

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Горно-Алтайский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

**Спортивные и подвижные игры**  
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности</b>		
Учебный план	06.03.01_2022_112.plx 06.03.01 Биология Биоэкология		
Квалификация	<b>бакалавр</b>		
Форма обучения	<b>очная</b>		
Общая трудоемкость	<b>0 ЗЕТ</b>		
Часов по учебному плану	328	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:		зачеты 2, 3, 4, 5, 6	
аудиторные занятия	304		
самостоятельная работа	24		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Неделя	14	2/6	17		14	5/6	17	1/6	13	5/6		
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	66	66	66	66	66	66	66	66	40	40	304	304
Итого ауд.	66	66	66	66	66	66	66	66	40	40	304	304
Контактная работа	66	66	66	66	66	66	66	66	40	40	304	304
Сам. работа									24	24	24	24
Итого	66	66	66	66	66	66	66	66	64	64	328	328

Программу составил(и):

доцент, *Водолегова В.А.*



стр. 2

Рабочая программа дисциплины

**Спортивные и подвижные игры**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 06.03.01 Биология (приказ Минобрнауки России от 07.08.2020 г. № 920)

составлена на основании учебного плана:

06.03.01 Биология

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2022 протокол № 1.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

**кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от 14.04.2022 протокол № 8

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна 

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от 02 июня 2023 №9/1\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2024 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2025 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2026 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	<i>Цели:</i> формирование знаний, умений и навыков в области спортивных и подвижных игр; готовности к применению их в практической деятельности.
1.2	<i>Задачи:</i> - обучение студентов приемам спортивных и подвижных игр, входящих в учебные программы по физической культуре образовательных учреждений; - освоение студентами методики обучения технике и тактике спортивных и подвижных игр, развития физических качеств; - практическая реализация положений теории и методики физического воспитания с учетом специфики спортивных и подвижных игр. - формировать положительные личностные качества студентов, необходимые им в будущей деятельности; - организация и проведение внеклассных мероприятий в области организационно-управленческой деятельности; - укрепление и сохранение здоровья студентов;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.09
2.1	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.2	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Общая физическая подготовка

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
<b>ИД-1.УК-7: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и демонстрирует основы медицинских знаний, соблюдает нормы здорового образа жизни</b>	
Знать: практические основы здорового образа жизни. Уметь: применять на практике основные умения базовых и новых физкультурно-спортивных видов. Владеть: навыками двигательных умений базовых и новых физкультурно-спортивных видов.	
<b>ИД-2.УК-7: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</b>	
Знать: практические основы элективных курсов по физической культуре и спорту. Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Спортивные игры в системе физического воспитания: футбол</b>						
1.1	Спортивные игры в системе физического воспитания: футбол /Пр/	2	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.2	Спортивные игры в системе физического воспитания: футбол /Ср/	6	6	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	

	<b>Раздел 2. Спортивные игры в системе физического воспитания: волейбол</b>						
2.1	Спортивные игры в системе физического воспитания: волейбол /Пр/	3	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
2.2	Спортивные игры в системе физического воспитания: волейбол /Ср/	6	4	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	<b>Раздел 3. Спортивные игры в системе физического воспитания: баскетбол</b>						
3.1	Спортивные игры в системе физического воспитания: баскетбол /Пр/	4	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
3.2	Спортивные игры в системе физического воспитания: баскетбол /Ср/	6	4	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	<b>Раздел 4. Спортивные игры в системе физического воспитания: настольный теннис</b>						
4.1	Спортивные игры в системе физического воспитания: настольный теннис /Пр/	5	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
4.2	Спортивные игры в системе физического воспитания: настольный теннис /Ср/	6	4	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	<b>Раздел 5. Подвижные игры в системе физического воспитания.</b>						
5.1	Подвижные игры в системе физического воспитания. /Пр/	6	40	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
5.2	Подвижные игры в системе физического воспитания. /Ср/	6	6	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Комплект тестовых испытаний по физической подготовленности

Мужчины

Тесты,

Результат 1 курс 2 курс 3 курс

1сем. 2сем. 3сем. 4сем. 5сем. 6сем.

1. Посещаемость (%) 100 100 100 100 100 100

2. Бег 100 м (сек) 14,6 14,4 14,4 14,2 14,4 14,4

3. Бег 3000 м (мин, сек) 15,00 14,30 14,30 14,00 без учета времени

4.Подтягивание на перекладине собств. вес до 80 кг

собств. вес св. 80 кг 8 10 10 12 10 12

4 6 8 10 8 10

5.Отжимание от пола 25 30 30 30 30 30

6.Футбол:

-штрафной удар по воротам с попаданием в верхний угол из 3-1

-штрафной удар по воротам с попаданием в нижний угол из 3-1

7.Настольный теннис: Поддача. Прием. из 5-4

8.10.Волейбол:

-подача мяча с попаданием на площадку из 6-2

-передача 2-мя руками сверху в парах, расстояние 4 м 10 передач

9.Баскетбол:

-ведение мяча с попаданием в корзину (справа, слева) из 6-2

-штрафной бросок с попаданием в корзину из 6-2

10.Подвижная игра умение провести

Женщины

<p>Тесты, результат 1 курс 2 курс 3 курс 1сем. 2сем. 3сем. 4сем. 5сем. 6сем. 1. Посещаемость (%) 100 100 100 100 100 100 2.Бег 100 м (сек) 19,0 18,5 18,5 18,0 19,0 19,0 3.Бег 2000 м (мин, сек) 12,00 11,40 11,30 11,20 без учета времени 4.Поднимание и опускание туловища из положения лежа, руки за головой (кол-во раз) 30 30 40 40 40 40 5.Отжимание от пола (сгибание-разгибание рук, в упоре лежа), (кол-во раз) 8 10 12 12 12 12 6.Футбол: -штрафной удар по воротам с попаданием в верхней угол из 3-1 -штрафной удар по воротам с попаданием в нижний угол из 3-1 7.Настольный теннис: Поддача. Прием. из 5-4 8.10.Волейбол: -подача мяча с попаданием на площадку из 6-2 -передача 2-мя руками сверху в парах, расстояние 4 м 10 передач 9.Баскетбол: -ведение мяча с попаданием в корзину (справа, слева) из 6-2 -штрафной бросок с попаданием в корзину из 6-2 10.Подвижная игра умение провести</p>
<b>5.2. Темы письменных работ</b>
<p>1 История развития игры в России и мире. Эволюция правил игры техники и тактики. 2 Соревновательная деятельность. Способы регистрации игры, значение и планирование соревнований. 3. Спортивные игры на уроках физической культуры со школьниками разного возраста. Специфика задач, средств и методики обучения. 4. Классификация спортивных игр. 5. Разминка в спортивных играх. Цель, задачи, содержание, внимание на психологическую и функциональную готовность к соревнованиям 6. Медико-биологическое и гигиеническое обеспечение занятий по спортивным играм. 7. Возникновение, развитие баскетбола. Современное представление об игре. 8. Оценка уровня развития быстроты и методика ее воспитания в спортивных играх. 9. Соревновательная подготовка и соревнования как высшая форма интегральной подготовки. 10. Многолетний характер подготовки спортсменов игровиков. 11. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх. 12. История возникновения и развития волейбола. 13. История возникновения и развития баскетбола. 14. История возникновения и развития гандбола. 15. История возникновения и развития футбола. 16. Основные средства обучения и тренировки в спортивных играх. 17. Принципы обучения в спортивных играх. 18. Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм. 19. История развития футбола в России. 20. Воспитание физических качеств баскетболистов. 21. Возникновение и значение игры. 22. Особенности физического развития детского организма. 23. Развитие физических качеств, двигательных умений и навыков в подвижной игре 24. Подготовка к проведению подвижной игры. 25. Подготовка площадки и инвентаря для проведения подвижной игры. 26. Подвижные игры в детских оздоровительных лагерях. 27. Методика проведения игр во внеурочное время. 28. Особенности проведения игры в 5-6 классах. 29. Особенности проведения игры 10-11 классах. 30. Особенности проведения игры в 7-9 классах. 31. Особенности проведения игры в 1-4 классах. 32. Игры на переменах. 33. Подвижные игры в учебно-тренировочном процессе. 34. Подвижные игры в зимнее время. 35. Подвижные игры в группах продленного дня.</p>
<b>5.3. Фонд оценочных средств</b>
Формируется отдельным документом в соответствии с Положением о фонде оценочных средств ГАГУ
<b>5.4. Перечень видов оценочных средств</b>
Тесты физической подготовленности

<b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>				
<b>6.1. Рекомендуемая литература</b>				
<b>6.1.1. Основная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Смолин Ю.В.	Основы теории спортивных соревнований и подвижных игр: учебно-методическое пособие	Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/70459.html">http://www.iprbookshop.ru/70459.html</a>
Л1.2	Ковыршина Е.Ю., Эртман Ю.Н., Кириченко В.Ф.	Разновидности спортивных игр: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/74277.html">http://www.iprbookshop.ru/74277.html</a>
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Ермаков Н.А.	Подвижные игры: методика проведения игры: учебно-методическое пособие для студентов по специальности 050720 Физическая культура	Горно-Алтайск: РИО ГАГУ, 2011	
Л2.2	Токарева А. В., Ефимова-Комарова Л. Б., Ярчиковская [и др.] Л. В.	Физическая культура для студентов специальной медицинской группы.: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/63647.html">http://www.iprbookshop.ru/63647.html</a>
<b>6.3.1 Перечень программного обеспечения</b>				
6.3.1.1	Яндекс.Браузер			
6.3.1.2	Moodle			
6.3.1.3	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ			
6.3.1.4	MS Office			
6.3.1.5	MS WINDOWS			
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>				
6.3.2.1	Межвузовская электронная библиотека			
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система IPRbooks			
6.3.2.3	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»			

<b>7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ</b>	
	дискуссия

<b>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>		
Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
318 А1	Спортивный зал. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Бревно гимнастическое высокое 5м., брусья гимнастические женские со стеклопластиковыми жердями, брусья спортивные, кольца гимнастические (на блоч. подвеске), конь с ручками (спортивный маховый), конь для прыжков, маты гимнастические, перекладина универсальная, сетка волейбольная, стойка волейбольная, табло электронное, шест гимнастический, щит баскетбольный, канат, сетка баскетбольная, измеритель высоты сетки, кассы для замены игроков, табло электронное, антенны для сетки, защита стоек волейбольная, карманы для антенн, волейбольная форма, монометр мяч волейбольный, футбольный, баскетбольный

Спортивная площадка	Спортивная площадка	Информационный щит, турник разноуровневый, шведская стенка, снаряд для прыжков в длину с места, рукоход, скамья для измерения уровня гибкости, скамья для пресса, упор для отжима, тренажер восемь перекладин
007 A1	Зал для занятий специальной медицинской группы, Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Фитболы, степ-доска, бодибар
219 A1	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для	Рабочее место преподавателя. Посадочные места для обучающихся (по количеству обучающихся). Компьютеры с доступом в Интернет
007 A1	Зал для занятий специальной медицинской группы, Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Фитболы, степ-доска, бодибар
Спортивная площадка	Спортивная площадка	Информационный щит, турник разноуровневый, шведская стенка, снаряд для прыжков в длину с места, рукоход, скамья для измерения уровня гибкости, скамья для пресса, упор для отжима, тренажер восемь перекладин
318 A1	Спортивный зал. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Бревно гимнастическое высокое 5м., брусья гимнастические женские со стеклопластиковыми жердями, брусья спортивные, кольца гимнастические (на блоч. подвеске), конь с ручками (спортивный маховый), конь для прыжков, маты гимнастические, перекладина универсальная, сетка волейбольная, стойка волейбольная, табло электронное, шест гимнастический, щит баскетбольный, канат, сетка баскетбольная, измеритель высоты сетки, кассы для замены игроков, табло электронное, антенны для сетки, защита стоек волейбольная, карманы для антенн, волейбольная форма, монометр мяч волейбольный, футбольный, баскетбольный
215 A1	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для	Рабочее место преподавателя. Посадочные места для обучающихся (по количеству обучающихся). Компьютеры с доступом в Интернет

#### 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебный материал раздела направлен на повышение функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры и спорта.

Практический раздел программы реализуется на методико-практических и занятиях в учебных группах.

Методико-практические занятия предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. Каждое методико-практическое занятие согласуется с соответствующей темой. При проведении методико-практических занятий рекомендуется придерживаться следующей примерной схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает студентам задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания по ее освоению;
- преподаватель кратко объясняет методы обучения и при необходимости показывает соответствующие приемы, способы



выполнения физических упражнений, двигательных действий для достижения необходимых результатов по изучаемой методике;

- студенты практически при взаимоконтроле воспроизводят тематические задания под наблюдением преподавателя;
- студентам выдаются индивидуальные рекомендации по практическому самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов. Под руководством преподавателя обсуждаются и анализируются итоги выполнения задания.

Контрольные тесты и зачетные нормативы студенты сдают с учетом особенностей обучения в учебном отделении (основное, специальное отделение).

В каждом семестре студентам планируется не более пяти контрольных тестов, которые выполняются в соответствии с правилами данного вида спорта.

Студенты, пропустившие учебные занятия (и не прошедшие необходимую подготовку) допускаются к тестированию только после соответствующей подготовки. В случае пропуска занятий по уважительной причине студенты могут быть освобождены от выполнения отдельных тестов. Студенты, освобожденные на длительный срок, сдают зачет по теоретическому и методическому разделам программы и готовят реферат.

Для студентов всех учебных отделений 1-3 курсов основным критерием положительной оценки при получении зачета должно быть улучшение показателей тестов в процессе всего периода обучения с учетом индивидуальных особенностей каждого студента.