

Компонент ОПОП 49.03.01 Физическая культура, направленность (профили)  
Тренер-преподаватель  
наименование ОПОП

Б1.О.29  
шифр дисциплины

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины  
(модуля)

Теория и методика спортивных игр

---

Разработчик (и):

Чайников Сергей Александрович  
ФИО

Доцент кафедры ЗиАФК  
должность

кандидат педагогических наук, доцент  
ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и адаптивной  
физической культуры

наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

\_\_\_\_\_ А.С. Шемереко

подпись

Мурманск  
2024

## Пояснительная записка

Объем дисциплины 4 з.е.

### 1. Результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с индикаторами достижения компетенций, установленными образовательной программой

Компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ИД-1ОПК-1 Знает положения теории физической культуры и спорта, физиологические характеристики нагрузки, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста ИД-2ОПК-1 Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой, осуществляет разработку содержания занятий по избранному виду спорта ИД-3ОПК-1 Имеет опыт разработки содержания занятий по избранному виду спорта с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю возникновения спортивных игр;</li> <li>- санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе по спортивным играм;</li> <li>- характеристику спортивных игр, их специфические признаки;</li> <li>- основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр;</li> <li>- основы обучения, технике, тактике игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>- структуру соревновательной деятельности в спортивных играх и систему соревнований;</li> <li>- структуру системного характера подготовки спортсменов в спортивных играх;</li> <li>- организацию и методы комплексного контроля в спортивных играх;</li> <li>- факторы риска, нормы и правила техники безопасности организации и проведения занятий (уроков) по спортивным играм.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать конкретные задачи физического воспитания, спортивной тренировки с использованием спортивных игр (с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности занимающихся, условий для занятий, уроков);</li> <li>- подбирать адекватные средства для решения поставленных задач;</li> <li>- использовать разнообразные методы формирования двигательного действия в спортивных играх.</li> <li>- определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям, находить способы их устранения;</li> <li>- оценить эффективность проводимых уроков (занятий);</li> <li>- планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев, оказать первую доврачебную помощь пострадавшему.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <p>профессиональной речью и специальными жестами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой обучения спортивным играм и методикой проведения спортивных соревнований;</li> <li>- навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств.</li> </ul>

<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ИД-1ОПК-7 Знает правила безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом, основы оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях. ИД-2ОПК-7 Умеет обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм, оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях. ИД-3ОПК-7 Имеет опыт проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, владеет навыками оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю возникновения спортивных игр;</li> <li>- санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе по спортивным играм;</li> <li>- характеристику спортивных игр, их специфические признаки;</li> <li>- основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр;</li> <li>- основы обучения, технике, тактике игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>- структуру соревновательной деятельности в спортивных играх и систему соревнований;</li> <li>- структуру системного характера подготовки спортсменов в спортивных играх;</li> <li>- организацию и методы комплексного контроля в спортивных играх;</li> <li>- факторы риска, нормы и правила техники безопасности организации и проведения занятий (уроков) по спортивным играм.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать конкретные задачи физического воспитания, спортивной тренировки с использованием спортивных игр (с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности занимающихся, условий для занятий, уроков);</li> <li>- подбирать адекватные средства для решения поставленных задач;</li> <li>- использовать разнообразные методы формирования двигательного действия в спортивных играх.</li> <li>- определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям, находить способы их устранения;</li> <li>- оценить эффективность проводимых уроков (занятий);</li> <li>- планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев, оказать первую доврачебную помощь пострадавшему.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <p>профессиональной речью и специальными жестами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой обучения спортивным играм и методикой проведения спортивных соревнований;</li> <li>- навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств.</li> </ul>
--	--	---

<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ИД-1ОПК-9 Знает методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в избранном виде спорта. ИД-2ОПК-9 Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, определять степень соответствия их контрольным нормативам. ИД-3ОПК-9 Имеет опыт проведения тестирования подготовленности занимающихся; владеет навыками анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в избранном виде спорта.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю возникновения спортивных игр;</li> <li>- санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе по спортивным играм;</li> <li>- характеристику спортивных игр, их специфические признаки;</li> <li>- основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр;</li> <li>- основы обучения, технике, тактике игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>- структуру соревновательной деятельности в спортивных играх и систему соревнований;</li> <li>- структуру системного характера подготовки спортсменов в спортивных играх;</li> <li>- организацию и методы комплексного контроля в спортивных играх;</li> <li>- факторы риска, нормы и правила техники безопасности организации и проведения занятий (уроков) по спортивным играм.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать конкретные задачи физического воспитания, спортивной тренировки с использованием спортивных игр (с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности занимающихся, условий для занятий, уроков);</li> <li>- подбирать адекватные средства для решения поставленных задач;</li> <li>- использовать разнообразные методы формирования двигательного действия в спортивных играх.</li> <li>- определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям, находить способы их устранения;</li> <li>- оценить эффективность проводимых уроков (занятий);</li> <li>- планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев, оказать первую доврачебную помощь пострадавшему.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <p>профессиональной речью и специальными жестами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой обучения спортивным играм и методикой проведения спортивных соревнований;</li> <li>- навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств.</li> </ul>
---	--	---

<p>ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>ИД-1ОПК-13 Знает виды и организацию соревнований в избранном виде спорта, состав судейской коллегии по видам спорта и функции отдельных спортивных судей. ИД-2ОПК-13 Умеет организовывать и проводить судейство спортивных соревнований. ИД-3ОПК-13 Имеет опыт участия в судействе спортивных соревнований по избранному виду спорта.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю возникновения спортивных игр;</li> <li>- санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе по спортивным играм;</li> <li>- характеристику спортивных игр, их специфические признаки;</li> <li>- основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр;</li> <li>- основы обучения, технике, тактике игровой и соревновательной деятельности.</li> <li>- структуру соревновательной деятельности в спортивных играх и систему соревнований;</li> <li>- структуру системного характера подготовки спортсменов в спортивных играх;</li> <li>- организацию и методы комплексного контроля в спортивных играх;</li> <li>- факторы риска, нормы и правила техники безопасности организации и проведения занятий (уроков) по спортивным играм.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать конкретные задачи физического воспитания, спортивной тренировки с использованием спортивных игр (с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности занимающихся, условий для занятий, уроков);</li> <li>- подбирать адекватные средства для решения поставленных задач;</li> <li>- использовать разнообразные методы формирования двигательного действия в спортивных играх.</li> <li>- определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям, находить способы их устранения;</li> <li>- оценить эффективность проводимых уроков (занятий);</li> <li>- планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев, оказать первую доврачебную помощь пострадавшему.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- профессиональной речью и специальными жестами;</li> <li>- методикой обучения спортивным играм и методикой проведения спортивных соревнований;</li> <li>- навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств и тренажерных устройств.</li> </ul>
--	--	---

## 2. Содержание дисциплины (модуля)

### Раздел I. «Теоретико-методические основы спортивных игр».

Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам в БНФСВ. Общая характеристика спортивных игр, их специфические признаки. Спортивные игры как средства физического воспитания. Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр. Основы построения занятий в спортивных играх.

Структура обучения навыкам и развитие физических качеств в спортивных играх. Интеграция результатов обучения в соревновательную деятельность. Подготовка спортсменов в спортивных играх как система, многолетний непрерывный процесс. Цель, модельные характеристики нормативы.

Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта. Структура соревновательной деятельности в спортивных играх. Управление соревновательной деятельностью в спортивных играх. Способы и принципы проведения соревнований в спортивных играх.

Основы построения занятий по спортивным играм. Основы обучения навыкам игры в спортивных играх. Интеграция результатов обучения в целостную соревновательную деятельность.

## **Раздел II. «Теория и методика баскетбола».**

*Баскетбол как вид спорта и эффективное средство физического воспитания.*

Смысл, содержание и формы игры (баскетбол «дворов и улиц», мини-баскетбол, олимпийский баскетбол, профессиональный баскетбол). Возникновение и развитие баскетбола. Развитие баскетбола в России и на международной арене. Правила игры. Средства и способы ведения игры.

*Техника игры.* Стойки и передвижения нападающего. Основные способы передвижения в нападении. Стойки и передвижения защитника. Разновидности передвижений в защите. Ловля мяча (двумя руками и одной рукой). Остановки с ловлей мячей. Передачи мяча на месте (двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы). Передачи мяча в движении. Ведение мяча. Остановки после ведения мяча. Броски мяча. Дистанционные броски с места. Бросок одной рукой с места в движении.

*Тактика игры.* Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия. Групповые тактические действия. Командные тактические действия. Тактика игры в защите. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

*Методика обучения технике и тактике игры в баскетбол.* Средства и методы обучения. Организация занятий по баскетболу в школе. Планирование учебной работы по баскетболу. Конспект урока по баскетболу. Организация и проведение соревнования. Учебная практика. Методика судейства.

*Методика обучения игровой деятельности в баскетболе.* Закономерности обучения игровой деятельности. Формирование двух- и многокомпонентных связей между результатами обучения. Подвижные, подготовительные, учебные и контрольные игры как средства обучения игровой деятельности.

## **Раздел III. «Теория и методика волейбола».**

*Техника игры.* Стойки и перемещения. Сочетание стоек и способов перемещений. Передача мяча двумя руками сверху и снизу, стоя лицом и спиной в направлении передачи. Подачи мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая, в прыжке. Прием мяча снизу двумя руками. Нападающий удар: прямой по ходу. Прием подачи. Блокирование: одиночное, коллективное.

*Тактика игры.* Тактика нападения: индивидуальные, групповые и командные действия. Тактика защиты: индивидуальные, групповые и командные действия.

*Методика обучения навыкам игры в волейбол.* Средства и методы обучения. Организация занятий по волейболу в школе. Планирование учебной работы по волейболу. Конспект урока по волейболу. Оценка уровня подготовленности учащихся по волейболу. Организация и проведение соревнования. Учебная практика. Методика судейства.

#### **Раздел IV. «Теория и методика настольного тенниса».**

Настольный теннис как вид спорта и эффективное средство физического воспитания. Характеристика игры, оборудование для игры и инвентарь. История возникновения и развития игры. Правила соревнований.

Техника игры в настольный теннис: стойки, передвижения, способы держания ракетки (хватки). Удары по мячу: толчок, накат, срезка, топ-спин. Поддачи: прямая, накатом, маятник, челнок, веер, бумеранг.

Тактика игры в настольный теннис: одиночной и парных игр.

Методика обучения технике игры в настольный теннис: принципы, методы, средства, этапы и последовательность обучения.

Методика обучения тактике игры в настольный теннис: принципы, методы, средства, этапы и последовательность обучения.

#### **Раздел V. «Теория и методика футбола».**

*Футбол как вид спорта и эффективное средство физического воспитания.* Характеристика игры, оборудование для игры и инвентарь. История и развитие игры. Правило соревнований.

*Техника игры:* владение мячом, передвижения. Удары: ногой и головой. Остановки: ногой, туловищем, головой. Ведение ногой. Финты: уходом, ударом ногой, ударом головой, остановкой ногой, остановкой туловищем, остановкой головой. Отбор: ударом ногой, остановкой ногой, толчком плеча.

*Тактика игры:* нападения и защиты (индивидуальная, групповая и командная).

*Методика обучения навыкам игры* в футбол, организация занятий по футболу. Планирование учебной работы. Оценка уровня подготовленности учащихся. Организация и проведение соревнований. Учебная игра с методикой судейства.

### **3. Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины (модуля)**

- мультимедийные презентационные материалы по дисциплине (модулю) представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ;

- методические указания к выполнению практических представлено в электронном курсе в ЭИОС МАУ;

- методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) представлены на официальном сайте МАУ в разделе «Информация по образовательным программам, в том числе адаптированным».

### **4. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**

Является отдельным компонентом образовательной программы, разработан в форме отдельного документа, включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины (модуля);

- задания текущего контроля;

- задания промежуточной аттестации;

- задания внутренней оценки качества образования.

### **5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы (печатные издания, электронные учебные издания и (или) ресурсы электронно-библиотечных систем)**

#### **Основная:**

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для СПО / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 240 с. Режим доступа: <https://bibli-online.ru/viewer/6B48CA43-F80B-4385-BC90-8635786A77AB/prepodavanie-fizicheskoy-kultury-po-osnovnym-obsheobrazovatelnyim-programmam#page/1>

2. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для СПО / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 189 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/3BA88BD1-5829-4C56-974C-7D7F3422E7F9/teoriya-i-metodika-izbrannogo-vida-sporta#page/1>

3. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431985](http://www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431985)

4. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2019 ; Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. — 244 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1183-5 (Изд-во Урал. ун-та). — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta-441686](http://www.biblio-online.ru/book/pedagogika-fizicheskoy-kultury-i-sporta-441686)

#### **Дополнительная:**

1. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для бакалавриата и специалитета / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Бакалавр и специалист). — ISBN 978-5-534-09116-8. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431427](http://www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431427)

2. Логунов, В.И. Волейбол на занятиях физической культуры в высших учебных заведениях [Текст] : учебно-методическое пособие / В. И. Логунов, О. В. Шинкаренко, Н. В. Аврамова ; Самара: Самарский гос. Технический ун-т, 2013.

3. Марков, К.К. Техника современного волейбола [Текст] : монография / К.К. Марков ; Красноярск: СФУ, 2013.

## **6. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1) *Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации- URL: <http://pravo.gov.ru>*

2) *Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - URL: <http://window.edu.ru>*

3) *Справочно-правовая система. Консультант Плюс - URL: <http://www.consultant.ru/>*

4) *<http://www.mil.ru> – Министерство обороны Российской Федерации.*

5) *<http://elibrary.ru> – крупнейшая российская электронная библиотека.*

## **7. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

1) *Офисный пакет Microsoft Office 2007*

2) *Система оптического распознавания текста ABBYY FineReader*

## **8. Обеспечение освоения дисциплины лиц с инвалидностью и ОВЗ**

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечиваются печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

**9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)** представлено в приложении к ОПОП «Материально-технические условия реализации образовательной программы» и включает:



## Перечень практических занятий по формам обучения

№ п/п	Темы практических занятий
1	2
	<b>Очная форма</b>
1	Тема: Техника игры в баскетболе
2	Тема: Тактика игры в баскетболе
3	Тема: Методика обучения технике и тактике игры в баскетбол
4	Тема: Методика обучения игровой деятельности в баскетболе
5	Тема: Стойки и перемещения. Передачи мяча сверху двумя руками
6	Тема: Передачи мяча снизу двумя руками
7	Тема: Подачи мяча (нижние)
8	Тема: Подачи мяча (верхние)
9	Тема: Прямой нападающий удар
10	Тема: Блокирование
11	Тема: Тактика нападения
12	Тема: Тактика защиты
13	Тема: Методика обучения стойкам и перемещениям, передачам мяча
14	Тема: Методика обучения приему мяча, подачам
15	Тема: Методика обучения нападающим ударам, блокированию
16	Тема: Методика обучения тактике нападения
	<b>Заочная форма</b>
1	Тема: Техника игры в баскетболе
2	Тема: Тактика игры в баскетболе
3	Тема: Методика обучения технике и тактике игры в баскетбол
4	Тема: Методика обучения игровой деятельности в баскетболе
5	Тема: Стойки и перемещения. Передачи мяча сверху двумя руками
6	Тема: Передачи мяча снизу двумя руками
7	Тема: Подачи мяча (нижние)
8	Тема: Подачи мяча (верхние)
9	Тема: Прямой нападающий удар
10	Тема: Блокирование
11	Тема: Тактика нападения
12	Тема: Тактика защиты
13	Тема: Методика обучения стойкам и перемещениям, передачам мяча
14	Тема: Методика обучения приему мяча, подачам
15	Тема: Методика обучения нападающим ударам, блокированию
16	Тема: Методика обучения тактике нападения