**Министерство спорта Российской Федерации**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

**высшего образования**

**«Московская государственная академия физической культуры»**

**Кафедра теории и методики спортивных игр**

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  к.п.н. А.С. Солнцева  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «15» июня 2021 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  проректор по учебной работе  к.п.н., профессор А.Н Таланцев  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «15» июня 2021 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Элективные курсы по физической культуре и спорту**

**«ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА/ОФП (Спортивные игры)»**

**Б1.В.23**

**Направление подготовки:**

38.03.02 «Менеджмент»

***ОПОП:***

**«Менеджмент организации»**

**Квалификация выпускника**

бакалавр

**Форма обучения**

очная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан социально-педагогического факультета  к.психол.н., доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Дерючева |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол №10, 05.04.2020г.).)  Заведующий кафедрой,  к.п.н.. А.В.Лаптев  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Малаховка 2021**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации 12 августа 2020 г., № 970 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 августа 2020 г., регистрационный номер № 59449).

**Составители рабочей программы:**

Шкирева О.В. ст. преподаватель \_\_\_­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Бахтова Е.А. преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Лаптев А.В. к.п.н., доцент \_\_­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

УК-7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Результаты обучения по дисциплине:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Соотнесенные профессиональные стандарты | Планируемые результаты обучения |
| УК-7 | **-** | УК-7.1. Знает:   * основные методы и средства, применяемые в баскетболе, волейболе и теннисе * теорию и методику обучения базовым видам спорта; * комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовленности; * методики обучения технике волейбола, баскетбола и тенниса * правила использования спортивного оборудования и инвентаря; * основы организации здорового образа жизни.   УК-7.2. Умеет:   * применять на практике средства и методы, используемые в игровых видах спорта; * использовать спортивное оборудование и инвентарь, применяемые в практике спортивной подготовки; * использовать эффективные для вида спорта методики спортивной подготовки, задействовать упражнения узкоспециализированной направленности; * проводить самостоятельно занятия, обучать технике выполнения упражнений, способствовать развитию нравственно-волевых качеств; * проводить занятия по общей физической подготовке.   УК-7.3. Навыки и/или опыт деятельности:   * использования основ методики тренировки в баскетболе, волейболе, теннисе; * проведения тренировок по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специально-подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств; * в проведении самостоятельно или с привлечением других лиц физкультурно-оздоровительных мероприятий; * в проведении самостоятельных занятий на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий. |

1. **Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина в структуре образовательной программы является к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

В соответствии с рабочим учебным планом в очной форме обучения дисциплина изучается со 2 по 8 семестры. Объем дисциплины – 284 часов.

Вид промежуточной аттестации: со 2 по 8 семестр зачеты, во 2, 4, 6, 8 – зачеты с оценкой (ОФП).

1. **Объем дисциплины и виды учебной работы**:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Распределение по семестрам | | | | | | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **284** | **44** | **44** | **44** | **44** | **44** | **36** | **28** |
| Методические, практические занятия, учебная практика | | 284 | 44 | 44 | 44 | 44 | 44 | 36 | 28 |
| **Самостоятельная работа студента** | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Промежуточная аттестация:** | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Зачет* | | + | + | + | + | + | + | + | + |
| *ОФП:* зачет с оценкой | | + | + | - | + | - | + | - | + |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **284** | **44** | **44** | **44** | **44** | **44** | **36** | **28** |
| **зачетные единицы** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. **Содержание дисциплины**:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела |
| 1 | Практические основы тенниса | Обучение, закрепление, совершенствование технических приемов и тактических действий в теннисе; воспитание общих и специальных физических качеств, приоритетных для деятельности теннисиста; Техника перемещения в теннисе. Обучение особенностям парной и одиночной игры. Тактика ведения парной и одиночной игры.  Обучение крученому, плоскому и резаному удару. Обучение всем техническим приемам в теннисе, обучение игре на счет. |
| 2 | Практические основы баскетбола | Обучение техническим приемам в баскетболе. Обучение тактическим действиям, и дальнейшее совершенствование технических приемов. Способы перемещений в баскетболе. Позиции игроков на площадке. Развитие физических качеств. Развитие специальных физических качеств, необходимых для деятельности баскетболистов. Особенности ведения игры в баскетболе. Правила баскетбола, особенности судейства. |
| 3 | Практические основы волейбола | Обучение техническим приемам в волейболе. Дальнейшее закрепление технических приемов и обучение тактическим действиям. Способы перемещений в волейболе. Позиции игроков на площадке. Развитие физических качеств. Развитие специальных физических качеств, необходимых для деятельности волейболистов. Особенности ведения игры в волейболе. Правила волейбола, особенности судейства. |

1. **Разделы дисциплины и виды учебной работы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | Всего  час. |
| ПЗ |
| 1. | Практические основы тенниса | 132 | 132 |
| 2. | Практические основы баскетбола | 64 | 64 |
| 3. | Практические основы волейбола | 88 | 88 |
| Общая трудоемкость в часах: | | 284 | 284 |

# **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины:**

**6. 1. Основная литература.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Ветков, Н. Е. Спортивные и подвижные игры : учебно-методическое пособие / Н. Е. Ветков. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016. — 126 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/61049.html](http://www.iprbookshop.ru/61049.html%20) (дата обращения: 17.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Горбачева, О. А. Подвижные игры : учебно-методическое пособие / О. А. Горбачева. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017. — 99 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/73253.html](http://www.iprbookshop.ru/73253.html%20) (дата обращения: 17.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Жуков М. Н. Подвижные игры : учебник для студентов педагогических вузов / М. Н. Жуков. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2004. - 157 с. : ил. - ISBN 5-7695-1807-3 : 105.04. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 184 | - |
|  | Подвижные игры : учебное пособие / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина ; СибГУФК. - Омск, 2019. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 17.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Подвижные игры : учебное пособие / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина. — 350, 358, 387 — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 158 c. — ISBN 978-5-91930-122-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95631.html> (дата обращения: 17.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Скороходова, Н. Н. Подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения с элементами игры в волейбол : учебно-методическое пособие / Н. Н. Скороходова, Т. Я. Магун. — 2-е изд. — Липецк : Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семёнова-Тян-Шанского, 2018. — 50 c. — ISBN 978-5-88526-977-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/101013.html> (дата обращения: 17.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Содержание учебного материала курсов спортивных и подвижных игр для студентов заочного факультета : учебно-методическое пособие / Н. В. Луткова, Л. Н. Минина, Л. С. Кит, В. Г. Игнатов ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2004. - Библиогр.: с. 80. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 17.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. - 7-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2012. - 517 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-8775-7 | 100 | - |

* 1. **Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Былеева, Л. В.   Подвижные игры : учебное пособие для ИФК / Л. В. Былеева, И. М. Коротков. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : Физкультура и спорт, 1982. - 224 с. : ил. - 10.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 34 | - |
|  | Клещев Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. - Москва : Физкультура и спорт, 2005. - 399 с. : ил. - (Школа тренера). - ISBN 5-278-00740-0 | 14 | - |
|  | Волейбол на уроке физической культуры : учебное пособие / А. В. Беляев. - М. :СпортАкадемПресс, 2004. - 143 с. : ил. - (Физическая культура и спорт в школе). - Библиогр.: с. 142. - ISBN 5-8134-0142-3 | 2 | - |
|  | Волейбол: методическое пособие по обучению игре / Ю. Д. Железняк, В. А. Кунянский, А. В. Чачин. - М. : Терра-Спорт : Олимпия Пресс, 2005. - 110 с. : ил. - (Библиотечка тренера). - ISBN 5-93127-244-5 | 4 | - |
|  | Жуков, М. Н.   Подвижные игры : учебник для студентов педагогических вузов / М. Н. Жуков. - Москва : ACADEMIA, 2000. - 160 с. : ил. - ISBN 5-7695-0669-5 : 38.50. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 2 | - |
|  | Коротков И. М. Подвижные игры в занятиях спортом (Гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол) / И. М. Коротков. - Москва : Физкультура и спорт, 1971. - 120 с. : ил. - Библиогр.: с.119. - 0.22. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 10 | - |
|  | Коротков И. М. Подвижные игры в школе : в помощь учителю физической культуры / И. М. Коротков. - Москва : Просвещение, 1979. - 190 с. - 0.25. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 9 | - |
|  | Краузе Джерри В. Баскетбол - навыки и упражнения / Краузе Джерри В., Мейер Дон. - М. : АСТ, 2006. - 399.00. - ISBN 5-17-024731-1. | 3 | - |
|  | Кузьмичева, Е. В.   Подвижные игры для детей младшего школьного возраста : учебное пособие для студентов вузов / Е. В. Кузьмичева. - Москва : Физическая культура, 2008. - 103 с. : ил. - Библиогр.: с. 95. - ISBN 978-5-97460-105-7 : 300.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 11 | - |
|  | Кузьмичева, Е. В.   Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста : учебное пособие для студентов вузов / Е. В. Кузьмичева. - Москва : Физическая культура, 2008. - 121 с. : ил. - Библиогр.: с. 114. - ISBN 978-5-97460-088-3 : 300.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 11 | - |
|  | Нестеровский Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Д. И. Нестеровский. - 2-е изд., испр. - М. : Академия, 2006. - 335 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 334. - ISBN 5-7695-2904-0. | 10 | - |
|  | Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование : методическое пособие / А. В. Беляев. - М. : Человек, 2009. - 54 с. - (Библиотечка тренера). - ISBN 978-5-903508-58-7. | 10 | - |
|  | Подвижные игры : учебник для студентов высших учебных заведений / Л. В. Былеева, И. М. Коротков, Р. В. Климкова, Е. В. Кузьмичева. - Москва : Физическая культура, 2007. - 283 с. - ISBN 978-5-9746-0075-3 : 300.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 11 | - |
|  | Подвижные игры : учебное пособие / В. Ф. Мишенькина, В. С. Шалаев, Т. А. Колупаева, В. Ф. Кириченко ; СибГУФК. - Омск, 2004. - 91 с. : ил. - Библиогр.: с 69. - б/ц. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 1 | - |
|  | Подвижные игры : учебное пособие / И. М. Коротков, Л. В. Былеева, Р. В. Климкова. - Москва : СпортАкадемПресс, 2002. - 230 с. - ISBN 5-8134-0092-3 : 92.40. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 4 | - |
|  | Подвижные игры : учебно-методическое пособие / Г. Н. Ромашин, Е. В. Мещерякова, В. В. Приходько, В. В. Костюков ; КубГУФК. - Краснодар, 2004. - 51 с. : ил. - Библиогр.: с. 50. - б/ц. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 2 | - |
|  | Подвижные игры. Практический материал : учебное пособие для студентов вузов и ссузов / Л. В. Былеева, И. М. Коротков, Р. В. Климкова, Е. В. Кузьмичева. - Москва : СпортАкадемПресс, 2002. - 279 с. - ISBN 5-8134-0095-8 : 80.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 7 | - |
|  | Спорт в школе. Организационно-методические основы преподавания физической культуры. В 2 т. Т. 1 / сост. И. П. Космина, А. П. Паршиков, Ю. П. Пузырь. - М. : Советский спорт, 2003. - 253 с. : ил. - Библиогр.: с. 250-253. - ISBN 5-85009-788-0 | 9 | - |
|  | Спортивные игры и методика преподавания: учебник для педагогических факультетов институтов физической культуры /.,перераб. и доп. - под общ. ред. Ю. И. Портных. - 2-е издМ. : Физкультура и спорт, 1986. - 320с. | 144 | - |
|  | Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. - 5-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2008. - 517 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-5517-6. | 10 | - |
|  | Теоретико-методологические основы спортивных и подвижных игр : сборник лекций / Мос. гос. акад. физ. культуры ; сост. В. П. Черемисин. - Малаховка, 2002. - 284 с. | 93 | - |
|  | Теория и методика спортивных игр : сборник лекций. Вып. 4, ч. 1 / МГАФК; сост. В. П. Черемисин. - Малаховка, 2006. - 175 с. - 187.00. | 34 | - |
|  | Черемисин В. П. Теоретико-методологические основы спортивных и подвижных игр : сборник лекций / В. П. Черемисин ; МГАФК. - Москва, 2000. - 168 с. | 136 | - |
|  | Черемисин В. П. Теоретико-методологические основы спортивных и подвижных игр : сборник лекций / В. П. Черемисин ; МГАФК. - Москва, 2000. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.12.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

1. **Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет». Информационно-справочные и поисковые системы, профессиональные базы данных:**
2. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
3. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
6. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
7. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
8. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
9. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
11. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
12. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>
13. Российская Федерация Баскетбола https: <https://russiabasket.tv/>
14. Всероссийская федерация волейбола <https://volley.ru/>
15. Федерация тенниса России <https://tennis-russia.ru/>
16. **Материально-техническое обеспечение дисциплины**
    1. **Оборудование и спортивный инвентарь спортивного зала**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование оборудования и спортивного инвентаря | Единица измерения | Количество изделий |
|  | баскетбольная площадка | Штук | 2 |
|  | баскетбольные мячи | Штук | 40 |
|  | Баскетбольные щиты и кольца | Штук | 7 |
|  | тренажеры для физической подготовки; | Штук | 5 |
|  | гимнастические стенки; | Штук | 5 |
|  | конусы для разметки | Штук | 20 |
|  | Скакалки | Штук | 20 |
|  | набивные мячи разного веса | Штук | 10 |
|  | стандартная волейбольная площадка; | Штук | 1 |
|  | волейбольные мячи | Штук | 12 |
|  | волейбольные стойки | Штук | 2 |
|  | тренажеры для физической подготовки; | Штук | 7 |
|  | гимнастические стенки; | Штук | 5 |
|  | конусы для разметки | Штук | 20 |
|  | Скакалки | Штук | 20 |
|  | набивные мячи разного веса | Штук | 10 |
|  | волейбольная сетка | Штук | 4 |
|  | стандартная теннисная площадка; | Штук | 1 |
|  | теннисные мячи | Штук | 72 |
|  | теннисные стойки | Штук | 2 |
|  | тренажеры для физической подготовки; | Штук | 5 |
|  | гимнастические стенки; | Штук | 5 |
|  | конусы для разметки | Штук | 20 |
|  | Скакалки | Штук | 20 |
|  | набивные мячи разного веса | Штук | 10 |
|  | теннисные сетки | Штук | 4 |

**Оборудование и спортивный инвентарь** **тренажерного зала.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование оборудования и спортивного инвентаря | Единица измерения | Количество изделий |
|  | Велоэргометр | Штук | 1 |
|  | Гантели переменной массы (от 1 до 10 кг) | Комплект | 1 |
|  | Гантели переменной массы (от 12,5; 15; 17,5; 20; 22,5 кг) | Штук | 5 |
|  | Дорожка беговая электромеханическая | Штук | 1 |
|  | Зеркало настенное | Штук | 1 |
|  | Машина (тренажер) Смита | Штук | 1 |
|  | Скамья атлетическая (регулируемая) | Штук | 1 |
|  | Скамья для мышц пресса | Штук | 1 |
|  | Скамья (упор) для прогибаний | Штук | 1 |
|  | Стеллаж для хранения гантелей | Штук | 1 |
|  | Стеллаж для хранения штанг | Штук | 1 |
|  | Стул атлетический | Штук | 1 |
|  | Тренажер приведение бедер | Штук | 1 |
|  | Тренажер отведение бедер | Штук | 1 |
|  | Тренажер сгибание голени | Штук | 1 |
|  | Тренажер разгибание голени | Штук | 1 |
|  | Тренажер горизонтальное сгибание – разгибание плеч | Штук | 1 |
|  | Тренажер (гравитрон) подтягивания–отжимания на брусьях | Штук | 1 |
|  | Тренажер вертикальная тяга | Штук | 1 |
|  | Тренажер горизонтальная тяга | Штук | 1 |

**Оборудование методического кабинета.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование оборудования и спортивного инвентаря | Единица измерения | Количество изделий |
|  | Видеокамера | Штук | 1 |
|  | Видеоплеер | Штук | 1 |
|  | Ноутбук | Штук | 1 |
|  | Экран | Штук | 1 |

**8.2. Программное обеспечение.**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

Для контроля знаний обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении» разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС»

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к Рабочей программе дисциплины*

*«Прикладная физическая культура/ОФП (спортигры)»*

**Министерство спорта Российской Федерации**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

**высшего образования**

**«Московская государственная академия физической культуры»**

**Кафедра теории и методики спортивных игр**

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол №8/21 от «15» июня 2021 г.

Председатель УМК,

проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Н. Таланцев

**Фонд оценочных средств**

по дисциплине

**Элективные курсы по физической культуре и спорту**

**«Прикладная физическая культура/ОФП (спортивные игры)»**

Направление подготовки: 38.03.02 Менеджмент

**ОПОП:**

«Менеджмент организации»

**Форма обучения**

очная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол №10, 05.04.2020г.)

заведующий кафедрой, к.п.н., А.В. Лаптев

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Малаховка, 2021 год

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**Раздел 1. «Практические основы тенниса»**

**Контроль физической подготовленности по дисциплине «Прикладная физическая культура)»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тест** | **Оценка** | **2 семестр** | | **3 семестр** | | **4 семестр** | | **5-6 семестр** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **Бег 30 м (с)** | **Отл.** | 4,6 | 4,7 | 4,5 | 4,65 | 4,35 | 4,6 | 4,2 | 4,55 |
| **Хор.** | 4,9 | 5,0 | 4,6 | 4,95 | 4,45 | 4,9 | 4,4 | 4,85 |
| **Уд.** | 5,2 | 5,3 | 4,7 | 5,25 | 4,55 | 5,2 | 4,4 | 5,15 |
| **Прыжок вверх (см)** | **Отл.** | 45 | 41 | 48 | 43 | 51 | 45 | 54 | 47 |
| **Хор.** | 41 | 37 | 44 | 39 | 47 | 41 | 50 | 43 |
| **Уд.** | 37 | 33 | 40 | 35 | 43 | 37 | 46 | 39 |
| **Прыжок в длину (см)** | **Отл.** | 215 | 210 | 225 | 215 | 235 | 220 | 245 | 225 |
| **Хор.** | 200 | 195 | 210 | 200 | 220 | 205 | 230 | 210 |
| **Уд.** | 185 | 180 | 195 | 185 | 205 | 190 | 215 | 195 |
| **Бросок мяча (1 кг) движением подачи (м)** | **Отл.** | 15 | 13 | 18 | 15 | 21 | 17 | 24,5 | 19 |
| **Хор.** | 13,5 | 10,5 | 16 | 13 | 19 | 15 | 22,5 | 17 |
| **Уд.** | 12 | 9 | 14 | 11 | 17 | 13 | 20,5 | 15 |
| **Челночный бег (6\*8)** | **Отл.** | 13,1 | 13,3 | 12,9 | 13,1 | 12,7 | 12,9 | 12,5 | 12,7 |
| **Хор.** | 13,5 | 13,7 | 13,3 | 13,5 | 13,1 | 13,3 | 12,9 | 13,1 |
| **Уд.** | 13,9 | 14,1 | 13,7 | 13,9 | 13,5 | 13,7 | 13,3 | 13,5 |
| **Ловля палки (см)** | **Отл.** | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| **Хор.** | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| **Уд.** | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| **Прыжки на координацию в сторону** | **Отл.** | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 |
| **Хор.** | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 3,0 |
| **Уд.** | 4,5 | 4,5 | 4,5 | 4,5 | 4,5 | 4,5 | 4,5 | 4,5 |

**Контроль технической подготовленности по дисциплине «Прикладная физическая культура»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Действие** | **Замах** | **Подход к мячу** | **Вынос ракетки на мяч** | **Момент удара** | **Окончание удара** | **Выход из удара** | **Общая оценка** |
| **УДАРЫ С ОТСКОКА (справа/слева)** |  |  |  |  |  |  |  |
| **УДАРЫ С ЛЕТА (справа/слева)** |  |  |  |  |  |  |  |
| **УДАРЫ НАД ГОЛОВОЙ (справа/слева)** |  |  |  |  |  |  |  |
| **СВЕЧА(справа/слева)** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ПОДАЧА (1/2 квадрат корта)** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ПРИЕМ ПОДАЧИ (1/2 квадрат корта)** |  |  |  |  |  |  |  |

**Контроль технико-тактической подготовленности по дисциплине «Прикладная физическая культура)»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Действие** | **Количество раз** | | |
| **2 семестр** | **3 семестр** | **4 семестр** |
| **УДАРЫ С ОТСКОКА:**   * По линии * По диагонали * Обратным «кроссом» * «Треугольник» * «Восьмерка» | **Не менее 10 раз** | **Не менее 15 раз** | **Не менее 20 раз** |
| **УДАРЫ С ЛЕТА СПРАВА/СЛЕВА:**   * По линии * По диагонали * Обратным «кроссом» * В центр корта * «Треугольник» * «Восьмерка» |
| **УДАРЫ НАД ГОЛОВОЙ («СМЭШ»)**   * По линии * По диагонали |
| **ПОДАЧА (1 и 2 квадраты корта):**   * По линии * По диагонали * В середину квадрата |
| **ПРИЕМ ПОДАЧИ (1 и 2 квадраты корта):**   * По линии * По диагонали * Обратным «кроссом» |

**Раздел 2. Практические основы волейбола**

**Контроль технико-тактической подготовленности по дисциплине «Прикладная физическая культура)»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Действие** | **5,6 семестр** |
| Верхняя передача мяча двумя руками | Техника выполнения |
| Нижняя передача мяча двумя руками | Техника выполнения |
| Нижняя прямая подача мяча | Техника выполнения |
| Нижняя боковая подача мяча | Техника выполнения |
| Верхняя прямая подача мяча | Техника выполнения |
| Верхняя прямая подача мяча | Точность попадания по зонам 1, 5, 6 (при правильной технике) |
| Верхняя передача мяча двумя руками | 20 передач в парах на расстоянии 4-5 метров (при правильной технике) |
| Нижняя передача мяча двумя руками | 20 передач в парах на расстоянии 4-5 метров (при правильной технике) |
| Нападающий удар | Техника выполнения |

**Раздел 3. Практические основы баскетбола**

**Контроль технико-тактической подготовленности по дисциплине «Прикладная физическая культура)»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Действие** | **7, 8 семестр** |
| Стойки нападающего. Основные способы передвижений. | Техника выполнения |
| Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты вперёд и назад на 180 градусов. | Техника выполнения |
| Ловля и передачи мяча на месте. | Техника выполнения |
| Остановка двумя шагами с ловлей мяча, посланного партнёром. | Техника выполнения |
| Ловля и передачи мяча в движении. | Техника выполнения |
| Штрафные броски одной или двумя руками сверху. | Забить из 5 - 3 раза (при правильной технике) |
| Бросок одной рукой от плеча в движении после передачи (слева и справа). | Забить из 6 - 4 раза (при правильной технике) |
| Ведение мяча на месте и в движении. | Техника выполнения |
| Переводы мяча на месте и в движении. | Техника выполнения |
| Остановка двумя шагами после ведения мяча. | Техника выполнения |
| Бросок одной рукой от плеча после ведения (слева и справа). | Забить из 6 - 4 раза (при правильной технике) |
| Бросок в прыжке. | Забить из 5 - 2 раза (при правильной технике) |
| Вырывание мяча. | Техника выполнения |
| Выбивание мяча. | Техника выполнения |
| Перехваты мяча при передачах. | Из 5 - 3 раза (при правильной технике) |
| Перехваты мяча при ведении. | Из 5 - 2 раза (при правильной технике) |

**Критерии оценки:**

- оценка **«зачтено»** выставляется обучающемуся, выполнившим вышеперечисленные нормативы;

- оценка **«не зачтено»** ставятся студенту, не выполнившему наименьшие нормативы, предусмотренные программой обучения или в случае пропуска занятий студентом в объеме 60% и более без уважительной причины.

**Оценочные таблицы для расчёта очков по ОФП**

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В ПОДТЯГИВАНИИ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| кол.  повт. | очки | кол.  повт. | очки |
| 8.00  9.00  10.00  11.00  12.00  13.00  14.00  15.00  16.00  17.00  18.00 | 600.00  614.29  628.57  642.86  657.14  671.43  685.71  700.00  705.23  710.46  715.69 | 19.00  20.00  21.00  22.00  23.00  24.00  25.00  26.00  27.00  28.00  29.00 | 720.92  726.14  731.37  736.00  737.91  739.83  741.74  743.66  745.57  747.48  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В ПРЫЖКАХ В ДЛИНУ С МЕСТА (ЮНОШИ)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| см | очки | см | очки | см | очки | см | очки |
| 225.00  226.00  227.00  228.00  229.00  230.00  231.00  232.00  233.00  234.00  235.00  236.00  237.00  238.00  239.00  240.00  241.00  242.00  243.00 | 600.00  604.00  608.00  612.00  616.00  620.00  624.00  628.00  632.00  636.00  640.00  644.00  648.00  652.00  656.00  660.00  664.00  668.00  672.00 | 244.00  245.00  246.00  247.00  248.00  249.00 250.00  251.00  252.00  253.00  254.00  255.00  256.00  257.00  258.00  259.00  260.00  261.00  262.00 | 676.00  680.00  684.00  688.00  692.00  696.00 700.00  701.46  702.93  704.39  705.86  707.32  708.78  710.25  711.71  713.18  714.64  716.11  717.57 | 263.00  264.00  265.00  266.00  267.00  268.00  269.00  270.00  271.00  272.00  273.00  274.00  275.00 276.00  277.00  278.00  279.00  280.00  281.00 | 719.03  720.50  721.96  723.43  724.89  726.35  727.82  729.28  730.75  732.21  733.67  735.14  736.00 736.54  737.07  737.61  738.14  738.68  739.22 | 282.00  283.00  284.00  285.00  286.00  287.00  288.00  289.00  290.00  291.00  292.00  293.00  294.00  295.00  296.00  297.00  298.00  299.00  300.00 | 739.75  740.29  740.82  741.36  741.89  742.43  742.97  743.50  744.04  744.57  745.11  745.65  746.18  746.72  747.25  747.79  748.33  748.86  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В БЕГЕ НА 1000 М (ЮНОШИ)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| мин.сек | очки | мин.сек | очки | мин.сек | очки | мин.сек | очки |
| 3.50  3.49  3.48  3.47  3.46  3.45  3.44  3.43  3.42  3.41  3.40  3.39  3.38  3.37  3.36  3.35  3.34  3.33  3.32 | 600.00  602.50  605.00  607.50  610.00  612.50  615.00  617.50  620.00  622.50  625.00  627.50  630.00  632.50  635.00  637.50  640.00  642.50  645.00 | 3.31  3.30  3.29  3.28  3.27  3.26  3.25  3.24  3.23  3.22  3.21  3.20  3.19  3.18  3.17  3.16  3.15  3.14  3.13 | 647.50  650.00  652.50  655.00  657.50  660.00  662.50  665.00  667.50  670.00  672.50  675.00  677.50  680.00  682.50  685.00  687.50  690.00  692.50 | 3.12  3.11  3.10  3.09  3.08  3.07  3.06  3.05  3.04  3.03  3.02  3.01  3.00  2.59  2.58  2.57  2.56  2.55  2.54 | 695.00  697.50  700.00  701.83  703.66  705.49  707.32  709.15  710.98  712.81  714.64  716.47  718.30  720.13  721.96  723.79  725.62  727.45  729.28 | 2.53  2.52  2.51  2.50  2.49  2.48  2.47  2.46  2.45  2.44  2.43  2.42  2.41  2.40 | 731.11  732.94  734.77  736.00  737.34  738.68  740.02  741.36  742.70  744.04  745.38  746.72  748.06  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В СГИБАНИИ-РАЗГИБАНИИ РУК В УПОРЕ ЛЕЖА (ДЕВУШКИ)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| кол.  повт. | очки | кол.  повт. | очки |
| 12.00  13.00  14.00  15.00  16.00  17.00  18.00  19.00  20.00  21.00  22.00  23.00  24.00  25.00  26.00  27.00  28.00  29.00  30.00  31.00 | 600.00  607.69  615.38  623.08  630.77  638.46  646.15  653.85  661.54  669.23  676.92  684.62  692.31  700.00  702.82  705.63  708.45  711.26  714.08  716.89 | 32.00  33.00  34.00  35.00  36.00  37.00  38.00  39.00  40.00  41.00  42.00  43.00  44.00  45.00  46.00  47.00  48.00  49.00  50.00  51.00 | 719.71  722.52  725.34  728.16  730.97  733.79  736.00  737.03  738.06  739.09  740.12  741.15  742.18  743.21  744.24  745.28  746.31  747.34  748.37  750.00 |

Т А Б Л И Ц А

ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В ПРЫЖКАХ В ДЛИНУ С МЕСТА (ДЕВУШКИ)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| см | очки | см | очки | см | очки |
| 185.00  186.00  187.00  188.00  189.00  190.00  191.00  192.00  193.00  194.00  195.00  196.00  197.00  198.00  199.00  200.00  201.00  202.00  203.00  204.00  205.00 | 600.00  605.00  610.00  615.00  620.00  625.00  630.00  635.00  640.00  645.00  650.00  655.00  660.00  665.00  670.00  675.00  680.00  685.00  690.00  695.00  700.00 | 206.00  207.00  208.00  209.00  210.00  211.00  212.00  213.00  214.00  215.00  216.00  217.00  218.00  219.00  220.00  221.00  222.00  223.00  224.00  225.00  226.00 | 701.83  703.66  705.49  707.32  709.15  710.98  712.81  714.64  716.47  718.30  720.13  721.96  723.79  725.62  727.45  729.28  731.11  732.94  734.77  736.00  736.67 | 227.00  228.00  229.00  230.00  231.00  232.00  233.00  234.00  235.00  236.00  237.00  238.00  239.00  240.00  241.00  242.00  243.00  244.00  245.00 | 737.34  738.01  738.68  739.35  740.02  740.69  741.36  742.03  742.70  743.37  744.04  744.71  745.38  746.05  746.72  747.39  748.06  748.73  750.00 |

ТАБЛИЦА ДЛЯ РАСЧЕТА ОЧКОВ В БЕГЕ НА 1000 М (ДЕВУШКИ)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| мин.сек | очки | мин.сек | очки | мин.сек | очки |
| 4.45  4.44  4.43  4.42  4.41  4.40  4.39  4.38  4.37  4.36  4.35  4.34  4.33  4.32  4.31  4.30  4.29  4.28  4.27  4.26  4.25  4.24  4.23  4.22  4.21  4.20  4.19  4.18  4.17  4.16  4.15  4.14 | 600.00  602.50  605.00  607.50  610.00  612.50  615.00  617.50  620.00  622.50  625.00  627.50  630.00  632.50  635.00  637.50  640.00  642.50  645.00  647.50  650.00  652.50  655.00  657.50  660.00  662.50  665.00  667.50  670.00  672.50  675.00  677.50 | 4.13  4.12  4.11  4.10  4.09  4.08  4.07  4.06  4.05  4.04  4.03  4.02  4.01  4.00  3.59  3.58  3.57  3.56  3.55  3.54  3.53  3.52  3.51  3.50  3.49  3.48  3.47  3.46  3.45  3.44  3.43 | 680.00  682.50  685.00  687.50  690.00  692.50  695.00  697.50  700.00  701.21  702.43  703.64  704.86  706.07  707.29  708.50  709.72  710.93  712.14  713.36  714.57  715.79  717.00  718.22  719.43  720.64  721.86  723.07  724.29  725.50  726.72 | 3.42  3.41  3.40  3.39  3.38  3.37  3.36  3.35  3.34  3.33  3.32  3.31  3.30  3.29  3.28  3.27  3.26  3.25  3.24  3.23  3.22  2.21  3.20  3.19  3.18  3.17  3.16  3.15  3.14  3.13  3.12 | 727.93  729.15  730.36  731.57  732.79  734.00  735.22  736.00  736.59  737.18  737.77  738.36  738.95  739.54  740.13  740.72  741.31  741.90  742.49  743.08  743.67  744.26  744.85  745.44  746.03  746.62  747.21  747.80  748.39  748.98  750.00 |

**Критерии оценки контрольных нормативов по ОФП:**

- оценка **«отлично»** ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал 2100 и более баллов;

- оценка **«хорошо»** ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал 1970-2099 баллов;

- оценка **«удовлетворительно»** ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал 1800-1969 баллов;

- оценка **«неудовлетворительно»** ставится студенту если он при выполнении контрольных нормативов набрал менее 1800 баллов.