

**Автономная образовательная некоммерческая организация
Высшего образования
«Институт Бизнеса и Информационных Систем»
(АОНО ВО «ИБИС»)**

Факультет _____ Бизнеса и информационных систем
Кафедра _____ Естественно-научных дисциплин



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

Б1.В.ДВ.05.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные игры

Уровень образования:	<u>Высшее образование – бакалавриат</u>
Направление подготовки:	<u>38.03.01 Экономика</u>
Направленность (профиль):	<u>Бухгалтерский учет, анализ и аудит</u>
Форма обучения:	<u>Очная, заочная и очно-заочная</u>
Составитель:	<u>Оруджев Руслан Сираджаддинович</u>

Воронеж 2021 г.

Разработчик рабочей программы дисциплины: Оруджев Руслан Сираджаддинович

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседаниях:
кафедры «Естественно-научных дисциплин», протокол №3 от «18» ноября 2021 года.

Ученого совета АОНО «Институт Бизнеса и Информационных Систем», протокол
№4 от «25» ноября 2021 года.

1. Цели и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные игры» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, необходимого для профессионально-личностного становления.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- 1) понимание социальной роли спортивных игр в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- 2) знание научно - биологических и практических основ спортивных игр и здорового образа жизни;
- 3) формирование мотивационно-ценностного отношения к спортивным играм, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение спортивных играх;
- 4) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; воспитание положительных нравственных и волевых качеств личности (смелости, товарищества, взаимопомощи, гуманности, самоутверждения, ответственности и т.д.);
- 5) приобретение опыта творческого использования спортивных игр для достижения жизненных и профессиональных целей, для работы с группой;
- 6) воспитание волевых качеств личности (настойчивость в достижении целей, стрессоустойчивость, честность и порядочность, коммуникативность и т.д.);
- 7) воспитание эстетических качеств (гармонически развитое тело человека и его движения).

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные игры» относится к части дисциплин, формируемых участниками образовательных отношений дисциплины по выбору. Для успешного освоения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, полученные в рамках освоения общеобразовательной школьной программы, а также знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Задача профессиональной деятельности	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной и профес-	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюда-	Знает: – научно-практические основы физической культуры, спортивных игр и здорового образа жизни; – правила игр по базовым видам спорта, оценивания результатов индивидуаль-

ские занятия																
Самостоятельная работа	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Промежуточная аттестация (подготовка и сдача)	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Курсовая работа/проект	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Контрольная работа	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Промежуточная аттестация: экзамен/зачет/зачет с оценкой	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Содержание тем дисциплины, структурированное по темам с указанием дидактического материала по каждой изучаемой теме

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины	Содержание темы
Модуль 1. Методические основы овладения умениями и навыками техники в отдельных видах двигательной активности		
1.	Основные правила поведения в зале, техника безопасности.	Техника безопасности на занятиях. Возможные травмы и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшему на занятиях.
Модуль 2. Общая физическая подготовка		
2	Упражнения для развития быстроты, гибкости, скоростно-силовых качеств	Бег с высоким подниманием бедра, семенящий бег, движение руками как при беге, беговые движения ногами лежа на спине и «стоя на лопатках» («педаляж»), бег с забрасыванием («захлестыванием») голени назад, бег с переменной усилий и темпа, бег с высоким подниманием бедра и последующим выбрасыванием голени «загребаящим» движением («колесо»), движения прямыми руками с большой амплитудой, бег на месте в упоре, ходьба широкими выпадами, быстрая ходьба широкими выпадами, смена положения ног в выпаде, встречный бег партнеров с упором в плечи, прыжкообразный бег, взбегание по ступенькам лестницы, упругие подпрыги-

		<p>вания на месте, прыжки через барьеры, выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа, поднимание ног и туловища, челночный бег. Прыжки на двух ногах вверх с подтягиванием коленей к груди. Подскоки в приседе попеременно на левой и правой ноге, противоположная нога одновременно с подскоком хлестким движением выпрямляется вперед. Многократные прыжки через препятствия. Различные виды прыжков толчком одной и двумя ногами с места и с короткого разбега с доставанием предметов, многократные прыжки в длину, прыжки в глубину, прыжки с напрыгиванием, прыжки со скалкой, серийные прыжки назад - вперед, влево - вправо.</p>
3	<p>Упражнения для развития силы и силовой выносливости.</p>	<p>Подтягивание, поднимание и опускание ног в висе, передвижение на брусках в упоре на руках, сгибание и разгибание рук в упоре, поднимание и опускание ног в упоре, круговые махи левой (правой) ногой над спинкой стула, отжимание в упоре лежа, поднимание ног из положения лежа на спине, поднимание туловища до прогиба в пояснице, отжимание от пола с широко расставленными руками, приседание на одной ноге на стуле, прыжки вверх толчком обеих ног, выпад. Работа с гирями: замах, опускание, подрыв, подсед, рывок, фиксация. Работа с гантелями: подъёмы на бицепс, разгибания на трицепс с опорой на лавку, жим гантели из-за головы, жим гантелей стоя, разведение гантелей, тяга гантелей к поясу в наклоне. Игры, развивающие силу ключевых мышц тела («сдвинуть с места», «борьба за предмет», «перетягивание одной рукой»). Метание на дальность и точность предметов: набивных мячей, мешочков с песком и т.д.</p>
Модуль 3. Практическая подготовка		
Раздел 1. Волейбол		
4.	<p>Волейбол. Основы техники перемещения на площадке, стойки, подачи, передачи</p>	<p>История возникновения и развития игры волейбол. Распространение волейбола в мире. Общие тенденции развития игры волейбол в России. Волейбол как средство совершенствования физической подготовки учащейся молодежи. Правила соревнований по волейболу. Изменения правил как объективная необходимость, вызываемая развитием игры. Методика организации и проведения соревнований.</p> <p>Исходные положения; стойки (основная и низкая); перемещения (ходьба, прыжки, выпады; падение, скачок). Подготовительные упражнения, упражнения по технике. Перемещение в колонне вдоль определенных границ площадки приставными шагами по 4 шага: лицом, правым боком, спиной, левым боком вперед. Упражнения в парах, тройках. Выполнение перемещений медленно, по частям, с применением зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Броски и ловля набивного мяча: во время перемещения; после остановки различными способами; после остановки и поворота; Эстафеты с перемещениями различными способами, с выполнением различных</p>

		<p>заданий.</p> <p>Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении. Техника стоек, перемещений волейболиста в защите. Выпады: вперед, в сторону. Остановки: скачком, шагом. Техника передачи двумя сверху над собой, назад (короткие, средние, длинные). Техника передачи в прыжке: двумя с поворотом, без поворота одной рукой. Техника приема снизу двумя, одной (на месте, после перемещения). Техника приема сверху двумя руками после перемещения с падением: на спину, бедро-спину. Техника приема мяча с падением: кувырком (вперед, назад, в сторону), на руки-грудь. Учебная игра.</p> <p>Техника нижней прямой подачи: с планирующей траекторией полета мяча. Техника верхней прямой подачи: силовая, с планирующей траекторией полета мяча. Подача в стену с расстояния 6-9 м; Подача в парах (игроки на боковых линиях);</p> <p>Подача через сетку с расстояния 3,6,9 м от сетки; Подача в пределы площадки из-за лицевой линии; Подача в правую, левую половину площадки; Подача в ближнюю, дальнюю часть площадки; Подача на точность в зоны 1,6,5. Учебная игра.</p>
5.	<p>Волейбол. Обучение технике верхней прямой подачи по зонам, игровому взаимодействию в защите и в нападении, одиночному и групповому блокированию.</p>	<p>Техника верхней прямой подачи: силовая, с планирующей траекторией полета мяча. Подача в парах (игроки на боковых линиях); Подача в прыжке, планирующая на заднюю линию.</p> <p>Подача в прыжке планирующая – укороченная. Подача на точность по зонам 1, 5, 6. Подача на точность, укороченная по зонам 2,3,4. Подача в правую, левую половину площадки; Подача в ближнюю, дальнюю часть площадки. Подача на точность в квадраты 1,5x1,5 прямо и по диагонали. По заданию преподавателя серия подач на точность в каждую зону. Учебная игра.</p> <p>Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии и задней линии при приеме подачи нападающих ударов при блокировании и страховке. Система игры в защите углом вперед и углом назад.</p> <p>Игровые взаимодействия в нападении. Учебная игра. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии, задней линии.</p> <p>Групповые упражнения в тройках. Групповые упражнения в парах. Учебная игра.</p> <p>Одиночное блокирование, подводящие упражнения. Имитация блока в прыжке после перемещения вдоль сетки. Имитационные упражнения в парах. Блокирование мяча после подброса. Блокирование нападающего удара, выполняемого нападающим игроком с собственного подброса. Блокирование, стоя на подставке, нападающих ударов, выполняемых по мячу, установленному в держателе. Упражнения на быстроту реакции, наблю-</p>

		<p>дательность, координацию, быстроту ответных действий, быстроту перемещения и для развития силы. Блокирующий на подставке, удары выполняются поочередно из зон 4, 3, 2, 4 и т.д. с передачи из зоны 3. Учебная игра.</p> <p>Подготовительные, имитационные упражнения. Имитационные упражнения в парах, тройках. Блокирование мяча после подброса. Блокирование нападающего удара, выполняемого нападающим игроком с собственного подброса. Блокирование нападающих ударов, выполняемых из различных зон и с различных передач по высоте и скорости. Блокирующих на подставке трое, нападающие удары выполняются поочередно из зон 4, 3, 2 с собственного подбрасывания. Блокирование ударов, которые выполняются с передачи связующего на границе зон 3 и 2. Блокирование нападающих ударов в заданном направлении; зону, откуда последует удар, «задают» по сигналу. Учебная игра.</p>
6.	<p>Волейбол. Обучение технике приема мяча снизу, сверху, прямого нападающего удара, верхней прямой подачи в прыжке по зонам. Закрепление техники передач.</p>	<p>Структура нападающего удара. Подводящие упражнения при обучении разбегу и прыжку в нападающем ударе. Выполнение нападающего удара в опоре; выполнение нападающего удара в прыжке; выполнение нападающего удара с собственного подбрасывания через сетку; выполнение нападающего удара с передачи партнера. выполнение нападающих ударов на точность; выполнения нападающих ударов на силу; выполнение нападающих ударов на точность и на силу; выполнение нападающих ударов с переводом влево, вправо и обманных ударов. Нападающий удар с передачи. Нападающий удар по мячу, закрепленному на резиновых амортизаторах в прыжке: с места и с разбега. Учебная игра.</p> <p>Подача в прыжке, планирующая на заднюю линию. Подача в прыжке планирующая – укороченная. Подача на точность по зонам 1, 5, 6. Подача на точность укороченная по зонам 2,3,4. Подача в правую, левую половину площадки; Подача в ближнюю, дальнюю часть площадки. Подача на точность в квадраты 1,5x1,5 прямо и по диагонали. Подачи после выполнения интенсивных упражнений: прыжков, ускорений, кувырков. Учебная игра.</p> <p>Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками в тройках.</p> <p>Прием мяча снизу двумя руками в парах. Упражнения с мячом в парах через сетку: передачи в различных направлениях (вперед, назад); передачи на различные расстояния (длинные, укороченные, короткие); передачи различной высоты (высокие, средние, низкие); передачи различной скорости (медленные, ускоренные, скоростные); передачи в безопорном положении (в прыжке, двумя и одной рукой). Передача двумя руками сверху: вперед в опоре, вперед в прыжке, назад за голову в опоре, назад за голову в прыжке. Учебная игра.</p>

		<p>Прием мяча двумя руками сверху в зону 3 номера после подачи с высокой траекторией. Своевременное перемещение навстречу мячу (в пределах своей зоны). Прием мяча двумя руками сверху или снизу (в зависимости от траектории полета мяча) в зону 3 номера. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Прием мяча двумя снизу. Учебная игра.</p>
7.	<p>Волейбол. Прием мяча в верхней, в нижней передаче, от сетки. Блокирование ударов с задней линии.</p>	<p>Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Передача мяча сверху двумя руками из боковой зоны. Прием мяча в верхней передаче, от сетки. В стойке выталкивание волейбольного мяча (0,5-1 кг) вперед-вверх; назад вверх с опоры и в прыжке. Упражнения в парах: подача верхняя прямая (боковая, в прыжке) и прием. Упражнения с мячом в парах через сетку: передачи в различных направлениях (вперед, назад); передачи на различные расстояния (длинные, укороченные, короткие); передачи различной высоты (высокие, средние, низкие); передачи различной скорости (медленные, ускоренные, скоростные); передачи в безопорном положении (в прыжке, двумя и одной рукой). Учебная игра.</p> <p>Подготовительные упражнения, упражнения по технике. Перемещение в колонне вдоль определенных границ площадки приставными шагами по 4 шага: лицом, правым боком, спиной, левым боком вперед. Упражнения в парах, тройках. Выполнение перемещений медленно, по частям, с применением зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Прием подачи в зоне 6 (5, 1) у линии нападения и первая передача в зону 3. Прием подачи поочередно: в глубине площадки (ближе к лицевой линии) и в зоне нападения. Подачи на заднюю линию выполняются верхние (прямые, боковые), в прыжке, ближе к сетке нижней прямой. Принимающий подачу располагается поочередно в коридорах зон 6-3, 5-4, 1-2.</p> <p>Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками в тройках. Прием мяча снизу двумя руками в парах.</p> <p>Упражнения с мячом в парах через сетку. Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара. Передача мяча снизу двумя руками. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой. Прием снизу двумя руками. Одиночное блокирование. Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии. Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара. Учебная игра.</p> <p>Выполнение нападающего удара в опоре; выполнение нападающего удара в прыжке; выполнение нападающего удара с собственного подбрасывания через сетку; выполнение нападающего удара с передачи партнера. выполнение нападающих ударов на точность; выполнения нападающих ударов на силу; выполнение нападающих</p>

		<p>ударов на точность и на силу; выполнение нападающих ударов с переводом влево, вправо и обманных ударов. Нападающий удар с передачи. Нападающий удар по мячу, закрепленному на резиновых амортизаторах в прыжке: с места и с разбега. Учебная игра.</p> <p>Блокирование волейбольных мячей, подвешенных над сеткой, в прыжке с места и после передвижения. Упражнения в тройках. Блокирование атакующих ударов в зонах 4, 3, 2 в определенном направлении. Блокирование атакующих ударов после передвижения вдоль сетки. Серийные прыжки с места толчком двумя ногами с последующим доставанием руками подвешенных предметов (теннисные мячи на шнуре, отметки на стене, щите); то же, но после передвижения в стороны, то же, но после спрыгивания с возвышения 40—50 см. Упражнения с заданием касаться предметов руками в прыжке, прыжки вверх толчком двух ног после различных перемещений. Игра один против одного на площадке 3 x 9 м. Нападающий выполняет только резкие, сильные удары. Учебная игра.</p>
8.	<p>Волейбол. Совершенствование техники передач, техники игры в нападении и защите.</p>	<p>Имитация изучаемого способа подачи. Броски набивного мяча весом 1-2 кг из-за головы двумя руками. Из положения «рука с набивным мячом весом кг за головой» выпрямление руки вверх и бросок мяча вперед за счет резкого заключительного движения кистью. Подбрасывание теннисного (или небольшого резинового) мяча и удар по нему сверху одной рукой. Подача мяча, установленного в держателе. Подача через сетку после подбрасывания мяча.</p> <p>Упражнения с мячом в парах через сетку: передачи в различных направлениях (вперед, назад); передачи на различные расстояния (длинные, укороченные, короткие); передачи различной высоты (высокие, средние, низкие); передачи различной скорости (медленные, ускоренные, скоростные); передачи в безопорном положении (в прыжке, двумя и одной рукой). Передача двумя руками сверху: вперед в опоре, вперед в прыжке, назад за голову в опоре, назад за голову в прыжке, упражнения для укрепления мышечно-связочного аппарата кистей и пальцев рук; упражнения для развития ответной реакции на звуковой и зрительный сигналы; упражнения для развития быстроты передвижения, ловкости и прыгучести.</p> <p>Чередование способов подач. Имитация второй передачи и обман. Взаимодействие в нападении и в защите; тактические комбинации в нападении; тактические системы игры в нападении и в защите; атакующие действия со второй передачи через игрока 2, 4, 3; с первой передачи через игрока 2, 4, 3; обучение и совершенствование защит "углом назад", "углом вперед". Учебно-тренировочные игры 6x6, 5x5, 4x4.</p> <p>Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка. Выполнение подач в определен-</p>

		<p>ные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».</p>
Раздел 2. Баскетбол		
9.	<p>Баскетбол. Техника игры Баскетбол. Классификация. Техника владения мячом.</p>	<p>Официальные правила соревнований по баскетболу. История развития и техника игры в баскетбол. Простейшие методики ускоренного овладения приёмами игры в баскетбол.</p> <p>Игра состоит из естественных движений (ходьбы, бега, прыжков), специфических двигательных действий без мяча (остановок, поворотов, передвижений переставными шагами, финтов и т.д.), и с мячом (ловли передач, ведения, бросков). Противоборство, целью которой является попадание мячом в корзину соперника и защита своей, вызывает проявление всех жизненно важных для человека физических качеств: скоростных, скоростно-силовых и координационных особенностей, гибкости и выносливости. В работу вовлекаются все функциональные системы организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижения спортивного результата требуют от играющих целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себя, чувство коллективизма.</p> <p>Ловля мяча на месте и в движении, на уровне груди, высоко и низко летящего мяча, катящегося мяча; ловля мяча одной рукой. Передача мяча на месте и в движении двумя руками: от груди, сверху, снизу, одной рукой: от плеча, сверху, снизу, скрытые передачи. Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении, вперед, назад, в сторону: с изменением скорости, направления, высоты от броска, ритма, с поворотами, с переводами за спиной, под ногами. Броски: двумя руками: от груди, снизу, сверху, одной рукой от плеча, снизу, сверху, сбоку (крюком) на месте и в движении, в прыжке после ведения, после поворотов, добивание мяча. Штрафные броски. Заслоны для броска, для прохода, для ухода. Техника перемещений: защитная стойка, перемещение обычными и приставными шагами, спиной вперед, в разных направлениях, противодействия и овладения мячом; вырывание, выбивание, накрывание, перехваты</p>
10.	<p>Баскетбол. Тактика игры в нападении и защите. Командно-индивидуальные действия.</p>	<p>Нападение- основная функция команды в процессе игры. Тактика нападения многообразна. Чем шире арсенал тактических знаний, умений и навыков отдельных игроков и команды, тем лучше результат.</p> <p>Индивидуальные действия, действия игрока без мяча, действия игрока с мячом, групповые действия, взаимодействие двух, трех и более игроков, командные действия, позиционное нападение, специальное нападение.</p>

		<p>Тактика игры в защите: действия защитника против нападающего без мяча, опека игрока без защиты, блокирование нападающего, действия игрока против нападающего, владеющего мячом, взаимодействия двух, трех и более игроков. Выбор места с использованием приемов перемещения при держании игрока с мячом, в зависимости от позиции подопечного, до и после ведения. Применение приемов овладения мячом – вырывание, выбивание, перехватывание (ознакомление).</p> <p>Командные действия: системы нападения - быстрый прорыв, варианты позиционного нападения, нападение с центровым, системой заслонов; Индивидуальные действия: выбор места и передвижения защитников, против игрока с мячом и без мяча; взаимодействия двух, трех и более игроков: подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча, игра в численном меньшинстве; перехваты мяча, борьба за отскочивший от щита мяч. Командные действия системы защиты - личная, зонная, прессинг и их основные варианты; учебно- тренировочные двусторонние игры. Индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, выбор места, выход на свободное место, заслоны; групповые действия двух, трех и более игроков при численном перевесе 2:1,3:2.</p>
11.	Баскетбол. Стратегия и тактика игры. Развитие двигательных качеств	<p>Стратегия и тактика игры строятся на взаимодействии всех игроков и команды. Стремительное нападение (быстрый прорыв). Организация прорыва после ловли мяча от щита игроками первого эшелона по центру площадки – расположение и действия в начальной фазе, в фазах развития и завершения. Организация прорыва после ловли мяча от щита вдоль боковой линии – расположение и действие в начальной фазе, в фазах развития и завершения.</p> <p>Позиционное нападение. Система нападения через центрального игрока: а) расстановка игроков с центровым, располагающимся с боку области штрафного броска, перед линией штрафного броска; б) взаимодействия игроков задней линии или нападающих с центровым, с завершающим выходом одного игрока к щиту мимо центрального, со скрестным выходом двух игроков.</p> <p>Развитие двигательных качеств, методики определения объема и интенсивности двигательной активности человека. Развитие двигательных качеств, антропометрические измерения, тестирование физического развития. Диагностика.</p>
12.	Баскетбол. Совершенствование техники игры. Развитие двигательных качеств	<p>Броски в кольцо, ведение мяча и передача мяча индивидуально и в парах, встречная передача мяча в движении, перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками, остановка, после ведения мяча, дистанционные броски, ведения мяча левой, правой рукой в движении вперед, назад, в сторону; броски двумя руками от груди снизу, сверху. Техника стоек, ловля мяча.</p>

		<p>Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные, релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости, координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока.</p>
13.	Баскетбол. Закрепление двигательных качеств	<p>Пофазное выполнение групповых взаимодействий, медленное и быстрое маневрирование всех игроков, воспроизведение комбинаций в целом, поочередное выполнение комбинаций, нападение против зонной системы защиты и личного прессинга.</p> <p>Взаимодействия двух игроков: а) подстраховка – центрального игрока; игрока, владеющего точным дальним броском и проходом; б) противодействие заслоном – переключение проскальзывания. Взаимодействия двух игроков при численном превосходстве нападающих.</p> <p>Система личной защиты: а) на половине площадки и в области штрафного броска – расположение игроков, перемещение, взаимопомощь. Организация действия для овладения мячом от щита. Система зонной защиты: а) в области штрафного броска – расположение игроков (2-1-2, 1-3-1), перемещение; взаимопомощь; б) зонный прессинг – расположение, передвижение, действия для овладения мячом.</p>
Раздел 3. Мини-футбол		
14	Мини-футбол. Обучение ударам по мячу, остановкам, ведению, финтам.	<p>История возникновения и развития игры мини-футбол. Распространение мини-футбола в мире. Общие тенденции развития игры мини-футбол в России. Мини-футбол как средство совершенствования физической подготовки учащейся молодежи. Правила соревнований по мини-футболу. Изменения правил как объективная необходимость, вызываемая развитием игры. Методика организации и проведения соревнований.</p> <p>Обучение ударам по мячу. Удар внутренней стороной стопы. Удар серединой подъема. Обучение ударам по мячу. Удар внутренней частью подъема. Удар внешней частью подъема. Удар носком.</p> <p>Обучение ударам по мячу. Удар пяткой. Резаный удар внутренней частью подъема. Обучение ударам по мячу. Удары с лёта. Удары с полулёта. Удары головой.</p> <p>Обучение остановкам. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Обучение остановкам. Остановка внешней стороной стопы. Остановка летящих мячей. Остановки (приемы) мяча: головой, бедром, животом и грудью.</p> <p>Обучение ведению. Обучение финтам. Финт «ложный</p>

		<p>замах на удар». Обучение финтам. Финт «ложная остановка». Финт «пробрось мяч». Финт «показ корпусом». Обучение финтам. Финт «уход с мячом». Финт «выпад в сторону». Обучение финтам. Финт «переступание через мяч». Финт «оставь мяч партнеру».</p>
15	<p>Мини-футбол. Обучение отбору мяча, технике игрока, созданию численного преимущества</p>	<p>Обучение отбору мяча. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком. Отбор мяча подкатом. Обучение вбрасыванию мяча.</p> <p>Арсенал техники игрока и техники передвижения. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении и в прыжке. Броски мяча рукой. Обучению ловле мяча в падении. Ознакомление с техникой падения «перекатом».</p> <p>Освоение техники ловли катящихся и низколетающих мячей. Освоение техники отбивания и переводов мяча.</p> <p>Индивидуальные тактические действия в нападении. Действия без мяча. Открывание. Отвлечение соперника. Создание численного преимущества на отдельном участке футзала. Индивидуальные тактические действия в нападении. Действия с мячом.</p>
16	<p>Мини-футбол. Обводка соперника. Действия против игрока без мяча. Комбинации при стандартных положениях.</p>	<p>Ведение мяча. Обводка соперника. Обводка за счет изменения скорости движения. Обводка за счет изменения направления движения.</p> <p>Индивидуальные тактические действия в нападении Обводка с помощью обманных движений (финтов). Удары по воротам. Передачи мяча.</p> <p>Действия против игрока без мяча. Закрывание. Перехват мяча. Действия против игрока с мячом. Отбор мяча. Противодействие передаче. Противодействие выходу с мячом на острую позицию. Противодействия ударам.</p> <p>Комбинации при стандартных положениях Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Взаимодействие с вратарем и взаимодействие с партнерами.</p> <p>Комбинации при угловых ударах. Подача мяча в штрафную площадь. Розыгрыш углового удара. Комбинации при штрафных ударах вблизи ворот соперника. При ударе по воротам.</p>
17	<p>Мини-футбол. Комбинации. Взаимодействие двух игроков. Командная тактика. Развитие атаки.</p>	<p>Выведение партнера для удара на выгодную позицию. Комбинации при свободных ударах вблизи ворот соперника. Комбинации при ударах от ворот. Комбинации в игровых эпизодах. Комбинации в парах. Комбинация в стенку.</p> <p>Комбинация «скрещивание». Комбинация передача в одно касание. Комбинации в тройках. Комбинация «взаимозаменяемость». Комбинация «пропускание мяча» Комбинация «передача в одно касание».</p> <p>Взаимодействия двух игроков. Страховка. Противодействие комбинации «в стенку». Противодействие комбинации «скрещивание». Взаимодействия трех и более игроков.</p> <p>Противодействие комбинации «пропуск мяча». Создание искусственного положения «вне игры». Построение «стенки».</p>

		Командная тактика. Тактическая система. Быстрое нападение. Развитие атаки. Завершение атаки. Создание голевой ситуации и удар по воротам. Постепенное нападение. Развитие атаки. Завершение атаки. Защита против быстрого нападения.
18	Мини-футбол. Завершение атаки. Персональная защита. Системы игры.	Завершение атаки. Защита против быстрого нападения. Организации защиты против быстрого нападения. Защита против постепенного нападения. Организации защиты против постепенного нападения. Персональная защита. Зонная защита. Комбинированная защита. Смена амплуа в групповых и командных упражнениях. Системы игры: «Пять в линию», «Дубль-ве», «1 + 4 + 2 + 4», «1+4+3+3», «1+4+4+2». Двусторонняя игра с уменьшенным числом игроков (3х3, 4х4) Произвольная игра на одной половине площадки с одинаковым числом нападающих и защитников (2х2, 3х3, 4х4, 5х5, 6х6). Игра против большего или меньшего числа защитников (3х5, 4х2, 4х6, 7х6).

Тематический план (очная форма обучения)

№ п/п	Наименование тем	Всего часов по учебному плану	Контактная работа с преподавателем:					Самостоятельная работа
			Всего часов	Лекции	Занятия семинарского типа			
					Семинарские занятия	Практические занятия	Другие виды занятий	
2 семестр								
1	Основные правила поведения в зале, техника безопасности	2	2	–	–	2	–	–
2	Упражнения для развития быстроты, гибкости, скоростно-силовых качеств	4	4	–	–	4	–	–
3	Упражнения для развития силы и силовой выносливости.	4	4	–	–	4	–	–
4	Волейбол. Основы техники перемещения на площадке, стойки, подачи, передачи	20	20	–	–	20	–	–
5	Баскетбол. Техника игры Баскетбол. Классификация. Техника владения мячом.	20	20	–	–	20	–	–
6	Мини-футбол. Обучение ударам по мячу, остановкам, ведению, финтам.	20	20	–	–	20	–	–
Итого за семестр		70	70	–	–	70	–	–
Форма контроля: Зачет		–	–	–	–	–	–	–

3 семестр								
1	Основные правила поведения в зале, техника безопасности	2	2	–	–	2	–	–
2	Упражнения для развития быстроты, гибкости, скоростно-силовых качеств	4	4	–	–	4	–	–
3	Упражнения для развития силы и силовой выносливости.	4	4	–	–	4		
4	Волейбол. Обучение технике верхней прямой подачи по зонам, игровому взаимодействию в защите и в нападении, одиночному и групповому блокированию	20	20	–	–	20	–	–
5	Баскетбол. Тактика игры в нападении и защите. Командно-индивидуальные действия.	20	20	–	–	20	–	–
6	Мини-футбол. Обучение ударам по мячу, остановкам, ведению, финтам.	20	20	–	–	20	–	–
Итого за семестр		70	70	–	–	70	–	–
Форма контроля: Зачет		–	–	–	–	–	–	–
4 семестр								
1	Основные правила поведения в зале, техника безопасности	2	2	–	–	2	–	–
2	Упражнения для развития быстроты, гибкости, скоростно-силовых качеств	4	4	–	–	4	–	–
3	Упражнения для развития силы и силовой выносливости.	4	4	–	–	4		
4	Волейбол. Обучение технике приема мяча снизу, сверху, прямого нападающего удара, верхней прямой подачи в прыжке по зонам. Закрепление техники передач	20	20	–	–	20	–	–
5	Баскетбол. Стратегия и тактика игры. Развитие двигательных качеств	20	20	–	–	20	–	–
6	Мини-футбол. Обводка соперника. Действия против игрока без мяча. Комбинации при стандартных положениях.	20	20	–	–	20	–	–
Итого за семестр		70	70	–	–	70	–	–
Форма контроля: Зачет		–	–	–	–	–	–	–
5 семестр								
1	Основные правила поведения в зале, техника безопасности	2	2	–	–	2	–	–
2	Упражнения для развития быстроты, гибкости, скоростно-силовых качеств	4	4	–	–	4	–	–
3	Упражнения для развития силы и силовой выносливости.	4	4	–	–	4		

4	Волейбол. Прием мяча в верхней, в нижней передаче, от сетки. Блокирование ударов с задней линии.	18	18	–	–	18	–	–
5	Баскетбол. Совершенствование техники игры. Развитие двигательных качеств	18	18	–	–	18	–	–
6	Мини-футбол. Комбинации. Взаимодействия двух игроков. Командная тактика. Развитие атаки.	18	18	–	–	18	–	–
Итого за семестр		64	64	–	–	64	–	–
Форма контроля: Зачет		–	–	–	–	–	–	–
6 семестр								
1	Основные правила поведения в зале, техника безопасности	2	2	–	–	2	–	–
2	Упражнения для развития быстроты, гибкости, скоростно-силовых качеств	2	2	–	–	2	–	–
3	Упражнения для развития силы и силовой выносливости.	2	2	–	–	2	–	–
4	Волейбол. Совершенствование техники передач, техники игры в нападении и защите.	16	16	–	–	16	–	–
5	Баскетбол. Совершенствование техники игры. Развитие двигательных качеств	16	16	–	–	16	–	–
6	Мини-футбол. Завершение атаки. Персональная защита. Системы игры.	16	16	–	–	16	–	–
Итого за семестр		54	54	–	–	54	–	–
Форма контроля: Зачет		–	–	–	–	–	–	–

6. Самостоятельная работа обучающихся в ходе освоения дисциплины

Не предусмотрено.

7. Фонд оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестации

Код контролируемого индикатора освоения компетенции	Наименование оценочного средства для проведения текущей аттестации	Наименование оценочного средства для проведения промежуточной аттестации
УК-7.1, УК-7.2.	Вопросы для контроля знаний, тестовые задания, выполнение нормативов.	Зачет

**Критерии оценивания результата обучения по дисциплине
и шкала оценивания**

Код контролируемой компетенции	Критерии оценивания результата обучения по дисциплине и шкала оценивания			
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	Не зачтено	Зачтено		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Отсутствие или фрагментарная способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Неполная способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Сформированная, но содержащая отдельные пробелы способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Сформированная систематическая способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Вопросы для подготовки к зачету

Зачет (III семестр)

Теоретическая часть:

1. Скоростно-силовая подготовка волейболистов. Значение, содержание, контроль.
2. Развитие быстроты в процессе занятий волейболом, средства развития, диагностика уровня.
3. Значение ловкости и координационных способностей в волейболе, средства их развития и диагностики.
4. Акробатическая подготовка (перекаты на спину, бедро-спина, кувырки бедро-спина).
5. Выносливость в волейболе, значение, средства развития и диагностики.
6. Значение гибкости для волейболистов, средства развития и диагностики.
7. Взаимосвязь обучения техническим приемам игры в волейбол и развитием двигательных способностей.
8. Характеристика волейбола как одного из средств и методов физического воспитания.
9. Сущность, характеристика, основные правила игры в волейбол.
10. Возникновение волейбола. Первые правила.
11. Развитие волейбола до включения его в программу Олимпийских игр. Эволюция правил.
12. Достижения советских волейболистов на Олимпийских играх, мировых и европейских первенствах.
13. Достижения российских волейболистов последних лет. Изменения в правилах.
14. Правила игры в волейбол, их связь с техникой и тактикой игры.
15. Последовательность обучения технико-тактическим приемам в волейболе.

16. Причины возникновения травм на занятиях по волейболу, способы их предупреждения. Оказание первой помощи.
17. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
18. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
19. Физическая подготовка баскетболиста.
20. Техническая подготовка баскетболиста.
21. Тактическая подготовка баскетболиста.
22. Психологическая подготовка баскетболиста.
23. Соревновательная деятельность баскетболиста.
24. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
25. Правила судейства соревнований по баскетболу.
26. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом
27. Характеристика спортивных игр, их специфические признаки.
28. Мини-футбол как вид спорта и средство физического воспитания.
29. Способы проведения соревнований по мини-футболу (системы розыгрыша).
30. Взаимосвязь видов подготовки.
31. Мини-футбол. Основные правила игры. Методика обучения технике и тактике игры.
32. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по мини-футболу.
33. Гигиенические требования к инвентарю, оборудованию, к одежде занимающихся при проведении занятий по мини-футболу.
34. Организация судейства соревнований по мини-футболу. Работа секретариата и обязанности судей.
35. Функции игроков в мини-футболе (вратарь, игроки линии защиты, игроки средней линии, игроки линии нападения).

Практическая часть: сдача контрольных нормативов

Зачет (III семестр)

Теоретическая часть:

1. Классификация техники игры в волейболе.
2. Анализ техники стоек и перемещений в волейболе.
3. Анализ техники приема и передач мяча двумя руками сверху в волейболе.
4. Анализ техники приема и передач мяча двумя руками снизу в волейболе.
5. Анализ техники прямого нападающего удара в волейболе.
6. Анализ техники подачи мяча в волейболе.
7. Техника передачи мяча в баскетболе.
8. Техника ведения мяча (дриблинг) в баскетболе.
9. Ловля мяча в баскетболе. Классификация ловли. Фазовый анализ.
10. Передача мяча в баскетболе. Классификация передач. Фазовый анализ.
11. Ведение мяча в баскетболе. Классификация ведения.
12. Броски в корзину в баскетболе. Классификация бросков.
13. Бросок одной рукой сверху в прыжке в баскетболе. Фазовый анализ.
14. Бросок одной рукой от плеча в баскетболе. Фазовый анализ.
15. Техника защиты в баскетболе. Передвижение в защитной стойке лицом и спиной вперед, боком (правым, левым) вперед. Методика обучения.
16. Техника броска в движении (два шага) в баскетболе.
17. Техническая подготовка баскетболиста (остановка, тройная угроза, финты, обыгрыш)
18. Техника игры в мини-футбол. Классификация.
19. Техника игры в нападении (мини-футбол).

20. Техника игры в защите (мини-футбол).
21. Тактика игры в мини-футбол. Классификация.
22. Индивидуальные тактические действия в нападении (мини-футбол).
23. Физическая подготовка футболистов
24. Развитие специальных физических качеств, необходимых для игры в мини-футбол
25. Положение вне игры. Создание искусственного положения вне игры(мини-футбол).

Практическая часть: сдача контрольных нормативов

Зачет (IV семестр)

Теоретическая часть:

1. Анализ техники блокирования в волейболе.
2. Анализ техники передачи мяча двумя руками сверху за голову в волейболе.
3. Анализ техники передачи мяча двумя руками сверху в прыжке в волейболе.
4. Особенности передачи мяча двумя руками снизу за голову в волейболе.
5. Анализ техники выполнения приема мяча в падении на грудь в волейболе.
6. Анализ техники выполнения приема мяча в падении перекатом бедро-спина в волейболе.
7. Анализ индивидуальных тактических действий в защите в волейболе.
8. Анализ индивидуальных тактических действий в нападении в волейболе.
9. Техника передвижений в защите в волейболе.
10. Выбивание мяча и перехват в баскетболе.
11. Накрывание и отбивание мяча при броске в баскетболе.
12. Овладение мячом в борьбе за отскок у своего щита в баскетболе.
13. Сочетание приемов при игре в нападении в баскетболе.
14. Общая структура изучения приема в баскетболе.
15. Пробежка в баскетболе. Три секунды, восемь секунд, двадцать четыре секунды. Мяч возвращенный в тыловую зону, пять секунд. Помеха попаданию и помеха мячу при броске
16. Принцип цилиндра в баскетболе, принцип вертикальности. Опека игрока, контролирующего мяч. Игрок, находящийся в воздухе.
17. Обводка соперника в мини-футболе. Обводка за счет изменения скорости движения. Обводка за счет изменения направления движения.
18. Индивидуальные тактические действия в нападении в мини-футболе. Обводка с помощью обманных движений (финтов).
19. Удары по воротам в мини-футболе.
20. Передачи мяча в мини-футболе.
21. Действия против игрока без мяча. Закрывание в мини-футболе.
22. Перехват мяча в мини-футболе. Действия против игрока с мячом.
23. Отбор мяча в мини-футболе.
24. Противодействие передаче в мини-футболе. Противодействие выходу с мячом на острую позицию. Противодействия ударам.

Практическая часть: сдача контрольных нормативов

Зачет (V семестр)

Теоретическая часть:

1. Тактика подачи в волейболе

2. Поддача в прыжке в волейболе.
3. Освоение нападающего удара в волейболе
4. Одиночная блокировка нападающего удара в волейболе
5. Парная блокировка нападающего удара в волейболе
6. Анализ групповых тактических действий в защите (волейбол).
7. Анализ групповых тактических действий в нападении (волейбол).
8. Система игры в нападении со второй передачи через игрока передней линии (волейбол).
9. Система игры в нападении со второй передачи через игрока задней линии (волейбол).
10. Система игры в защите “углом вперед” (волейбол).
11. Система игры в защите “углом назад” (волейбол).
12. Командные тактические действия в нападении и в защите (баскетбол).
13. Положение о соревновании. Составление календаря игр по круговому способу и с выбыванием на 16 команд (баскетбол).
14. Игровое время ничейный счет, дополнительный период. Начало и окончание периода и игры, командные фолы (баскетбол).
15. Статус мяча, спорный бросок, поочередное владение, заброшенный мяч и его цена. Таймауты, замены (баскетбол).
16. Игра проигранная «лишением права». Игра, проигранная из-за нехватки игроков (баскетбол).
17. Нарушения. Игрок за пределами площадки и мяч за пределами площадки. Вбрасывание мяча. Штрафные броски (баскетбол).
18. Групповые взаимодействия двух игроков «передай мяч и выходи» при численном меньшинстве и при численном равенстве противника, при развитии и завершении атаки (баскетбол).
19. Заслоны на месте: передний, боковой, задний. Заслоны в движении: наведением, пересечением, с сопровождением («экран») - для броска, для ухода, для выхода и получения мяча. (баскетбол).
20. Взаимодействие трех игроков: «тройка», «восьмерка», «скрестный выход», «двойной заслон», «наведение на двух» (баскетбол).
21. Групповые тактические действия в нападении (мини-футбол).
22. Командные тактические действия в нападении (мини-футбол).
23. Индивидуальные тактические действия в защите (мини-футбол).
24. Групповые тактические действия в защите (мини-футбол).
25. Командные тактические действия в защите (мини-футбол).
26. Обучение игровой и соревновательной деятельности футболистов
27. Определение уровня физического развития футболистов.

Практическая часть: сдача контрольных нормативов

Зачет (VI семестр)

Теоретическая часть:

1. Комбинации игры в защите (волейбол).
2. Перерывы (тайм-ауты), замены волейболе. Количество, процедура.
3. «Либеро». Правила и функции (волейбол).
4. Состав судейской бригады. Местонахождение и жестикуляция линейных судей (волейбол).
5. Первый судья. Местонахождение. Обязанности. Жесты судей (волейбол).
6. Второй судья. Местонахождение. Обязанности. Жесты судей (волейбол).

7. Судья-секретарь. Местонахождение. Обязанности. Характеристика основных документов для проведения соревнований по волейболу.
8. Основы методики судейства в поле (баскетбол)
9. Персональный фол. Виды фолов. Области полукругов, в которых не фиксируются столкновения (баскетбол).
10. Игра центровых, заслон: правильный и неправильный, неправильная опека сзади (баскетбол).
11. Неспортивный фол, технический фол, дисквалифицирующий фол, драка (баскетбол).
12. Технический фол тренеру, Обоюдный фол (баскетбол).
13. Судьи обязанности и права, исправляемые ошибки (баскетбол).
14. Секретарь, помощник секретаря, обязанности и права (баскетбол).
15. Секундометрист и оператор 24 секунд, обязанности и права. Протокол игры (баскетбол).
16. Жесты судей (баскетбол).
17. Обязанности тренера, капитана команды. Определение победителя игры (мини-футбол).
18. Виды соревнований. Способы розыгрыша. Расписание соревнований (мини-футбол).
19. Обеспечение соревнований по мини-футболу. (Ситуации, замены игроков, минутные перерывы, пенальти).
20. Судьи и их обязанности. Жесты и навыки, необходимые судье по мини-футболу.

Практическая часть: сдача контрольных нормативов

8. Ресурсное обеспечение учебной дисциплины

Основная литература:

1. Жданов, С. И. Баскетбол в физическом воспитании студентов : учебно-методическое пособие / С. И. Жданов ; науч. ред. С. С. Коровин. - 2-е изд, стер. - Москва : ФЛИНТА, 2020. - 103 с. - ISBN 978-5-9765-4421-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1839534> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.
2. Фетисова, С. Л. Волейбол : учебное пособие / С. Л. Фетисова, А. М. Фокин, Ю. Я. Лобанов. - Санкт-Петербург : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2018. - 96 с. - ISBN 978-5-8064-2572-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1172100> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.
3. Алиев, Э. Г. Основы технологии планирования, контроля и учёта спортивной подготовки в мини-футболе (футзале) : учебное пособие / Э. Г. Алиев, С.Н. Андреев. - М. : Спорт, 2019. - 76 с. - ISBN 978-5-9500183-1-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1020482> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

Дополнительная литература:

4. Ананьин, М. С. Организация и проведение занятий по мини-футболу (футзалу) в вузах: методические рекомендации по курсу «Физическая культура» / М. С. Ананьин, Т. В. Голушко, Е. Ю. Колганова [и др.]. - Москва : Дело (РАНХиГС), 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-85006-281-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1861777> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.
5. Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала): Учебник / Губа В.П. - Москва :Спорт, 2016. - 200 с. ISBN 978-5-906839-28-2. - Текст : электронный. - URL:

<https://znanium.com/catalog/product/917860> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

6. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: уч.мет.пос./сост. Д.П.Айдеми, - 2-е изд., стер.-Москва :Флинта,2018.-39 с. - ISBN . - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/962569> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

7. Баскетбол : учебно-методическое пособие / под ред. С. Ю. Махова. - Орел : МА-БИВ, 2018. - 37 с. - (Спорт для всех). - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1514326> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

8. Волейбол: Энциклопедия / Свиридов В.Л. - Москва :Человек, 2016. - 592 с.ISBN 978-5-906131-79-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/913739> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

9. Волейбол : учебно-методическое пособие / под ред. С. Ю. Махова. - Орел : МА-БИВ, 2018. - 44 с. - (Спорт для всех). - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1514354> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

10. Волейбол: теория и практика: Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / Рыцарева В.В. - Москва :Спорт, 2016. - 456 с.ISBN 978-5-9906734-7-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/913753> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

11. Фомин, Е. В. Волейбол. Начальное обучение: Учебное пособие / Фомин Е.А., Булыкина Л.В. - Москва :Спорт, 2015. - 88 с.ISBN 978-5-9906578-2-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/913719> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

12. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа. - Москва : Спорт, 2020. - 720 с. - ISBN 978-5-907225-41-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1153739> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

13. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: волейбол : методическое пособие / Л. К. Федякина, Ж. Г. Кортава, Э. Г. Лактионова, Г. Р. Мукминова. - Москва : ФЛИНТА, 2021. - 30 с. - ISBN 978-5-9765-4805-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1852388> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

14. Андреев, С. Н. Мини-футбол (футзал) : упражнения по физической и технико-тактической подготовке : пособие / С. Н. Андреев. - Москва : Спорт, 2020. - 472 с. - ISBN 978-5-9500-1795-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1085918> (дата обращения: 10.11.2021). – Режим доступа: по подписке.

Электронные ресурсы:

1. Клуб любителей плавания [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа :<http://swimming.hut.ru>.

2. Национальная информационная система «Спортивная Россия» [Электронный ресурс]. –Электрон. дан. – Режим доступа : <http://infosport.ru/xml/t/default.xml>.

3. Спортивная жизнь России [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа :<http://sportliferus.narod.ru>.

4. Физкультура в школе [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа :<http://www.fizkulturavshkole.ru/>.

**9. Материально-техническое и программное обеспечение
дисциплины**

<p>Спортивный зал: гимнастические скамейки; маты гимнастические, скакалки, мячи набивные, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры; кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, сетка волейбольная, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола, штанга.</p>	<p>394026, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Дружинников, д.8 Спортивный зал (1 этаж № 28,48,49)</p>
---	---