.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2019 г., протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 5 июля 2019 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



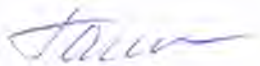
Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2020/2021 учебный год

Изменения не вносились

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2020 г., протокол № 11.

Зав. кафедрой



З.А. Гагиева

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 6 июля 2020 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев