

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце: МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФИО: Силин Яков Петрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 26.09.2023 10:39:41  
Уникальный программный ключ:  
24f866be2aca16484036a8eb5c509a9931e605d

Одобрена  
кафедрой

22.11.2022 г.  
протокол № 2  
И.о. зав. кафедрой Кочерьян М.А.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный экономический университет»

Утверждена  
Советом по учебно-методическим  
вопросам и качеству образования  
14 декабря 2022 г.  
протокол № 4  
Председатель Карх Д.А.  
(подпись)



### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Наименование дисциплины | Элективные курсы по физической культуре и спорту (баскетбол) |
| Направление подготовки  | 38.03.02 Менеджмент  |
| Профиль                 | Все профили  |
| Форма обучения          | очная  |
| Год набора              | 2023   |
| Разработана:            |  |
| Ст. преподаватель       |  |
| Кудрявцев И.С.          |  |

Екатеринбург  
2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ВВЕДЕНИЕ</b>  | <b>3</b>  |
| <b>1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | <b>3</b>  |
| <b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>  | <b>3</b>  |
| <b>3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | <b>3</b>  |
| <b>4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОПОП</b>   | <b>4</b>  |
| <b>5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН</b>  | <b>4</b>  |
| <b>6. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ<br/>ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ</b>  | <b>5</b>  |
| <b>7. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>  | <b>10</b> |
| <b>8. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО<br/>ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ<br/>ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ</b>   | <b>12</b> |
| <b>9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,<br/>НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | <b>12</b> |
| <b>10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ<br/>ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И<br/>ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ, ОНЛАЙН КУРСОВ,<br/>ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО<br/>ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b> | <b>13</b> |
| <b>11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ<br/>ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО<br/>ДИСЦИПЛИНЕ</b>  | <b>14</b> |

## ВВЕДЕНИЕ

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования - программы бакалавриата, разработанной в соответствии с ФГОС ВО

|         |   |
|---------|---|
| ФГОС ВО | Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент (приказ Минобрнауки России от 12.08.2020 г. № 970) |
| ПС      |   |

### 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения учебной дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту" является:

формирование компетенций, направленных на приобретение знаний и практических навыков, необходимых для овладения самостоятельного методически правильного использования

методов физического воспитания и укрепления здоровья, способных обеспечить полноценную социальную и профессиональную деятельность индивида;

обеспечение подготовки и стимулирование студентов к выполнению нормативов и требований ВФСК "ГТО" в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)", являющегося программной и нормативной основой физического воспитания населения.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина относится к базовой части учебного плана.

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

| Промежуточный контроль | Часов            |                                |   |  | З.е. |
|------------------------|------------------|--------------------------------|---|--|------|
|                        | Всего за семестр | Контактная работа (по уч.зан.) |   | Самостоятельная работа в том числе подготовка контрольных и курсовых |      |
|                        |                  | Всего                          | Практические занятия, включая курсовое проектирование |  |      |
| Семестр 1              |                  |                                |   |  |      |
|                        | 0                | 42                             | 42  | 0  | 0    |
| Семестр 2              |                  |                                |   |  |      |
| Зачет                  | 0                | 56                             | 56  | 0  | 0    |
| Семестр 3              |                  |                                |   |  |      |
|                        | 0                | 56                             | 56  | 0  | 0    |
| Семестр 4              |                  |                                |   |  |      |
| Зачет                  | 0                | 72                             | 72  | 0  | 0    |
| Семестр 5              |                  |                                |   |  |      |
|                        | 0                | 56                             | 56  | 0  | 0    |
| Семестр 6              |                  |                                |   |  |      |
| Зачет                  | 0                | 36                             | 36  | 10   | 0    |
|                        | 0                | 318                            | 318   | 10   | 0    |

#### 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОПОП

В результате освоения ОПОП у выпускника должны быть сформированы компетенции, установленные в соответствии ФГОС ВО.

| Шифр и наименование компетенции   | Индикаторы достижения компетенций   |
|---|---|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-1.УК-7 Знать: основы здорового образа жизни, здоровьесберегающих технологий, физической культуры |
|   | ИД-2.УК-7 Уметь: выполнять комплекс физических упражнений   |
|   | ИД-3.УК-7 Иметь практический опыт занятий физической культурой                                      |

#### 5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Тема      | Часов   |             |                                |              |                      |                |                                 |
|-----------|---|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|----------------|---------------------------------|
|           | Наименование темы   | Всего часов | Контактная работа (по уч.зан.) |              |                      | Самост. работа | Контроль самостоятельной работы |
|           |   |             | Лекции                         | Лабораторные | Практические занятия |                |                                 |
| Семестр 1 |   | 42          |                                |              |                      |                |                                 |
| Тема 1.   | Введение.   | 20          |                                |              | 20                   |                |                                 |
| Тема 2.   | Контроль, владение мячом.                                 | 22          |                                |              | 22                   |                |                                 |
| Семестр 2 |   | 56          |                                |              |                      |                |                                 |
| Тема 3.   | Дриблинг в статическом положении.                         | 28          |                                |              | 28                   |                |                                 |
| Тема 4.   | Дриблинг в движении.                                      | 28          |                                |              | 28                   |                |                                 |
| Семестр 3 |   | 56          |                                |              |                      |                |                                 |
| Тема 5.   | Техника передачи мяча параллельно полу.                   | 28          |                                |              | 28                   |                |                                 |
| Тема 6.   | Освоение техники броска из-под кольца с места и в прыжке. | 28          |                                |              | 28                   |                |                                 |
| Семестр 4 |   | 72          |                                |              |                      |                |                                 |
| Тема 7.   | Скоростное обыгрывание.                                   | 36          |                                |              | 36                   |                |                                 |

|           |  |    |  |  |    |    |  |
|-----------|--|----|--|--|----|----|--|
| Тема 8.   | Обучение игры 3x3 на одно кольцо, стритбол.  | 36 |  |  | 36 |    |  |
| Семестр 5 |  | 56 |  |  |    |    |  |
| Тема 9.   | Технико-тактические действия при игре личной защите.                               | 28 |  |  | 28 |    |  |
| Тема 10.  | Технико-тактические действия при групповом нападении (взаимодействие 2-3 игроков). | 28 |  |  | 28 |    |  |
| Семестр 6 |  | 46 |  |  |    |    |  |
| Тема 11.  | Технико-тактические действия при командном нападении.                              | 18 |  |  | 18 |    |  |
| Тема 12.  | Технико-тактические действия при командной защите.                                 | 28 |  |  | 18 | 10 |  |

## 6. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ

| Раздел/Тема                     | Вид оценочного средства  | Описание оценочного средства   | Критерии оценивания |
|---------------------------------|--|--|---------------------|
| Текущий контроль (Приложение 4) |  |  |                     |
| 1 семестр - 6 семестр           | Ведомости посещаемости учебных занятий (Приложение 4)  | Посещение практических занятий (одно занятие 2 балла)  | Не более 50 баллов  |
| 1 семестр - 6 семестр           | Списки волонтеров или болельщиков, которые посетили спортивно-массовые мероприятия (Приложение 4)    | Участие в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня в качестве волонтера или болельщика (от 5 до 10 баллов в зависимости от уровня мероприятия)  | Не более 30 баллов  |
| 1 семестр - 6 семестр           | Протоколы участия во Всероссийских проектах ВФСК "ГТО" и "От студзачета к знаку "ГТО" (Приложение 4) | Выполнение нормативов ВФСК "ГТО" и нормативов студзачета:<br>Золотой знак "ГТО" 50 баллов<br>Серебряный знак "ГТО" 40 баллов<br>Бронзовый знак "ГТО" 30 баллов<br>Любой знак "От студзачета к знаку "ГТО" 10 баллов  | Не более 50 баллов  |
| 1 семестр - 6 семестр           | Скриншоты прохождения дистанций или протоколы спортивно-массовых мероприятий (Приложение 4)          | Участие во Всероссийских и внутривузовских спортивно-массовых мероприятиях ("Кросс нации", "Лыжня России", "Лед надежды нашей" и др.), а также внутривузовских соревнованиях и соревнованиях АССК (от 5 до 15 баллов в зависимости от уровня соревнований) | Не более 30 баллов  |

|                                       |  |   |                     |
|---------------------------------------|--|---|---------------------|
| 1 семестр - 6 семестр                 | Протоколы соревнований и журналы посещаемости (Приложение 4) | Регулярное посещение занятий в сборных и секциях университета. Участие в соревнованиях сборных команд университета в течение учебного года (от 10 до 100 в зависимости от количества посещенных занятий и результатов выступлений на соревнованиях, но не более 10 баллов в месяц за посещаемость занятий)  | Не более 100 баллов |
| Промежуточный контроль (Приложение 5) |  |   |                     |
| 2 семестр (За)                        | Нормативы (Приложение 5)                                     | <p>Нормативы для определения развития физических качеств:</p> <p>1. Прыжок в длину с места.<br/>(девушки): 50% - 155 см, 75% - 165 см, 100% - 170 см<br/>(юноши): 50% - 190 см, 75% - 205 см, 100% - 210 см</p> <p>2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимн. скамье в см.<br/>(девушки): 50% - 6, 75% - 7, 100% - 8<br/>(юноши): 50% - 4, 75% - 5, 100% - 6</p> <p>3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.).<br/>(девушки): 50% - 20, 75% - 24, 100% - 32<br/>(юноши): 50% - 20, 75% - 27, 100% - 33</p> <p>4. Челночный бег 3x10 м.<br/>(девушки): 50% - 10.0, 75% - 9.3, 100% - 9.0<br/>(юноши): 50% - 9.0, 75% - 8.2, 100% - 8.0</p> <p>5. Подтягивание из виса на высокой перекладине / на низкой перекладине.<br/>(девушки): 50% - 4, 75% - 7, 100% - 10<br/>(юноши): 50% - 5, 75% - 7, 100% - 10</p> <p>6. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.<br/>(девушки): 50% - 4, 75% - 7, 100% - 10<br/>(юноши): 50% - 12, 75% - 22, 100% - 28</p> <p>Результаты выполнения нормативов, указанных в таблице, не должны быть меньше указанных значений, сдано должно быть не менее 5 нормативов из 6.</p> <p>Для студентов специальной медицинской группы для получения зачёта (промежуточный контроль) необходимо подготовить и защитить реферат на тему: "Теория и методика занятий (избранным видом спорта)" (приложение 2).</p> | 50-100%             |

|                |                             |   |         |
|----------------|-----------------------------|---|---------|
| 4 семестр (За) | Нормативы<br>(Приложение 5) | <p>Нормативы для определения развития физических качеств:</p> <p>1. Прыжок в длину с места.<br/>(девушки): 50% - 155 см, 75% - 165 см, 100% - 170 см<br/>(юноши): 50% - 190 см, 75% - 205 см, 100% - 210 см</p> <p>2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимн. скамье в см.<br/>(девушки): 50% - 6, 75% - 7, 100% - 8<br/>(юноши): 50% - 4, 75% - 5, 100% - 6</p> <p>3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.).<br/>(девушки): 50% - 20, 75% - 24, 100% - 32<br/>(юноши): 50% - 20, 75% - 27, 100% - 33</p> <p>4. Челночный бег 3x10 м.<br/>(девушки): 50% - 10.0, 75% - 9.3, 100% - 9.0<br/>(юноши): 50% - 9.0, 75% - 8.2, 100% - 8.0</p> <p>5. Подтягивание из виса на высокой перекладине / на низкой перекладине.<br/>(девушки): 50% - 4, 75% - 7, 100% - 10<br/>(юноши): 50% - 5, 75% - 7, 100% - 10</p> <p>6. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.<br/>(девушки): 50% - 4, 75% - 7, 100% - 10<br/>(юноши): 50% - 12, 75% - 22, 100% - 28</p> <p>Результаты выполнения нормативов, указанных в таблице, не должны быть меньше указанных значений, сдано должно быть не менее 5 нормативов из 6.</p> <p>Для студентов специальной медицинской группы для получения зачёта (промежуточный контроль) необходимо подготовить и защитить реферат на тему: "Теория и методика занятий (избранным видом спорта)" (приложение 2).</p> | 50-100% |
|----------------|-----------------------------|---|---------|

|                |                             |   |         |
|----------------|-----------------------------|---|---------|
| 6 семестр (За) | Нормативы<br>(Приложение 5) | <p>Нормативы для определения развития физических качеств:</p> <p>1. Прыжок в длину с места.<br/>(девушки): 50% - 155 см, 75% - 165 см, 100% - 170 см<br/>(юноши): 50% - 190 см, 75% - 205 см, 100% - 210 см</p> <p>2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимн. скамье в см.<br/>(девушки): 50% - 6, 75% - 7, 100% - 8<br/>(юноши): 50% - 4, 75% - 5, 100% - 6</p> <p>3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.).<br/>(девушки): 50% - 20, 75% - 24, 100% - 32<br/>(юноши): 50% - 20, 75% - 27, 100% - 33</p> <p>4. Челночный бег 3x10 м.<br/>(девушки): 50% - 10.0, 75% - 9.3, 100% - 9.0<br/>(юноши): 50% - 9.0, 75% - 8.2, 100% - 8.0</p> <p>5. Подтягивание из виса на высокой перекладине / на низкой перекладине.<br/>(девушки): 50% - 4, 75% - 7, 100% - 10<br/>(юноши): 50% - 5, 75% - 7, 100% - 10</p> <p>6. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.<br/>(девушки): 50% - 4, 75% - 7, 100% - 10<br/>(юноши): 50% - 12, 75% - 22, 100% - 28</p> <p>Результаты выполнения нормативов, указанных в таблице, не должны быть меньше указанных значений, сдано должно быть не менее 5 нормативов из 6.</p> <p>Для студентов специальной медицинской группы для получения зачёта (промежуточный контроль) необходимо подготовить и защитить реферат на тему: "Теория и методика занятий (избранным видом спорта)" (приложение 2).</p> | 50-100% |
|----------------|-----------------------------|---|---------|



## ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

Показатель оценки освоения ОПОП формируется на основе объединения текущей и промежуточной аттестации обучающегося.

Показатель рейтинга по каждой дисциплине выражается в процентах, который показывает уровень подготовки студента.

Текущая аттестация. Используется 100-балльная система оценивания. Оценка работы студента в течении семестра осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой оценки учебных достижений в процессе обучения по данной дисциплине.

В рабочих программах дисциплин и практик закреплены виды текущей аттестации, планируемые результаты контрольных мероприятий и критерии оценки учебных достижений.

В течение семестра преподавателем проводится не менее 3-х контрольных мероприятий, по оценке деятельности студента. Если посещения занятий по дисциплине включены в рейтинг, то данный показатель составляет не более 20% от максимального количества баллов по дисциплине.

Промежуточная аттестация. Используется 5-балльная система оценивания. Оценка работы студента по окончанию дисциплины (части дисциплины) осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой оценки достижений студента в процессе обучения по данной дисциплине. Промежуточная аттестация также проводится по окончанию формирования компетенций.

Порядок перевода рейтинга, предусмотренных системой оценивания, по дисциплине, в пятибалльную систему.

Высокий уровень – 100% - 70% - отлично, хорошо.

Средний уровень – 69% - 50% - удовлетворительно.

| Показатель оценки | По 5-балльной системе | Характеристика показателя  |
|-------------------|-----------------------|--|
| 100% - 85%        | отлично               | обладают теоретическими знаниями в полном объеме, понимают, самостоятельно умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов на высоком уровне   |
| 84% - 70%         | хорошо                | обладают теоретическими знаниями в полном объеме, понимают, самостоятельно умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов.<br><br>Могут быть допущены недочеты, исправленные студентом самостоятельно в процессе работы (ответа и т.д.) |
| 69% - 50%         | удовлетворительно     | обладают общими теоретическими знаниями, умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов на среднем уровне.<br>Допускаются ошибки, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.  |
| 49 % и менее      | неудовлетворительно   | обладают не полным объемом общих теоретическими знаниями, не умеют самостоятельно применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов.<br>Не сформированы умения и навыки для решения профессиональных задач                                       |
| 100% - 50%        | зачтено               | характеристика показателя соответствует «отлично», «хорошо», «удовлетворительно»   |
| 49 % и менее      | не зачтено            | характеристика показателя соответствует «неудовлетворительно»  |

## 7. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 7.2 Содержание практических занятий и лабораторных работ

|  |
|--|
| <p>Тема 1. Введение.<br/>Введение в спортивную специализацию. Техника безопасности на практических занятиях баскетболом.</p>   |
| <p>Тема 2. Контроль, владение мячом.<br/>Вращения мяча, ловля одной, двумя руками. Отработка техник перемещения в баскетболе. Освоения основных стоек.</p>   |
| <p>Тема 3. Дриблинг в статическом положении.<br/>Высокое-низкое ведение мяча. Техника «V образного» ведения. Дриблинг мяча с переводами под ногой, за спиной, перед собой. Ведение «восьмеркой» вокруг ног. Ведение с поочередным касанием пола свободной рукой.</p>                                       |
| <p>Тема 4. Дриблинг в движении.<br/>Ведение «змейкой» (с использованием напольных конусов);<br/>- правой, левой рукой;<br/>- с переводом мяча после изменения направления;<br/>- с изменением вида перемещения (лицом, спиной, правым, левым боком).</p>   |
| <p>Тема 5. Техника передачи мяча параллельно полу.<br/>Одной, двумя руками. Техника передачи мяча с отскоком от пола. Передачи мяча с вышагиванием на осевой ноге. Передачи мяча правой, левой рукой, передачи из-за головы.</p>   |
| <p>Тема 6. Освоение техники броска из-под кольца с места и в прыжке.<br/>Броски с правой, левой стороны щита, правой левой рукой. Бросок «крюком» правой, левой рукой. Отработка броска после двух шагов. Техника обыгрывания защитника под кольцом (с пассивным и активным сопротивлением защитника).</p> |
| <p>Тема 7. Скоростное обыгрывание.<br/>Быстрый отрыв (быстрое нападение) с превосходящим количеством игроков нападения 2Х1, 3Х2.</p>   |
| <p>Тема 8. Обучение игры 3х3 на одно кольцо, стритбол.<br/>Введение, изучение правил, специфика игры.</p>  |
| <p>Тема 9. Техничко-тактические действия при игре личной защите.<br/>Перемещения в защитной стойке. Перехват и отбор мяча.</p>   |
| <p>Тема 10. Техничко-тактические действия при групповом нападении (взаимодействие 2-3 игроков).<br/>Перемещения по площадке игроков с мячом и без мяча. Освоение элемента «заслон» при групповом нападении.</p>  |
| <p>Тема 11. Техничко-тактические действия при командном нападении.<br/>Распределение игроков по амплуа в зависимости от физических данных.<br/>Этапы нападения; быстрый отрыв, позиционное нападение. Тактические перемещения игроков по площадке в позиционном нападении.</p>                             |
| <p>Тема 12. Техничко-тактические действия при командной защите.<br/>Виды защит: личная, зонная, прессинг.</p>  |

### 7.3. Содержание самостоятельной работы

Тема 12. Техничко-тактические действия при командной защите.

1. Выполнение вращений мяча вокруг туловища, вращений мяча «восьмеркой» вокруг ног. Каскад вращений: вокруг ног, вокруг туловища, вокруг головы.
2. Выполнение упражнения «паук».
3. Научиться удерживать мяч, между ног, одна рука с задней стороны бедра. Быстрым движением меняем хват, не давая мячу упасть на пол.

7.3.1. Примерные вопросы для самостоятельной подготовки к зачету/экзамену  
Самостоятельная подготовка не предусмотрена.

7.3.2. Практические задания по дисциплине для самостоятельной подготовки к зачету/экзамену

Приложение 2.

7.3.3. Перечень курсовых работ

Не предусмотрены.

7.4. Электронное портфолио обучающегося

Не предусмотрено.

7.5. Методические рекомендации по выполнению контрольной работы

Не предусмотрено.

7.6 Методические рекомендации по выполнению курсовой работы

Не предусмотрено.

## **8. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

### ***По заявлению студента***

В целях доступности освоения программы для лиц с ограниченными возможностями здоровья при необходимости кафедра обеспечивает следующие условия:

- особый порядок освоения дисциплины, с учетом состояния их здоровья;
- электронные образовательные ресурсы по дисциплине в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- изучение дисциплины по индивидуальному учебному плану (вне зависимости от формы обучения);
- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии, которые предусматривают возможности приема-передачи информации в доступных для них формах.
- доступ (удаленный доступ), к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определен РПД.

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Сайт библиотеки УрГЭУ

<http://lib.usue.ru/>

**Основная литература:**

1. Кочерьян М. А., Вашляева И. В., Шуралева Н. Н. Технологии тестирования и способы оценки физической подготовленности студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2020. - 138 – Режим доступа: <http://lib.wbstatic.usue.ru/resource/limit/ump/21/p493602.pdf>

2. Ежов К. С. Обучение быстрому прорыву в баскетболе [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2021. - 50 – Режим доступа: <http://lib.wbstatic.usue.ru/resource/limit/ump/21/p494015.pdf>

3. Поливаев А. Г. Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, мини-футбол) [Электронный ресурс]: Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 103 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495360>

4. Конеева Е. В., Овчинников В. П., Кукаева Т. Я., Румянцева О. В., Писаренко Е. Г., Ястребова О. С., Романов С. С., Кублицкий В. Г., Волков А. В., Гладюк В. Г., Волков А. А., Жук О. А., Шишкова Н. Г. Спортивные игры: правила, тактика, техника [Электронный ресурс]: Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 322 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495012>

5. Зайцев А. А., Васюкевич А. А., Дворнякова Л. А., Зайцева В. Ф., Ким В. М., Климачев В. А., Луткова Н. В., Луценко С. Я., Мануйленко Э. В., Новик Э. В., Чиж О. Н. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка [Электронный ресурс]: Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 227 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/496335>

6. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 424 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/488898>

#### **Дополнительная литература:**

1. Ежов К. С. Основы защиты в баскетболе: индивидуальный прессинг [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. - 47 – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492232.pdf>

2. Давыдова Е. В., Давыдов Е. А. Развитие качества гибкости студентов при подготовке к выполнению нормативов ВФСК "ГТО" [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2019. - 53 – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p492590.pdf>

3. Кудрявцев И. С., Козловских И. С. Методы воспитания скоростно-силовой выносливости у студентов [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2019. - 115 – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/20/p492907.pdf>

4. Туревский И. М., Бородаенко В. Н., Тарасенко Л. В. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО [Электронный ресурс]: Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 148 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495699>

5. Эммерт М. С., Фаина О. О., Шевелева И. Н., Мельникова О. А. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 110 с – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495814>

## **10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ, ОНЛАЙН КУРСОВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **Перечень лицензионного программного обеспечения:**

Astra Linux Common Edition. Договор № 1 от 13 июня 2018, акт от 17 декабря 2018. Срок действия лицензии - без ограничения срока.

МойОфис стандартный. Соглашение № СК-281 от 7 июня 2017. Дата заключения - 07.06.2017. Срок действия лицензии - без ограничения срока.

## **Перечень информационных справочных систем, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

Справочно-правовая система Гарант. Договор № 58419 от 22 декабря 2015. Срок действия лицензии -без ограничения срока

Справочно-правовая система Консультант +. Срок действия лицензии до 31.12.2023

### **11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Реализация учебной дисциплины осуществляется с использованием материально-технической базы УрГЭУ, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий и научно-исследовательской и самостоятельной работы обучающихся:

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения всех видов занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду УрГЭУ.

Все помещения укомплектованы специализированной мебелью и оснащены мультимедийным оборудованием спецоборудованием (информационно-телекоммуникационным, иным компьютерным), доступом к информационно-поисковым, справочно-правовым системам, электронным библиотечным системам, базам данных действующего законодательства, иным информационным ресурсам служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа презентации и другие учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации.