Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гаврилов Сергей Александрович
Должность: И.О. Ректора
Дата подписания: 18.06.2025 15:57:17
Уникальный программный ключ:
f17218015d82e3c1457d1df9e244def505047355

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский университет
«Московский институт электронной техники»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
_____ А.Г. Балашов
«31» августа 2023 г.
М.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Командные виды спорта»

Для всех направленностей (профилей) бакалавриата очной формы обучения

Москва 2023

1.ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Дисциплина «Командные виды спорта» участвует в формировании следующих компетенций образовательной программы:

УК	Подкомпетенции, формируемые в дисциплине	Индикаторы достижения компетенций
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**УК-7.КВС** Способен вести здоровый образ жизни, используя сформированную технику соревновательных движений в выбранном командном виде спорта	**Опыт** формирования техники соревновательных движений и подбора соответствующих средств тренировки в выбранном командном виде спорта.

2.МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Командные виды спорта» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы, является элективной.

3.ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Курс	Семестр	Общая трудоёмкость (ЗЕ)	Общая трудоёмкость (часы)	Контактная работа			Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация
				Лекции (часы)	Лабораторные работы (часы)	Практические занятия (часы)		
1	2	-	66	-	-	66	-	Зачет
2	3	-	66	-	-	66	-	Зачет
2	4	-	66	-	-	66	-	Зачет
3	5	-	66	-	-	66	-	Зачет
3	6	-	64	-	-	64	-	Зачет
Итого:			**328**			**328**		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ и наименование модуля	Контактная работа			Самостоятельная работа	Формы текущего контроля
	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия		
«Командные виды спорта»	-	-	328	-	Контроль физической подготовленности.

4.1. Лекционные занятия

Не предусмотрены

4.2.Практические занятия

№ модуля дисциплины	№ практического занятия	Объем занятий (часы)	Краткое содержание
Командные виды спорта			
		328	Спортивные игры. Основы техники безопасности на занятиях спортивными играми. **Баскетбол.** Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку. Упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции. Освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Правила игры и основы судейства. **Волейбол.** Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства. **Футбол.** Занятия по футболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку. Упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости.

4.3.Лабораторные занятия

Не предусмотрены.

4.4. Самостоятельная работа студентов

Не предусмотрены.

4.5. Примерная тематика курсовых работ

Не предусмотрены

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы студентов в составе УМК дисциплины (ОРИОКС// URL: https://orioks.miet.ru/prepare/ir-science?id_science=2433196, http://orioks.miet.ru/):

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Королев В.Г. (Автор МИЭТ, ФВ).Методические рекомендации по организации самостоятельных занятий физической культурой студентами вузов [Текст] : Учеб. пособие / В.Г. Королев; Министерство образования и науки РФ, Национальный исследовательский университет "МИЭТ". - М. : МИЭТ, 2012. - 120 с. - Имеется электронная версия издания. - ISBN 978-5-7256-0638-6 : б.ц., 500 экз.
2. Письменский И.А. Физическая культура [Текст] : Учебник для академического бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов. - М. : Юрайт, 2017. - 493 с. - (Бакалавр. Академический курс). - URL: https://urait.ru/bcode/413056 (дата обращения: 22.12.2020). - Обновленное электронное издание. - ISBN 978-5-534-00329-1 : 909-00.

3. Физическая культура [Текст] : Учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А.Б. Муллер, [и др.]. - М. : Юрайт, 2018. - 424 с. - (Бакалавр. Прикладной курс). - URL: https://urait.ru/bcode/449973 (дата обращения: 21.12.2020). - Обновленное электронное издание. - ISBN 978-5-534-02483-8 : 799-00.
4. Физическая культура [Электронный ресурс] : Учеб. пособие для вузов / Под ред. В.Д. Дашинорбоева. - Улан-Удэ : ВСГТУ, 2007. - 229 с. - URL : http://window.edu.ru/resource/700/48700 - 14.06.2018.
5. Физическая культура в обеспечении здоровья [Электронный ресурс] : Методические разработки / Сост. А.Н. Груздев. - Тамбов : ГОУ ВПО ТГТУ, 2011. - 16 с. - URL : http://window.edu.ru/resource/456/76456 - 07.06.2018.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

1. Юрайт: образовательная платформа. - Москва, 2013 - . - URL: https://urait.ru/ (дата обращения: 25.12.2023). - Режим доступа: для авторизованных пользователей МИЭТ.

2. Министерство спорта Российской Федерации: сайт. – Москва, 2008 – 2013. - . – URL: http://www.minsport.gov.ru (дата обращения: 25.12.2023).
3. Спортивная Россия – открытая платформа: сайт. – Москва: Стадион, 1998 – 2023. -. – URL: https://nfosport/ru/ (дата обращения: 25.12.2023).
4. ФизкультУРА: сайт. - -. – URL: https://fizkult-ura/ru/ (дата обращения: 25.12.2023).

8.ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИЙ

В ходе реализации обучения может использоваться технология смешанного обучения с использованием дистанционных ресурсов: видеороликов на Youtube.

Спортивные игры:

Футбол:

1. Работа ног, работа с мячом: https://www.youtube.com/watch?V=f9ycogirzjq&list=plnwlyedqi0kjyahxau7im5yimxfr14wtp
2. Прием мяча: https://www.youtube.com/watch?V=gdpn3weoveum
3. Чеканка: https://www.youtube.com/watch?V=hqvuqyt9ims
4. Жонглирование: https://www.youtube.com/watch?V=m_rhq7jdri8&index=19&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea
5. Ведение мяча: https://www.youtube.com/watch?V=mg2gqnkkm4i&index=7&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea
6. Остановка мяча подошвой: https://www.youtube.com/watch?V=D2g6Ox8HPMQ&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea
7. Передачи: https://www.youtube.com/watch?V=seuf3ia5yve&index=8&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea
8. Прием мяча на бедро: https://www.youtube.com/watch?V=8uyphj9l8p8&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea&index=2
9. Прием мяча на грудь: https://www.youtube.com/watch?V=jddynyolxt0&index=3&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea
10. Удар подъемом: https://www.youtube.com/watch?V=pfsnalwif1i&list=PLLNJP5QfrbX5D-haxm2yokptgnsciutea&index=4

Волейбол:

1. Обучение технике прямой верхней подачи мяча в волейболе: https://www.youtube.com/watch?v=xsbBlA_5Mk4
2. Обучение технике прямой нижней подачи мяча: https://www.youtube.com/watch?v=o8fO2q-iV6E

3. Обучение технике прием мяча снизу двумя руками: https://www.youtube.com/watch?v=rDkcnOWaFSU
4. Обучение технике прием мяча сверху двумя руками: https://www.youtube.com/watch?v=4Jtee1fmMjc
5. Обучение технике одиночное блокирование с места: https://www.youtube.com/watch?v=YTq7crjEtdU#t=84.411276
6. Обучение технике одиночного блокирования с перемещением: https://www.youtube.com/watch?v=bArmFEKdCBs
7. Обучение технике группового блокирования. Двойной блок: https://www.youtube.com/watch?v=ylWPBL2zT2U
8. Стойки и перемещения в волейболе: https://www.youtube.com/watch?v=812wDeWEGlY
9. Обучение технике нападающего удара: https://www.youtube.com/watch?v=2uo3ukWGuyg
10. Обучение технике передачи сверху: https://www.youtube.com/watch?v=lQbpg0oQNUU

Баскетбол:

1. Обучение технике броска из под кольца: https://www.youtube.com/watch?v=E0YQ0XvP140
2. Обучение технике броска со средней дистанции: https://www.youtube.com/watch?v=kGARY5AHt3U
3. Обучение технике трехочкового броска: https://www.youtube.com/watch?v=zz9Hz2DSbvY
4. Обучение технике штрафного броска: https://www.youtube.com/watch?v=THOmWP5JeqQ
5. Обучение технике передачи мяча с места: https://www.youtube.com/watch?v=0OFlaZOg5Gw , https://www.youtube.com/watch?v=DY8FKvQFjqU
6. Передача мяча в движении: https://www.youtube.com/watch?v=T_zJpC0kYTc, https://www.youtube.com/watch?v=W1EwJ_PHIXQ
7. Обучение технике «Отсечение и подбор мяча»: https://www.youtube.com/watch?v=oaaLj91348c
8. Обучение технике передвижения в защитной стойке: https://www.youtube.com/watch?v=gG-mDReWkeM
9. Ведение мяча в движении: https://www.youtube.com/watch?v=S_AyYFD66is
10. Обучение технике «дриблинг»: https://www.youtube.com/watch?v=rGBWBpnqMW8

Для взаимодействия студентов с преподавателем используются сервисы сбора обратной связи: WhatsApp, электронная почта, ВКонтакте и т.д.

9.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы	Перечень программного обеспечения
Спорткомплекс МИЭТ спортзал	1.Ворота, сетки, баскетбольные щиты, спортивные мячи: для занятий баскетболом, волейболом, теннисом, мини-футболом. 2. Барьеры для занятий легкой атлетикой. 3. Коврики, степ-платформы, боди бары, фитнес мячи: для занятий фитнесом и шейпингом. 4. Многофункциональный тренажерный комплекс, тренажеры блочные, велотренажеры, беговые дорожки, оборудование и инвентарь для занятий тяжелой атлетикой и пауэрлифтингом. 5. Компьютер с выходом в Интернет	Не требуется

10. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕРКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ/ПОДКОМПЕТЕНЦИЙ

Фонд оценочных средств по подкомпетенции УК- 7 «Способен вести здоровый образ жизни, используя сформированную технику соревновательных движений в выбранном командном виде спорта» представлен отдельным документом и размещен в составе УМК дисциплины электронной информационной образовательной среды ОРИОКС// URL: http://orioks.miet.ru/.

11.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

11.1. Особенности организации процесса обучения

Дисциплина осваивается студентами на практических занятиях в спорткомплексе МИЭТ. При смешанном обучении преподаватель связывается со студентом посредством мессенджеров/ социальных сетей и выдает задания на каждое занятие. Проверка выполнения производится путем сбора видеофайлов с выполненным комплексом упражнений.

11.2. Система контроля и оценивания

Для оценки успеваемости студентов по дисциплине используется накопительная балльная система.

Чтобы получить зачет по элективной дисциплине «Командные виды спорта» студентам необходимо набрать от 50 до 100 баллов. Сумма баллов складывается из

посещения практических занятий (не более 50 баллов, посещение одного занятия оценивается в 2 балла), выполнения контрольных мероприятий – 40 баллов, дополнительно (активность на занятиях, участие в соревнованиях) – 10 баллов. Для контроля текущей успеваемости студентов семестр разбит на 3 рубежных контроля.

По сумме баллов выставляется итоговая оценка по предмету. Структура и график контрольных мероприятий доступен в ОРИОКС// URL: http://orioks.miet.ru/.

РАЗРАБОТЧИК:

Ст. преподаватель каф. ФВ _____ /Р.В. Олейников/

Рабочая программа дисциплины «Командные виды спорта» для всех направленностей (профилей) бакалавриата разработана на кафедре Физического воспитания и утверждена на заседании кафедры 05 апреля 2023 года, протокол № 3

Заведующий кафедрой ФВ _____/А.В.Островский/

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа согласована с Центром подготовки к аккредитации и независимой оценки качества

Начальник АНОК _____/ И.М.Никулина /

Рабочая программа согласована с библиотекой МИЭТ

Директор библиотеки _____/ Т.П.Филиппова