

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)

ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной
программы _____ **М.С. Нирова**
« ____ » _____ **2024 г.**

УТВЕРЖДАЮ

Директор ИПП и ФСО
_____ **О.И. Михайленко**
« ____ » _____ **2024 г.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ФУТБОЛ»

(код и наименование дисциплины)

Программа специалитета

01.05.01 Фундаментальные математика и механика
(код и наименование программы специалитета)

Направленность (профиль)

Фундаментальная математика
(наименование направленности (профиля))

Квалификация (степень) выпускника

специалист

Форма обучения

очная

Нальчик 2024

Рабочая программа элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Футбол» /сост. З.В. Абазов - Нальчик: КБГУ, 2024. - 33 с.

Рабочая программа предназначена для студентов очной формы обучения по программе специалитета 01.05.01 Фундаментальные математика и механика, профиль «Фундаментальная математика» на 1-6 семестрах, 1-3 курсах.

Рабочая программа составлена с учетом Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 01.05.01 Фундаментальные математика и механика (уровень специалитета), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 10.01.2018г. №16 (зарегистрировано в Минюсте РФ 6 февраля 2018г. № 49943).

Содержание

1. Цель и задачи освоения дисциплины	4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО	4
3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины	5
4. Содержание и структура дисциплины	5
4.1. Содержание разделов	5
4.2. Структура дисциплины	9
4.3. Практические занятия	9
5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации	18
6. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков, и (или) опыта деятельности	21
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины	24
7.1. Нормативно-законодательные акты	24
7.2. Основная литература	24
7.3. Дополнительная литература	24
7.4. Периодические издания	25
7.5. Интернет-ресурсы	25
7.6. Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы	27
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	27
8.1. Требования к материально-техническому обеспечению	27
8.2. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	28
Лист изменений (дополнений) в рабочей программе	31
Приложение 1	32

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель элективных дисциплин по физической культуре и спорту состоит в формировании мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины направлены на:

1. Обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.
4. Адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма.
5. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля и при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.
6. Овладение средствами и методами противодействия неблагоприятным факторам и условиям труда, снижения утомления в процессе профессиональной деятельности и повышения качества результатов.
7. Подготовку к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту реализуется в рамках Блока I «Дисциплины (модули)» основной образовательной программы по направлению подготовки специалитета 01.05.01 Фундаментальные математика и механика, профиль «Фундаментальная математика»

Дисциплина «Футбол» формирует у студентов набор специальных знаний и компетенций, необходимых для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач и связана с дисциплиной (модулем) «Физическая культура».

Изучение дисциплины направленно на устойчивое формирование потребности в физическом совершенствовании, укреплении здоровья, на улучшение физической и профессиональной подготовленности студентов, приобретение личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей. Курс ведется в течение шести семестров трех первых лет обучения.

Для инвалидов и лиц с ОВЗ организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

В совокупности с другими дисциплинами профиля «Фундаментальная математика» дисциплина «Футбол» направлена на формирование следующей универсальной компетенции (УК) в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данной специальности:

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

Индикаторы достижимости компетенции УК-7:

УК-7.2. Способен выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.

УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и профессиональной деятельности.

Результат изучения дисциплины:

знать:

- значение физической культуры в формировании общей культуры личности приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий;

- научные основы биологии, физиологии, теории и методики педагогики и практики физической культуры и здорового образа жизни;

- современное состояние и место футбола в отечественной системе физического воспитания; правила соревнований, методику организации и проведения

уметь:

- использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей;

- пользоваться терминологией в процессе игры в футбол, владеть навыками общения, корректно выражать и аргументированно обосновывать выдвинутые предложения тактики игры в футбол.

владеть:

- приемами техники и тактических действий игры в футбол;

- основными навыками технико-тактических упражнений; основами техники безопасности и предупреждения травматизма при занятиях;

- ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;

- приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями.

4. Содержание и структура дисциплины

4.1. Содержание разделов

№ п/п	Наименование раздела/ темы	Содержание раздела	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	2	3		4
1.	Раздел 1. История развития футбола	История футбола. Предпосылки возникновения, возникновение и этапы развития футбола в России. Характеристика игры, инвентарь и место проведения.	УК-7	Реферат

		Требования, предъявляемые к местам соревнований, инвентарю, костюму занимающегося, методы профилактики травматизма при занятиях футболом.		
1.	<i>Раздел 2. Техническая подготовка</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Техника ударов головой. - Техника ударов ногой - Техника передач. - Техника выполнения угловых. - Техника ударов со штрафного - Техника передвижений 	УК-7	Реферат Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности обучающихся
2.	<i>Раздел 3. Тактическая подготовка</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Атакующие действия. - Защитные действия. - Тактические действия. - Совершенствование точности игры - Совершенствование защитных действий - Совершенствование игры центре поля - Совершенствование тактики защиты - Совершенствование технико-тактических действий в нападении - Совершенствование разновидностей сочетаний перехода от одного удара к другому 	УК-7	Реферат Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности обучающихся
3.	<i>Раздел 4. Общая физическая подготовка. (ОФП)</i>	<p>1. Упражнения из общего комплекса ОФП:</p> <ul style="list-style-type: none"> - спринтерский бег от 30 до 60 м; - бег на длинные дистанции до 3 км; - подтягивание - отжимания <p>2. Упражнения на мышцы ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания - прыжки в высоту - прыжки через скакалку <p>3. Упражнения на гибкость:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наклоны вперед сидя на полу; - наклоны в разные стороны; - размахивание в висе на перекладине или гимнастической стенке; - акробатика (кувырок вперед. Назад). 	УК-7	Реферат Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности обучающихся

		<p>4. Силовые упражнения на мышцы ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания с отягощением и без; - выпрыгивания из приседа и прыжки-многоскоки; - прыжки в длину. <p>5. Силовые упражнения на мышцы спины и плечевого пояса:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения в сопротивлении с партнёром; - упражнения с предметами (гантелями, резиновыми амортизаторами, набивными мячами, гимнастическими скамейками, штангой). 		
4.	<p>Раздел 5. Специальная физическая подготовка (СФП).</p>	<p>1. Специальные упражнения футболиста</p> <p><i>Упражнения в беге</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Бег на носках со сменой способов передвижения. - Бег приставными шагами левым и правым боком, выполняя поочередно по 4 приставных шага каждым боком. - Бег со сменой направления через каждые 5–10 м. - Бег с ускорением. - Два беговых шага с выпадом на третьем – 2 раза; затем приставные шаги поочередно левым, правым боком по 4 шага – 4 серии; затем бег спиной вперед – 6 шагов. <p><i>Упражнения с мячом</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование мячом. - набивание головой. - Жонглирование в парах - Остановка высоко летящего мяча - Передача мяча на близкие и дальние расстояния - Жонглирование в 4. <p>2. Специальная силовая подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> - имитация ударных движений футболиста с использованием отягощений, амортизаторов; - прыжки через барьеры. <p>3. Специальная скоростная</p>	УК-7	<p>Реферат</p> <p>Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности обучающихся</p>

		<p><i>подготовка:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ускорение с высокого старта до 30 м; - челночный бег – 6х30м; - бег 60м - бег 100; - имитация быстрых ударов. <p><i>4. Специальная выносливость:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - беговая имитация от 10 до 20 сек. до 10 повторений; - упражнения с использованием передвижений и ударов по мячу. - ч\б 10х10м 		
5.	<i>Раздел 6. Интегральная подготовка</i>	<p><i>Теория:</i> Просмотр видеофильмов по технике игры в футбол с последующим обсуждением. Анализ выполнения отдельных приёмов техники. Выявление ошибок в технике и методы их исправления. Психологическая подготовка.</p> <p><i>Практика:</i> Упражнения для воспитания ловкости и быстроты: с элементами акробатики, с различными мячами. Упражнения для развития внимания, периферического зрения, ориентировки, переключения внимания. Комплексные упражнения игрового характера для совершенствования технико-тактических действий и специальных физических качеств.</p>	УК-7	<p>Реферат</p> <p>Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности обучающихся</p>
6.	<i>Раздел 7. Правила игры и проведение соревнований.</i>	<p>- Организация соревнований и правила проведения встреч, по различным системам. (олимпийская, круговая)</p>	УК-7	<p>Реферат</p> <p>Тесты и контрольные упражнения для оценки физической подготовленности обучающихся</p>

4.2. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины 400 часов.

Виды работы	Трудоёмкость, часы						Всего, часы
	I сем.	II сем.	III сем.	IV сем.	V сем.	VI сем.	
Общая трудоемкость (в часах)	68	68	68	68	68	60	400
Контактная работа (в часах):	36	36	34	34	32	30	202
Практические занятия (ПЗ)	36	36	34	34	32	30	202
Самостоятельная работа (в часах), в том числе контактная работа:	32	32	34	34	36	30	198
Самостоятельное изучение разделов	32	23	34	25	36	21	
Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	-	9	-	9	-	9	27
Вид промежуточной аттестации	-	зачет	-	зачет	-	зачет	

4.3. Практические занятия

№ занятия	Тема
	1 семестр
1	1. Развитие общефизической подготовки (ОФП). Подготовка к ГТО. 2. Антропометрические измерения. Функциональная проба. 3. Определение физического развития студентов.
2	1. Обучение технике бега на короткие дистанции – 100 м. Обучить технике высокого старта и стартовому ускорению. 2. Развитие силовых качеств: подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз) (м), подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз) (ж). 3. Развитие гибкости суставов ног.
3	1. Обучение технике бега на короткие дистанции – 100 м. 2. Обучение бегу по дистанции и финиш. 3. Развитие силовых качеств: Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (число раз). Развитие общей выносливости.
4	1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции – 100 м. Обучение низкому старту и бега по прямой. 2. Развитие физических качеств: силы: поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.); гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
5	1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции – 100 м., Соединение всех фаз бега. 2. Развитие физических качеств: силы и общей выносливости.
6	1. Обучение техники прыжка в длину с места. 2. Развитие скоростно-силовых качеств средствами спортивных и подвижных игр.

	3. Развитие гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
7	1. Совершенствование техники прыжка в длину с места. 2. Развитие физических качеств: силы: поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.); общей выносливости.
8	1. Обучение техники прыжка в длину с разбега. 2. Обучение разбегу и отталкиванию. 3. Развитие силовых качеств: подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз) (м), подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз) (ж). Развитие гибкости суставов ног.
9	1. Обучение технике остановки мяча различными способами. 2. Обучение технике удара по мячу различными способами. 3. Развитие скорости.
10	1. Совершенствование техники остановки мяча различными способами. 2. Совершенствование техники удара по мячу различными способами. 3. Учебная игра.
11	1. Совершенствование техники остановки мяча различными способами. 2. Совершенствование техники удара по мячу различными способами. 3. Учебная игра..
12	1. Совершенствование техники остановки мяча различными способами. 2. Совершенствование техники удара по мячу различными способами. 3. Учебная игра.
13	1. Совершенствование техники метания спортивного снаряда весом 500 гр. (ж), 700 гр. (м). Объединение всех фаз. 2. Развитие силовых качеств: Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (число раз). 3. Развитие общей выносливости.
14	1. Обучение техники бега на длинные дистанции. 2. Обучение старту и бегу по прямой. 3. Развитие физических качеств: силы: поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.); гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
15	1. Обучение техники бега на длинные дистанции. Обучение техники бега по повороту и финиш. 2. Развитие силовых качеств: подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз) (м), подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз) (ж). 3. Развитие гибкости суставов ног.
16	1. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Объединение всех фаз. 2. Развитие физических качеств: 3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (Количество раз за 1 мин.); гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
17	Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по футболу. Требование к одежде и инвентарю Знакомство с футболом, история возникновения и развития.
18	Обучение игровым стойкам и перемещения в них
19	Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.
20	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка

	катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
21	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
22	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
23	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
24	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
25	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
26	Удар носком. Удар серединой подъёма.
27	Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма.
28	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.
29	Ведение мяча внешней частью подъёма.
30	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
31	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
32	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.
33	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
34	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.
2 семестр	
1	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой
2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.
3	Обучение удару-броском стопой. Обучение ведения внутренней стороной стопы.
2	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.
5	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
6	Совершенствование ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
7	Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
8	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
9	Совершенствование ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
10	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
11	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
12	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
13	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы.
14	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма.

15	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.
16	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма.
17	Обучение игровым стойкам и перемещения в них
18	Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.
19	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
20	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
21	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
22	Обучение ведению мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.
23	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой. Учебная игра.
24	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.
25	Обучение удару-броском стопой. Обучение ведению внутренней стороной стопы. Учебная игра
26	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.
27	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
28	Обучение ведению мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
29	Совершенствование техники ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
30	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
31	Обучение технике ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
32	Совершенствование техники ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
33	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
34	Обучение технике приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
35	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
36	Обучение технике приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
3 семестр	

1	Правила поведения. Техника безопасности. Совершенствование перемещений.
2	Перемещение приставным шагом. Игровое поле.
3	Совершенствование перемещения приставным шагом. Правила игры.
4	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
5	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
6	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
7	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
8	Обучение удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
9	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
10	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
11	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.
12	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.
13	Ведение мяча внешней частью подъёма.
14	Обучение ведения мяча внешней частью подъёма.
15	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
16	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма. Учебная игра.
17	Обучение удару-откидкой мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.
18	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.
19	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.
20	Обучение ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.
21	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой. Учебная игра.
22	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.
23	Обучение удару-броском стопой. Обучение ведению внутренней стороной стопы. Учебная игра

24	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.
25	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
26	Обучение ведению мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
27	Совершенствование техники ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
28	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
29	Обучение техники ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
30	Совершенствование техники ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
31	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
32	Обучение технике приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
33	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
34	Обучение технике приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
4 семестр	
1	Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры.
2	Обучение тактико-техническим действиям в защите, контратака.
3	Совершенствование тактико-технических действий в защите.
4	Совершенствование тактико-технических действий в защите. Совершенствование маневрирования с мячом.
5	Обучение резаным ударам по мячу. Подстраховка.
6	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.
7	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.
8	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.
9	Совершенствование удара по опускающемуся мячу. Совершенствование переключения.
10	Удар носком. Удар серединой подъёма.
11	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма. Учебная игра.
12	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.

13	Ведение мяча внешней частью подъёма.
14	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
15	Совершенствование техники ведения мяча внешней частью подъёма.
16	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.
17	Совершенствование техники удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.
18	Совершенствование техники удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.
19	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.
20	Обучение технике ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.
21	Совершенствование техники ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой
22	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.
23	Обучение технике удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.
24	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.
25	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.
26	Обучение ведению мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
27	Совершенствование техники ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
28	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
29	Обучение технике ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
30	Совершенствование техники ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
31	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
32	Обучение технике приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
34	Совершенствование технике приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
5 семестр	
1	1. Развитие общефизической подготовки (ОФП). Подготовка к ГТО. 2. Антропометрические измерения. Функциональная проба. 3. Определение физического развития студентов.
2	1. Обучение технике бега на короткие дистанции – 100 м. Обучить технике высокого старта и стартовому ускорению. 2. Развитие силовых качеств: подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз) (м), подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз)

	(ж). 3. Развитие гибкости суставов ног.
3	1. Обучение технике бега на короткие дистанции – 100 м. 2. Обучение бегу по дистанции и финиш. 3. Развитие силовых качеств: Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (число раз). Развитие общей выносливости.
4	1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции – 100 м. Обучение низкому старту и бега по прямой. 2. Развитие физических качеств: силы: поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.); гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
5	1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции – 100 м., Соединение всех фаз бега. 2. Развитие физических качеств: силы и общей выносливости.
6	1. Обучение технике прыжка в длину с места. 2. Развитие скоростно-силовых качеств средствами спортивных и подвижных игр. 3. Развитие гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
7	1. Совершенствование техники прыжка в длину с места. 2. Развитие физических качеств: силы: поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.); общей выносливости.
8	1. Обучение технике прыжка в длину с разбега. 2. Обучение разбегу и отталкиванию. 3. Развитие силовых качеств: подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз) (м), подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз) (ж. Развитие гибкости суставов ног.
9	1. Обучение технике остановки мяча различными способами. 2. Обучение технике удара по мячу различными способами. 3. Развитие скорости.
10	1. Совершенствование техники остановки мяча различными способами. 2. Совершенствование техники удара по мячу различными способами. 3. Учебная игра.
11	1. Совершенствование техники остановки мяча различными способами. 2. Совершенствование техники удара по мячу различными способами. 3. Учебная игра..
12	1. Совершенствование техники остановки мяча различными способами. 2. Совершенствование техники удара по мячу различными способами. 3. Учебная игра.
13	1. Совершенствование техники метания спортивного снаряда весом 500 гр. (ж), 700 гр. (м). Объединение всех фаз. 2. Развитие силовых качеств: Сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (число раз). 3. Развитие общей выносливости.
14	1. Обучение технике бега на длинные дистанции. 2. Обучение старту и бегу по прямой. 3. Развитие физических качеств: силы: поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.); гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).
15	1. Обучение технике бега на длинные дистанции. Обучение техники бега по повороту и финиш.

	<p>2. Развитие силовых качеств: подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз) (м), подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз) (ж).</p> <p>3. Развитие гибкости суставов ног.</p>
16	<p>1. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Объединение всех фаз.</p> <p>2. Развитие физических качеств:</p> <p>3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (Количество раз за 1 мин.); гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см).</p>
17	<p>Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по футболу. Требование к одежде и инвентарю Знакомство с футболом, история возникновения и развития.</p>
18	Обучение игровым стойкам и перемещения в них
19	Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.
20	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.
21	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперед. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.
22	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперед. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.
23	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперед. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.
24	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
25	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.
26	Удар носком. Удар серединой подъёма.
27	Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма.
28	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.
29	Ведение мяча внешней частью подъёма.
30	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
31	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
32	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.
33	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.
34	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.
6 семестр	
1	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой
2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.
3	Обучение удару-броском стопой. Обучение ведения внутренней стороной стопы.
2	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.
5	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.

6	Совершенствование ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
7	Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.
8	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
9	Совершенствование ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
10	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.
11	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.
12	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.
13	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.
14	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма.
15	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.
16	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.
17	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы. Учебная игра
18	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.
19	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы. Учебная игра

5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Конечными результатами освоения программы дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование этих дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках различного вида занятий и самостоятельной работы. В ходе изучения дисциплины предусматриваются текущий, рубежный контроль и промежуточная аттестация.

Оценочные материалы для текущего контроля. Цель текущего контроля – оценка результатов работы в семестре и обеспечение своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающегося. Объектом текущего контроля являются конкретизированные результаты обучения (учебные достижения) по дисциплине

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» и включает: ответы на теоретические вопросы на практическом занятии, выполнение контрольных нормативов по физической подготовленности. Оценка качества подготовки на основании выполненных заданий ведется преподавателем (с обсуждением результатов), баллы начисляются в зависимости от сложности задания.

В течение всего периода обучения для контроля динамики физической подготовленности студентов всех вузов России в начале и в конце каждого учебного года обучения проводится контрольное тестирование всех отделений по следующим единым тестам, которые оцениваются по 5-балльной системе.

Тестирование (контрольные упражнения)
(контролируемая компетенция УК-7)

1 курс -1р.т. 100м; 3км; подтягивание.

2р.т. 30м;1000м;прыжок в длину с места.

3р.т. ч/б 6х30; прыжки ч/з скакалку; метание б/б мяча на дальность.

4р.т. удары по воротам; набивание мяча; 400м.

5р.т. жонглирование в парах; ч/б 3х30; Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам.

6р.т. Удар по мячу ногой на дальность; бег 30м с ведением мяча; отжимания

2 курс 1р.т. 100м; 3км; подтягивание.

2р.т. 30м;1000м;прыжок в длину с места.

3р.т. ч/б 6х30; прыжки ч/з скакалку; метание б/б мяча на дальность.

4р.т. удары по воротам; набивание мяча; 400м.

5р.т. жонглирование в парах; ч/б 3х30; Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам.

6р.т. Удар по мячу ногой на дальность; бег 30м с ведением мяча; отжимания

3 курс 1р.т. 100м; 3км; подтягивание.

2р.т. 30м;1000м;прыжок в длину с места.

3р.т. ч/б 6х30; прыжки ч/з скакалку; метание б/б мяча на дальность.

4р.т. удары по воротам; набивание мяча; 400м.

5р.т. жонглирование в парах; ч/б 3х30; Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам.

6р.т. Удар по мячу ногой на дальность; бег 30м с ведением мяча; отжимания

Примерные темы рефератов по дисциплине Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. (контролируемая компетенция УК-7):

1. История возникновения и развития футбола как вида спорта.
2. О пользе занятиями футболом
3. Достижения советских и российских спортсменов на международном уровне
4. Легенды мирового и российского футбола.
5. Правила проведения соревнований по футболу
6. Развития футбола в сочетании с развитием общества и экономики
7. Внедрение инновационных технологий в образовательный процесс на примере футбола
8. Физическая подготовка в футболе
9. Футбол в системе физического воспитания вуза
10. Спортивный футбол в занятиях по физическому воспитанию студентов
11. Развитие международного футбола
12. Развитие советского футбола.
13. Методика обучения правилам игры в футбол
14. Олимпийская летопись по футболу
- 15.Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Требования к реферату: Общий объём реферата 20 листов (шрифт 14 Times New Roman, 1,5 интервал). Поля: верхнее, нижнее, правое, левое – 20мм. Абзацный отступ – 1,25; Рисунки должны создаваться в циклических редакторах или как рисунок Microsoft Word (сгруппированный). Таблицы выполнять табличными ячейками Microsoft Word. Сканирование рисунков и таблиц не допускается. Выравнивание текста (по ширине страницы) необходимо выполнять только стандартными способами, а не с помощью пробелов. Размер текста в рисунках и таблицах – 12 кегль

Обязательно наличие: содержания (структура работы с указанием разделов и их

начальных номеров страниц), введения (актуальность темы, цель, задачи), основных разделов реферата, заключения (в кратком, резюмированном виде основные положения работы), списка литературы с указанием конкретных источников, включая ссылки на Интернет-ресурсы.

В тексте ссылка на источник делается путем указания (в квадратных скобках) порядкового номера цитируемой литературы и через запятую – цитируемых страниц.
Уровень оригинальности текста – 60%

Критерии оценки реферата:

«отлично» (5 балл) ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. Обучающийся проявил инициативу, творческий подход, способность к выполнению сложных заданий, организационные способности. Отмечается способность к публичной коммуникации. Документация представлена в срок. Полностью оформлена в соответствии с требованиями

«хорошо» (4 балла) – выполнены основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. Обучающийся достаточно полно, но без инициативы и творческих находок выполнил возложенные на него задачи. Документация представлена достаточно полно и в срок, но с некоторыми недоработками

«удовлетворительно» (3 балл) – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. Обучающийся выполнил большую часть возложенной на него работы. Допущены существенные отступления. Документация сдана со значительным опозданием (более недели). Отсутствуют отдельные фрагменты.

«неудовлетворительно» (0 баллов) – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы. Обучающийся не выполнил свои задачи или выполнил лишь отдельные несущественные поручения. Документация не сдана.

5. 2. Оценочные материалы для промежуточной аттестации.

Целью промежуточных аттестаций по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися.

Промежуточная аттестация предназначена для объективного подтверждения и оценивания достигнутых результатов обучения после завершения изучения дисциплины. Осуществляется в конце семестра и представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» в виде проведения зачета.

Промежуточная аттестация может проводиться в устной, письменной форме, и в форме тестирования. На промежуточную аттестацию отводится до 30 баллов.

Вопросы к зачёту: контролируемая компетенция УК-7

Вопросы для устного опроса.

1. Основы физической культуры и ЗОЖ.
2. Закаливание. Виды закаливания.
3. Восстановление организма после нагрузки. Методы восстановления.
4. Самоконтроль, его основные методы, показатели, критерии и оценки, . дневник

- самоконтроля
5. Определение понятия «сила». Развитие силы.
 6. Определение понятия быстрота. Виды быстроты. Развитие быстроты в силовых видах спорта.
 7. Определение понятия гибкости. Виды гибкости. Развитие гибкости в силовых видах спорта
 8. Определение понятия ловкости. Развитие ловкости в силовых видах спорта.
 9. Определение понятия «выносливость». Виды выносливости. Развитие выносливости в силовых видах спорта.
 10. Количество повторений в подходе как фактор эффективности тренировки для развития силы.
 11. Средства развития силы мышц человека. Методы развития силы мышц.
 12. Частота тренировочных занятий в силовых видах спорта. Интервалы отдыха между подъемами тяжестей.

6. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков, и (или) опыта деятельности

Учебная деятельность студентов по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту оценивается через накопление ими условных единиц (баллов). Рейтинговая система обеспечивает комплексную оценку успеваемости студентов при изучении материала дисциплины; при этом учитывается текущая успеваемость студентов на аудиторных практических занятиях (текущий рейтинг), итоговых занятиях по разделам / зачетах, при этом также рассчитывается семестровый и итоговый рейтинги.

Текущий рейтинг оценивается в процессе изучения дисциплины и отражает уровень подготовленности студента в течение семестра. Важнейшим условием эффективности освоения дисциплины «Футбол» является наличие так называемых «контрольных точек», т.е. практических заданий, сдача которых обуславливает допуск к получению промежуточной аттестации в виде зачета.

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического и практического разделов программы и выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, их оценки в очках разрабатываются кафедрой и охватывают их общую физическую, спортивно-техническую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, а также уровень теоретических знаний.

Максимальная сумма (100 баллов), набираемая студентом по дисциплине включает две составляющие:

– *первая составляющая* – оценка регулярности, своевременности и качества выполнения студентом учебной работы по изучению дисциплины в течение периода изучения дисциплины (семестра, или нескольких семестров) (сумма – не более 70 баллов). Баллы, характеризующие успеваемость студента по дисциплине, набираются им в течение всего периода обучения за изучение отдельных тем и выполнение отдельных видов работ.

– *вторая составляющая* – оценка знаний студента по результатам промежуточной аттестации (не более 25 –баллов).

Критерием оценки уровня сформированности компетенций в рамках учебной дисциплины «Футбол» в 2,4,6 семестрах является зачет.

Организация текущего контроля успеваемости студентов

Контроль текущей успеваемости проводится по действующей в КБГУ рейтинговой системе в соответствии с утверждёнными положениями и нормативными актами.

Промежуточные аттестации проводятся 3 раза в семестре по календарным графикам деканата. В зависимости от успешности обучения студенту каждый раз назначаются количества баллов, максимальные значения которых следующие:

1 рейтинг – 23; 2 рейтинг – 23; 3 рейтинг – 24.

При подсчёте баллов учитываются: посещаемость занятий, активное участие на занятиях, успешная сдача нормативов, участие в спортивных мероприятиях КБГУ.

Для оценки сформированности в рамках данной дисциплины компетенции УК-7 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности преподавателем оценивается содержательная сторона и качество материалов, приведенных в отчетах студента по рефератам. Учитываются также результаты сдачи контрольных нормативов студента по соответствующим видам занятий при текущем контроле.

Отметка «зачтено» ставится, если студент: умеет выполнять технику двигательных действий по изученным разделам, знает методы и средства обучения, организационно-

методические указания на практических занятиях; сдал зачетные практические нормативы;

знает правила соревнований. Отметка «не зачтено» ставится, если студент: не умеет выполнить технику двигательных действий по изученным разделам; не сдал зачетные нормативы; не знает правила соревнований.

Общий балл текущего и рубежного контроля складывается из составляющих, приведенных в приложении 1.

Целью промежуточных аттестаций по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися. Критерии оценки качества освоения дисциплины прилагается (Приложение 1).

Типовые задания, обеспечивающие формирование компетенции УК-7 представлены в таблице 1.

Сформированность компетенции в результате изучения дисциплины «Футбол»

Общая физическая подготовка» у студентов оценивается на основе выполнения ими контрольных нормативов и способности использовать знания, умения и навыки, полученные в процессе обучения, в практической деятельности. Каждый студент, изучающий элективные дисциплины по физической культуре и спорту, должен ознакомиться с построением учебно-тренировочных занятий по физической культуре, особенностями проведения основных частей занятий, знать основные средства и методы общей физической подготовки и ее влияние на организм человека, уметь технически правильно выполнять общеразвивающие и специальные упражнения, выбирать и использовать необходимые средства и методы физической культуры для достижения должного уровня физической подготовки и профилактики профессиональных заболеваний.

Для оценки полученных знаний, умений и навыков используются следующие контрольные задания, предлагаемые преподавателем по своему выбору каждому студенту:

1. Построение тренировочных занятий по физической культуре и особенности проведения их основных частей.
2. Средства физической культуры.
3. Методы физической культуры.
4. Анализ техники выполнения упражнений (по выбору).
5. Нетрадиционные виды спорта.
6. Разработать и провести комплекс общеразвивающих упражнений для разминки.
7. Разработать и провести комплекс специальных упражнений для развития выносливости.

8. Разработать и провести комплекс специальных упражнений для развития силы.
9. Разработать и провести комплекс специальных упражнений для развития гибкости.

10. Разработать и провести комплекс специальных упражнений для развития координационных способностей.

11. Разработать и провести комплекс общеразвивающих упражнений для профилактики профессиональных заболеваний. Критерии оценивания сформированности компетенции:

– **«зачтено»** Студент выполняет контрольные нормативы не менее чем на 60%, умеет технически точно выполнять общеразвивающие, подводящие и специальные упражнения. Знает правила проведения соревнований по изучаемым видам, может осуществить судейство по изучаемым видам, организовать место соревнований. Демонстрирует умение анализировать материал, обобщать его, делать точные выводы. Хорошо ориентируется в содержании материала, быстро и точно отвечает на дополнительные вопросы;

– **«не зачтено»** Студент не может выполнить все вышеперечисленное.

- *Обучающийся может получить дополнительные баллы по дисциплине (модулю) по физической культуре и спорту за получение золотого, серебряного или бронзового значка ГТО. Выполнение нормативов комплекса ГТО осуществляется добровольно. При выполнении нормативов комплекса ГТО определяется уровень общефизической подготовленности обучающегося.*

Таблица 1. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

<i>Результаты обучения (компетенции)</i>	<i>Основные показатели оценки результатов обучения</i>	<i>Индикаторы достижения компетенции</i>	<i>Вид оценочного материала, обеспечивающие формирование компетенций</i>
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать основы здорового образа жизни, физической культуры. Уметь выполнять комплекс физкультурных упражнений. Иметь практический опыт занятий физической культурой.	УК-7.2. Способен выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. УК-7.3 . Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и профессиональной деятельности.	Тесты определения физической подготовленности (раздел 5.1.1) Оценочные материалы для самостоятельной работы (раздел 5.1.2) Типовые оценочные материалы для выполнения рефератов (раздел 5.1.3) Оценочные материалы для проведения зачета (раздел 5.2.)

Таким образом, выполнение типовых заданий, представленных в разделе 5 «Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации» позволит обеспечить способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и

профессиональной деятельности (УК-7).

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

7.1. Нормативно-законодательные акты

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция). - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: Консультант Плюс: URL: <http://consultant.ru/>
2. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования -специалитет по специальности 01.05.01 Фундаментальные математика и механика, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 10 января 2018 г. №16 (зарегистрировано в Минюсте РФ 6 февраля 2018 г. №49943). https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Spec/010501_C_3_18062021.pdf

7.2. Основная литература

1. Мальцев, Д. Н. Футбол в вузе : учебное пособие / Д. Н. Мальцев. — 2-е изд., пересмотр. и доп. — Киров : Кировский ГМУ, 2020. — 144 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/175357>
2. Приходов, Д. С. Физическая культура со спортивно-видовой направленностью в вузе: теоретические и практические аспекты мини-футбола : учебное пособие / Д. С. Приходов, Т. А. Мартиросова, Н. П. Трофимова. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2020. — 166 с. — ISBN 978-5-86433-829-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195185>
3. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов непрофильных вузов средствами футбола : учебное пособие / В. А. Гриднев, Г. А. Комендантов, А. А. Рязанов, А. М. Шпичко. — Тамбов : Тамбовский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2018. — 79 с. — ISBN 978-5-8265-1940-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94371.html>
4. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш ; под редакцией Н. В. Третьякова. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55566.html>

7.3. Дополнительная литература

1. Виленский М.Я, Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие, изд. 3-е. – М.: КНОРУС, 2013. (11 экз.)
2. Виленский М.Я. Физическая культура: изд. 2 – е. - М.: КноРус, 2013. (10 экз.)
3. Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре / Под ред. Железняк Ю.Д (1- е изд.) учебник. - М.: Академия, 2013. (20 экз.)
4. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. – М.: «Академия», 2012. (20 экз.)
5. Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры. - М.: Академия. 2012. (10 экз.)
6. Масалова О. Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью. – М.: КНОРУС 2012. (7 экз.)
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2014. (26 экз.)
8. Шамонин, А. В. Футбол : методика проведения занятий. Учебно-методическое пособие / А. В. Шамонин. — Москва : Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 128 с. — ISBN 978-5-7264-0628-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL:

7.4. Периодические издания

1. Физическая культура в школе
2. Журнал «Теория и практика физической культуры»
3. Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»
4. Спортивная жизнь России
5. Физкультура и спорт

7.5. Интернет-ресурсы

При изучении дисциплины обучающимся полезно пользоваться следующими Интернет – ресурсами:

– *информационные справочные системы:*

1. Справочная правовая система «КонсультантПлюс». URL: <http://www.consultant.ru>
2. Справочная правовая система «Гарант». URL: <http://www.garant.ru>.

– *иные интернет-источники:*

1. Сайт, содержащий полезную информацию, касающуюся физической культуры: <http://www.fizkult-ura.ru/>
2. Сайт, посвященный физической культуре: <http://www.ukzdor.ru/fizkult.html>

Перечень актуальных электронных информационных баз данных, к которым обеспечен доступ пользователям КБГУ

№п/п	Наименование электронного ресурса	Краткая характеристика	Адрес сайта	Условия доступа
1.	Научная электронная библиотека (НЭБ РФФИ)	Электр. библиотека научных публикаций - около 4000 иностранных и 3900 отечественных научных журналов, рефераты публикаций 20 тыс. журналов, а также описания 1,5 млн. зарубежных и российских диссертаций; 2800 росс. журналов на безвозмездной основе	http://elibrary.ru	Полный доступ
2.	База данных Science Index (РИНЦ)	Национальная информационно-аналитическая система, аккумулирующая более 6 миллионов публикаций российских авторов, а также информацию об их цитировании из более 4500 российских журналов.	http://elibrary.ru	Авторизованный доступ. Позволяет дополнять и уточнять сведения о публикациях ученых КБГУ, имеющих в РИНЦ
3.	ЭБС «Консультант студента»	13800 изданий по всем областям знаний, включает более чем 12000 учебников и учебных пособий для ВО и СПО, 864 наименований	http://www.studmedlib.ru http://www.medcollegelib.ru	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)

		журналов и 917 монографий.		
4.	«Электронная библиотека технического вуза» (ЭБС «Консультант студента»)	Коллекция «Медицина (ВО) ГЭОТАР-Медиа. Books in English (книги на английском языке)»	http://www.studmedlib.ru	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
5.	ЭБС «Лань»	Электронные версии книг ведущих издательств учебной и научной литературы (в том числе университетских издательств), так и электронные версии периодических изданий по различным областям знаний.	https://e.lanbook.com/	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
6.	Национальная электронная библиотека РГБ	Объединенный электронный каталог фондов российских библиотек, содержащий 4 331 542 электронных документов образовательного и научного характера по различным отраслям знаний	https://нэб.рф	Доступ с электронного читального зала библиотеки КБГУ
7.	ЭБС «IPRbooks»	107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий.	http://iprbookshop.ru/	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
8.	ЭБС «Юрайт» для СПО	Электронные версии учебной и научной литературы издательств «Юрайт» для СПО и электронные версии периодических изданий по различным областям знаний.	https://www.biblio-online.ru/	Полный доступ (регистрация по IP-адресам КБГУ)
9.	Polpred.com. Новости. Обзор СМИ. Россия и зарубежье	Обзор СМИ России и зарубежья. Полные тексты + аналитика из 600 изданий по 53 отраслям	http://polpred.com	Доступ по IP-адресам КБГУ
10.	Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина	Более 500 000 электронных документов по истории Отечества, российской государственности, русскому языку и праву	http://www.prlib.ru	Авторизованный доступ из библиотеки (ауд. №115,214)

Для эффективного усвоения дисциплины, помимо учебного материала, студентам необходимо пользоваться данными всемирной сети Интернет, такими сайтами, как:

1. Библиотека КБГУ. URL: <http://lib.kbsu.ru>
2. Свободная энциклопедия «Википедия». URL: <https://ru.wikipedia.org/>
3. Служба тематических толковых словарей. URL: <http://glossary.ru/>
4. Электронно-библиотечная система «IPR BOOKS». URL: <http://www.iprbookshop.ru/>
5. Электронно-библиотечная система «Консультант студента». URL: <http://www.studentlibrary.ru/>

7.6. Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы

При проведении 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 к 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;
- под руководством преподавателя обсуждается, и анализируются итоги выполнения задания, студентам выдаются индивидуальные рекомендации по практическому разделу самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов.

Дальнейшее закрепление и совершенствование методических приемов происходит в процессе их многократного воспроизведения в изменяющихся условиях учебных занятий, во внеучебной физкультурно-спортивной деятельности, в быту, на отдыхе.

Подбор заданий на практических занятиях должен предусматривать совершенствование ранее изученных и обучение новым темам.

Организуя самостоятельную работу, необходимо постоянно обучать студентов методам такой работы. Пакет заданий для самостоятельной работы следует выдавать в начале семестра, определив предельные сроки их выполнения и сдачи. Задания для самостоятельной работы желательно составлять из обязательной и факультативной частей.

Организация и осуществление контроля знаний студентов по разделу «Самостоятельная работа» проводится во внеурочной форме по системе опроса, бесед, организации и проведении контрольных работ и коллоквиумов, а также дополнительному изучению содержания периодических изданий по проблемам изучения данной дисциплины.

Проводится работа с первоисточниками: конспектирование, аннотирование, реферирование отдельных тем. Наблюдение на соревнованиях, уроках ФК, тренировочных занятиях, обобщение полученных данных.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

8.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации рабочей программы дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного и практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания

оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории.

Для проведения занятий практического типа имеются:

- ✓ стадион (110х90м)
- ✓ спортивные залы (игровые-3;)
- ✓ стойки, флажки, фишки
- ✓ сетки для бадминтона (6 штук)
- ✓ стойки для бадминтона (4 пары)
- ✓ ракетки для бадминтона (18 штук)
- ✓ воланы для бадминтона (20 штук)

Пропускная мощность спортивных сооружений в одном потоке -250-260 человек.

Для проведения занятий лекционного типа имеются демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия. По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» имеются презентации по отдельным темам курса, позволяющие наиболее эффективно освоить представленный учебный материал.

При проведении занятий лекционного/ семинарского типа занятий используются:

лицензионное программное обеспечение:

- программное обеспечение средств антивирусной защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 1000-1500 Node 1 year Educational Renewal License (KL4863RAVFQ);

- программное обеспечение для работы с PDF-документами. ABBYY FineReader 15 Business.

- программное обеспечение для работы с документами формата PDF Acrobat Pro DC for teams ALL Multiple Platforms Multi European Languages Level 1 (1-9) Education Named License 65297997BB01A12

- офисное программное обеспечение МойОфис Стандартный

свободно распространяемые программы:

- Web Browser – Firefox;
- AcademicMarthCADLicense - математическое программное обеспечение, которое позволяет выполнять, анализировать важнейшие инженерные расчеты и обмениваться ими;
- 7zip - программ для сжатия и распаковки файлов;
- AdobeReader– программа для чтения PDF файлов;
- DjvuReader – приложения для распознавания, конспектирования и работы с Djvu файлами.

При осуществлении образовательного процесса студентами и преподавателем используются следующие информационно справочные системы: ЭБС «АйПиЭрбукс», ЭБС «Консультант студента», СПС «Консультант плюс», СПС «Гарант».

8.2. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья созданы специальные условия для получения образования. В целях доступности получения высшего образования по образовательным программам инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья университетом обеспечивается:

1. Альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для

слабовидящих;

2. Для инвалидов с нарушениями зрения (слабовидящие, слепые) - присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь, дублирование вслух справочной информации о расписании учебных занятий; наличие средств для усиления остаточного зрения, брайлевской компьютерной техники, видеоувеличителей, программ не визуального доступа к информации, программ-синтезаторов речи и других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с нарушениями зрения;

3. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху (слабослышащие, глухие) – звукоусиливающая аппаратура, мультимедийные средства и другие технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах;

4. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, созданы материально-технические условия обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, объекты питания, туалетные и другие помещения университета, а также пребывания в указанных помещениях (наличие расширенных дверных проемов, поручней и других приспособлений).

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

а) для слабовидящих:

- на экзамене присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);

- задания для выполнения, а также инструкция о порядке проведения зачета/экзамена оформляются увеличенным шрифтом;

- задания для выполнения на экзамене зачитываются ассистентом;

- письменные задания выполняются на бумаге, надиктовываются ассистенту;

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- студенту для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;

в) для глухих и слабослышащих:

- на зачете/экзамене присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);

- зачет/экзамен проводится в письменной форме;

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости поступающим предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- по желанию студента экзамен может проводиться в письменной форме;

д) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
- по желанию студента экзамен проводится в устной форме.

ЛИСТ
изменений (дополнений) в рабочей программе
 дисциплины «Футбол» по программе специалитета 01.05.01 Фундаментальные
математика и механика, профиль «Фундаментальная математика»
 на _____ учебный год

№ п/п	Элемент (пункт) РПД	Перечень выносимых изменений (дополнений)	Примечание

Обсуждена и рекомендована на заседании кафедры _____
 протокол № _____ от «_____» _____ 20____ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____
 подпись, расшифровка подписи, дата

В зависимости от успешности обучения студенту каждый раз назначаются количества баллов, максимальные значения которых следующие:

1 рейтинг – 23 балла;

2 рейтинг – 23 балла;

3 рейтинг – 24 балла.

При подсчете баллов учитываются: посещаемость занятий, сдача рубежных нормативов (тестирование).

Распределение контрольных мероприятий по рейтинговой системе оценки успешности обучения

№ п/п	Контрольные мероприятия	Максимальный балл	Распределение по контрольным точкам
1	Посещение занятий	10	3 + 3 +4
2	Тестирование	45	15 + 15 +15
3	Иные формы контроля (элементы активности на занятии, реферат и т.д.)	15	5 + 5 + 5
Итого:		70	23 + 23+ 24

Текущий и рубежный контроль

Семестр	Шкала оценивания			
	0-35 баллов	36-50 баллов	51-60 баллов	61-70 баллов
2,4,6	Частичное посещение аудиторных занятий. Неудовлетворительное выполнение домашнего задания. Плохая подготовка к балльно-рейтинговым мероприятиям. Студент не допускается к промежуточной аттестации	Полное или частичное посещение аудиторных занятий. Частичное выполнение домашнего задания. Частичное выполнение заданий для самостоятельной работы, тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «удовлетворительно».	Полное или частичное посещение аудиторных занятий. Полное выполнение домашнего задания. Выполнение заданий для самостоятельной работы, тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «хорошо».	Полное посещение аудиторных занятий. Полное выполнение домашнего задания. Выполнение заданий для самостоятельной работы, тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «отлично».

Промежуточная аттестация (зачёт)

Семестр	Шкала оценивания	
	Незачтено (36-60)	Зачтено (61-70)
2, 4, 6	Студент имеет 36-60 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачёте не ответил ни на один вопрос.	Студент имеет 36-45 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачете представил полный ответ на один вопрос и частично (полностью) ответил на второй. Студент имеет 46-60 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачете дал полный ответ на один вопрос или частично ответил на оба вопроса. Студенту, имеющему 61-70 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, выставляется отметка «зачтено» без сдачи зачёта.

«Зачтено» выставляется обучающемуся, продемонстрировавшему полное, всестороннее, осознанное правильное знание программного материала и изложившему ответ логично, грамотно, убедительно, готового к дальнейшему профессиональному совершенствованию.

При ответе обучающийся может допустить некоторые неточности, негрубые ошибки, затрудняться в самостоятельном изложении материала, но правильно отвечать на задаваемые ему вопросы, в результате наводящих вопросов с помощью преподавателя исправлять допущенные ошибки и неточности.

«Не зачтено» может быть выставлено обучающемуся, обнаружившему неполное, неосознанное знание учебно-программного материала, допускающему грубые ошибки, неспособному самостоятельно изложить ответ на вопрос, отвечающему неправильно или не дающему ответ на заданные вопросы. Демонстрируемый уровень знаний не может быть признан достаточным для профессиональной деятельности.