

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ  
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «КГМТУ»)  
Технологический факультет  
Кафедра водных биоресурсов и марикультуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Элективный модуль по физической культуре и спорту  
Игровые виды спорта**

Уровень основной профессиональной образовательной программы – бакалавриат  
Направление подготовки – 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура  
Направленность (профиль) – Водные биоресурсы и аквакультура  
Учебный план 2019 года разработки

**Описание учебной дисциплины по формам обучения**

Очная												Заочная																																			
Курс		Семестр	Всего часов / зач. единиц	Всего аудиторных часов	Лекции, часов	Лабораторные занятия, часов	Практические занятия, часов	Семинары, часов	Самостоятельная работа, часов	КП (КР), часов	РГР, часов	Консультации, часов	Семестровый контроль, часов (вид)	Курс		Семестр	Всего часов / зач. единиц	Всего аудиторных часов	Лекции, часов	Лабораторные занятия, часов	Практические занятия, часов	Семинары, часов	Самостоятельная работа, часов	КП (КР), часов	Контрольная работа, часов	Консультации, часов	Семестровый контроль, часов (вид)																				
1	2													1	2																																
1	2													108	16														16		88				4 (зач.)	1	2	328	4	2		2	320				4 (зач.)
2	3													112	18														18		90				4 (зач.)												
Всего														328	52													2		50		264					12 (зач.)	Всего	328	4	2		2		320		

Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура, учебного плана.

Программу разработала С.Б. Букша, канд. пед. наук, зав. кафедрой физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ».

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 8 от 12.04.2023г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании выпускающей кафедры водных биоресурсов и марикультуры ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 8 от 14.04.2023г.

# 1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины	Указание раздела(-ов) дисциплины, где предусмотрено освоение компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	<b>Знать:</b> - основные принципы, средства и методы обеспечения физической подготовленности студентов; - компоненты физической культуры, их формы и методы в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности.  <b>Уметь:</b> - осуществлять планирование рабочего времени и досуга с учетом особенностей социальной и профессиональной деятельности; - организовывать рациональное пространство для полноценного физического и интеллектуального труда; - самостоятельно применять разнообразные средства и методы физической культуры для поддержания физической подготовленности; - повышать уровень физической подготовленности и работоспособности.  <b>Владеть:</b> - навыками совершенствования основных физических качеств человек; - гигиеническими навыками поддержания физической и умственной работоспособности; - методами организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом; - объективными и субъективными методами самоконтроля при проведении самостоятельных занятий.	Разделы 1 – 3
			Разделы 1 – 3
			Разделы 1 – 3
			Разделы 1 – 3
	УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной	<b>Знать:</b> - сущность здоровьесберегающих технологий, их формы и методы; - ключевые принципы здорового образа жизни человека; - основные закономерности физиологических процессов в организме человека; - специфику развития и совершенствования приоритетных в данной профессии психофизических качеств. <b>Уметь:</b>	Разделы 1 – 3

	деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять профессиональную деятельность в рамках принципов здорового образа жизни;</li> <li>- осуществлять контроль за основными параметрами физиологических систем организма в зависимости от внутренних и внешних условий реализации профессиональной деятельности;</li> <li>- анализировать и применять наиболее результативные средства и методы физической культуры и спорта для поддержания здоровья.</li> </ul>	Разделы 1 – 3
--	--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в состав элективного модуля по физической культуре и спорту, который относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных.

При изучении дисциплины дополняются и углубляются знания, умения и навыки, полученные в результате освоения дисциплины «Физическая культура».

Результаты освоения дисциплины используются в дальнейшей профессиональной деятельности: в направлении физического самосовершенствования студентов, профилактики спортивного и производственного травматизма, а также для поддержания физической работоспособности и совершенствования спортивно-игровых умений и навыков.

## 3 Объем дисциплины в зачетных единицах

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

## 4 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного им количества академических часов и видов учебных занятий

### 4.1 Структура дисциплины

Наименования разделов, тем	Общее количество часов	Очная форма									Заочная форма								
		Распределение часов по видам занятий									Распределение часов по видам занятий								
		Ауд.	ЛК	ЛЗ	ПЗ (сем)	СР	КП (КР)	РГР	Консультации	Контроль	Ауд.	ЛК	ЛЗ	ПЗ (сем)	СР	КП (КР)	Контрольная работа	Консультации	Контроль
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
<b>1 семестр</b>																			
Раздел 1. Футбол	104	18	2		16	86													
Курсовой проект (работа)																			
Консультации																			
Контроль	4									4									
<b>Всего часов в семестре</b>	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>2</b>		<b>16</b>	<b>86</b>				<b>4</b>									
<b>2 семестр</b>																			
Раздел 2. Волейбол	104	16			16	88					4	2		2	320				

Курсовой проект (работа)																		
Консультации																		
Контроль	4								4									4
<b>Всего часов в семестре</b>	<b>108</b>	<b>16</b>			<b>16</b>	<b>88</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>320</b>				<b>4</b>
<b>3 семестр</b>																		
Раздел 3. Баскетбол	108	18			18	90												
Курсовой проект (работа)																		
Консультации																		
Контроль	4								4									
<b>Всего часов в семестре</b>	<b>112</b>	<b>18</b>			<b>18</b>	<b>90</b>			<b>4</b>									
<b>Всего часов по дисциплине</b>	<b>328</b>	<b>52</b>	<b>2</b>		<b>50</b>	<b>264</b>			<b>12</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>320</b>				<b>4</b>

## 4.2 Содержание лекций

№	Наименование темы	Количество часов по формам обучения	
		очная	заочная
1 семестр			
Раздел 1. Футбол			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по футболу	0,5	
	Совершенствование техники ведения и передачи мяча	0,5	
	Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом	0,2	
	Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря	0,2	
	Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций	0,2	
	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча	0,2	
	Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство	0,2	
Всего часов в семестре		2	
2 семестр			
Раздел 2. Волейбол			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по волейболу. Освоение навыков передачи мяча		0,5
	Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча в волейболе в парах и тройках, через сетку		0,5
	Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам		0,2
	Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча		0,2
	Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку		0,2
	Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов		0,2
	Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам		0,2
Всего часов в семестре			2
Всего часов		2	2

## 4.3 Темы лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

#### 4.4 Темы практических занятий

№	Наименование темы	Количество часов по формам обучения	
		очная	заочная
1 семестр			
Раздел 1. Футбол			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по футболу	2	
2	Совершенствование техники ведения и передачи мяча	2	
3	Совершенствование техники удара по летящему мячу, набивания мяча, жонглирование мячом	2	
4	Тактика нападения. Совершенствование техники выполнения удара по воротам. Совершенствование техники игры вратаря	2	
5	Совершенствование техники передачи мяча в парах, тройках. Совершенствование техники удара мяча по воротам с разных позиций	2	
6	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Совершенствование техники ведения, остановки (прием) мяча	2	
7-8	Тактика игры. Выполнение упражнений с отбором мяча, обманных движений. Судейство	4	
Всего часов в семестре		16	
2 семестр			
Раздел 2. Волейбол			
9	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по волейболу. Освоение навыков передачи мяча	2	
10	Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча в волейболе в парах и тройках, через сетку	2	0,4
11	Совершенствование техники верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам	2	0,4
12	Совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча	2	0,4
13	Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку	2	0,2
14	Двухсторонняя игра. Тактика защиты и нападения. Совершенствование техники прямых и боковых нападающих ударов	2	0,2
15-16	Совершенствование групповых действий в нападении и защите. Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам	4	0,4
Всего часов в семестре		16	2
3 семестр			
Раздел 3. Баскетбол			
17	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по баскетболу. Стойки и перемещения баскетболиста	2	
18	Техника выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	2	
19	Совершенствование техники ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке	2	
20	Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	2	
21	Совершенствование тактики игры в нападении. Совершенствование техники перемещения и владения мячом, бросков в корзину	2	
22-23	Совершенствование техники игры в защите – перехват, прием, применяемые против броска, накрывание	4	
24-25	Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство	4	
Всего часов в семестре		18	2
Всего часов		50	2

#### 4.5 Темы семинарских занятий

Семинарские занятия не предусмотрены учебным планом.

## 5 Самостоятельная работа обучающихся

Тема	Трудоемкость самостоятельной работы, час.		Содержание работы
	очная	заочная	
Тема 1. Футбол	86		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Волейбол	88	320	
Тема 1. Баскетбол	90		
<b>Всего часов</b>	<b>264</b>	<b>320</b>	

## 6 Тематика курсового проектирования (курсовой работы)

Курсовое проектирование не предусмотрено учебным планом.

## 7 Методы обучения

В процессе преподавания используются следующие методы:

- лекции в специализированной аудитории;
- проведение практических занятий;
- консультации преподавателей;

- самостоятельная работа студентов, в которую входит: изучение научно-методической литературы, отечественного и зарубежного опыта по проблеме поддержания физической работоспособности и спортивного мастерства; освоение теоретического материала; подготовка к текущему и промежуточному контролю.

Лекции – основная форма аудиторной работы студентов. Цель лекции – ознакомить студентов с основными теоретическими вопросами освоения программы спортивных игр в логически выдержанной форме. Студентам рекомендуется вести конспект лекций.

Работа на лекциях не должна ограничиваться пассивной записью лекционного материала. На лекциях рассматриваются основополагающие понятия спортивных игр; принципы развития и совершенствования процесса тренировки в волейболе, футболе, баскетболе; профилактика спортивного травматизма; особенности оценки физической подготовленности по различным видам спортивных игр; возможности физического самосовершенствования студентов в различных направлениях игрового спорта.

Практические занятия – составная часть учебного процесса, групповая форма учебных занятий по игровым видам спорта, позволяющая студентам развить навыки самостоятельной тренировки, получить опыт физического самосовершенствования, применить полученные теоретические знания при решении практических задач формирования и совершенствования спортивных умений и навыков; повышения физической подготовленности и спортивного мастерства. Занятие может проходить в разных формах, обязательной для обучающихся является также самостоятельная работа.

В ходе практических занятий студент должен овладеть методиками применения специальных, подготовительных, тренирующих упражнений игровых видов спорта, а также методиками организации самостоятельной тренировки по футболу, волейболу и баскетболу, самооценки физической подготовленности и физической работоспособности.

## 8 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Приведен в обязательном приложении к рабочей программе.

## 9 Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Наименование	Количество экземпляров в библиотеке ФГБОУ ВО «КГМТУ»
1. Букша С.Б. Физическая культура : курс лекций для студентов направлений подгот.: 19.03.03 Продукты питания животного происхождения, 38.03.01 Экономика, 05.03.06 Экология и природопользование, 15.03.02 Технологические машины и оборудование, 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура, 39.03.02 Социология и социальная работа оч. и заоч. форм обучения / Букша С.Б. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 81 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: <a href="https://lib.kgmtu.ru/?p=634">https://lib.kgmtu.ru/?p=634</a>	
2. Васильченко С. П. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по волейболу» для студентов (курсантов) специальностей: 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика (Бухгалтерский учет, анализ и аудит)», 05.03.06 «Экология и природопользование», 38.03.01 «Экономика (Экономика предприятия и организаций)», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики», 39.03.02 «Социология и социальная работа» оч. (заоч.) форм обучения / Васильченко С.П. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 52 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: <a href="https://lib.kgmtu.ru/?p=417">https://lib.kgmtu.ru/?p=417</a>	
3. Дербина Н.И. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по баскетболу» для студентов (курсантов) специальностей: 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика (Бухгалтерский учет, анализ и аудит)», 05.03.06 «Экология и природопользование», 38.03.01 «Экономика (Экономика предприятия и организаций)», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики», 39.03.02 «Социология и социальная работа» оч. (заоч.) форм обучения / сост.: Дербина Н.И. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 58 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: <a href="https://lib.kgmtu.ru/?p=514">https://lib.kgmtu.ru/?p=514</a>	
4. Дербина Н.И. Физическая культура: Подвижные игры в подготовке баскетболистов : практикум для студентов (курсантов) специальностей: 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики», 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 39.03.02 «Социальная работа», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика», 05.03.06 «Экология и природопользование», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование» оч. и заоч. форм обучения / сост.: Дербина Н.И. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2017. — 23 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: <a href="https://lib.kgmtu.ru/?p=2266">https://lib.kgmtu.ru/?p=2266</a>	
5. Платонова Н.О. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по футболу» для студентов (курсантов) специальности (направления подгот.): 26.05.05 «Судовождение», 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», 26.05.07 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики» направлений подгот. 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура», 39.03.02 «Социология и социальная работа», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения», 38.03.01 «Экономика (Экономика предприятия и организаций)», 38.03.01 «Экономика (Бухгалтерский учет, анализ и аудит)», 05.03.06 «Экология и природопользование», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование» оч. (заоч.) форм обучения / Платонова Н.О. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 62 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: <a href="https://lib.kgmtu.ru/?p=411">https://lib.kgmtu.ru/?p=411</a>	

## 10 Состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Наименование информационного ресурса	Ссылка на информационный ресурс
Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМУ»	<a href="http://lib.kgmtu.ru/">http://lib.kgmtu.ru/</a>
ЭБС «Юрайт»	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации	<a href="http://pravo.gov.ru/">http://pravo.gov.ru/</a>
Справочная правовая система «Консультант Плюс»	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>
RSCI платформа Web of Science - база данных лучших российских журналов	<a href="http://www.technosphaera.ru/news/">http://www.technosphaera.ru/news/</a>
Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»	<a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>
База данных Научной электронной библиотеки	<a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>
Единое окно доступа к информационным ресурсам	<a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>

## 11 Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Наименование программного продукта	Назначение (базы и банки данных, тестирующие программы, практикум, деловые игры и т.д.)	Тип продукта (полная лицензионная версия, учебная версия, демоверсия и т.п.)
Офисный пакет LibreOffice	Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций	Свободно-распространяемое программное обеспечение
Операционная система (Microsoft Windows 10 Pro или Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level)	Комплекс системных и управляющих программ	Лицензионное программное обеспечение
Офисный пакет (Microsoft Office Pro Plus 2016 или Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN 1 License No Level)	Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций	Лицензионное программное обеспечение
Офисный пакет LibreOffice	Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций	Свободно-распространяемое программное обеспечение

## 12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для реализации рабочей программы по дисциплине «Игровые виды спорта» имеется учебная аудитория для проведения лекционных и практических занятий (спортивные залы 1 корпуса и судомеханического техникума). Спортивный инвентарь (шт.): гантели разновесные – 20 шт., гантели 1,5 кг – 24 шт., гимнастическая палка – 15 шт., граната 500 гр – 10 шт., граната 700 гр – 10 шт., кармат – 11 шт., кольцо баскетбольное - 6 шт., мяч гимнастический – 3 шт., обруч – 10 шт., сетка для бадминтона – 2 шт., сетка для большого тенниса – 1 шт., сетка волейбольная – 3 шт., сетка для н/тенниса – 5 шт., сетка баскетбольная – 8 шт., стенка гимнастическая – 14 шт., стойка волейбольная – 1 шт., тренажёр для ног – 2 шт., маты гимнастические – 10 шт., мегафон – 3 шт., свисток – 8 шт., секундомер – 4 шт., мяч (медбол) 4 кг – 4 шт., мяч (медбол) 5 кг – 2 шт., мяч (медбол) 3 кг – 4 шт., скакалка – 11 шт., насос – 7 шт., мяч волейбольный – 9 шт., мяч футбольный – 11 шт., мяч баскетбольный – 11 шт., мяч футзал – 7 шт., мяч для наст. тенниса – 50 шт., мяч фитбольный – 8 шт., ракетка настольного тенниса – 20 шт., форма спортивная белая – 15 шт., полусфера с эспандерами – 6 шт., лестница



координационная – 2 шт., степ-платформа трехуровневая – 10 шт., диск балансирующий – 10 шт., фишки для разметки поля 40 шт. – 1 набор., спирометр сухой портативный – 3 шт.

### **13 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Цель самостоятельной работы студентов – формирование навыков самовоспитания и совершенствования; осмысленная работа с учебным материалом и научной информацией; закрепление, расширение и углубление знаний; воспитание самостоятельности, организованности и творческой активности.

#### ***Рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям***

В ходе лекционного курса проводится изложение современных научных взглядов и освещение основных проблем изучаемой области знаний. Значительную часть теоретических знаний студент должен получать самостоятельно из рекомендованных информационных источников (учебников, Интернет-ресурсов, электронной образовательной среды университета). По ходу конспектирования лекции на занятиях необходимо делать пометки на полях, к которым рекомендуется вернуться по окончании занятия и своевременно задать вопросы преподавателю. Конспекты лекций используются при подготовке к практическим занятиям, в самостоятельной работе и подготовке к зачету по дисциплине.

#### ***Рекомендации по подготовке к практическим занятиям***

Необходимо заранее ознакомиться с перечнем вопросов, которые будут рассмотрены на занятии. Изучить основные термины и понятия, выносимые на практическое занятие, ознакомиться с рекомендуемой литературой, заранее внимательно прочитать материал лекций, ознакомиться с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям, выписать основные термины, приемы, навыки, необходимые к освоению по разным видам спорта. При подготовке к практическим занятиям необходимо постоянно повышать уровень физической работоспособности, укреплять здоровье и формировать спортивные умения, технические и тактические навыки. Также необходимо осуществлять самостоятельную спортивную тренировку, контролировать основные параметры жизнедеятельности физиологических систем, определять уровень физической подготовленности и работоспособности.

#### ***Рекомендации по организации самостоятельной работы***

Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение и систематизацию нормативно-инструкционных и справочных материалов по игровым видам спорта; изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий и электронных средств информации; подготовку докладов и рефератов; участие в работе студенческих конференций, комплексных научных исследованиях и другое. Приступая к изучению учебной дисциплины, студенты должны ознакомиться с рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, изучить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций и работы на практических занятиях.

**К зачету** по игровым видам спорта необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, и систематически. Необходимо ознакомиться с тематическими (поурочными) планами практических занятий и формой проведения контрольных мероприятий. Необходимо изучить перечень вопросов и нормативов, выносимых на итоговый контроль.

Необходимо подготовиться и сдать все нормативы по игровым видам спорта, а также отработать все пропущенные без уважительной причины занятия по установленным на кафедре физического воспитания и спорта правилам и требованиям.