

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Юров Сергей Серафимович

Должность: ректор

Дата подписания: 05.08.2026 09:31:25

Уникальный программный ключ:

3cba11a39f7f7fadc578ee5ed1f72a427b45709d10da52f2f114bf9bf44b8f14

Автономная некоммерческая организация высшего образования

“ИНСТИТУТ БИЗНЕСА И ДИЗАЙНА”

ФАКУЛЬТЕТ УПРАВЛЕНИЯ БИЗНЕСОМ

УТВЕРЖДАЮ

Ректор _____ С.С. Юров

«26» февраля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА

(элективная дисциплина по физической культуре и спорту)

Специальность: 55.05.04 Продюсерство

Специализация: Продюсер мультимедиа

Уровень высшего образования: специалитет

Форма обучения: очная

Москва, 2026

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины элективной дисциплины по физической культуре спорту «Игровые вид спорта» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных **задач**:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2.1. Место дисциплины в учебном плане:

Блок: Блок 1. Дисциплины (модули).

Часть: Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Осваивается: 1-6 семестры.

3. ТРЕБОВАНИЯ К ОСВОЕНИЮ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Компетенция (код и наименование)	Индикаторы компетенций (код и наименование)	Результаты обучения
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма;	<i>Знать:</i> роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; социально-биологические основы физической культуры и спорта; индивидуально доступные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни. <i>Уметь:</i> индивидуально выбирать вид спорта или систему физических упражнений для своего физического совершенствования; <i>Владеть:</i> системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.
	УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;	<i>Знать:</i> сущность физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; принципы планирования физической и умственной нагрузки <i>Уметь:</i> рационально использовать свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. <i>Владеть:</i> методиками самостоятельных занятий и самоконтроля над состоянием своего организма.
	УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в	<i>Знать:</i> основы здорового образа жизни студента; особенности использования средств и методов физической культуры для оптимизации

5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Разделы/темы дисциплины	Трудоемкость, час				
		Всего	Аудиторная работа			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	СРС
1.	1 семестр	54		26		28
1.1	Основы технических приемов избранной спортивной игры	10		6		4
1.2	Индивидуальные технико- тактические действия в избранной спортивной игре	10		4		6
1.3	Тактика групповых действий в избранной спортивной игре	10		4		6
1.4	Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре	12		6		6
1.5	Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации (амплуа)	12		6		6
2.	2 семестр	54		26		28
2.1	Основы технических приемов избранной спортивной игры	12		6		6
2.2	Индивидуальные технико- тактические действия в избранной спортивной игре	10		4		6
2.3	Тактика групповых действий в избранной спортивной игре	10		6		4
2.4	Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре	12		6		6
2.5	Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации (амплуа)	10		4		6
3.	3 семестр	54		26		28
3.1	Основы технических приемов избранной спортивной игры	10		4		6
3.2	Индивидуальные технико- тактические действия в избранной спортивной игре	10		4		6
3.3	Тактика групповых действий в избранной спортивной игре	10		6		4
3.4	Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре	12		6		6
3.5	Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации (амплуа)	12		6		6
4.	4 семестр	54		26		28
4.1	Основы технических приемов избранной спортивной игры	10		6		4
4.2	Индивидуальные технико- тактические действия в избранной спортивной игре	12		6		6
4.3	Тактика групповых действий в	10		4		6

	избранной спортивной игре					
4.4	Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре	10		4		6
4.5	Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации (амплуа)	12		6		6
5.	5 семестр	56		26		30
5.1	Основы технических приемов избранной спортивной игры	10		4		6
5.2	Индивидуальные технико- тактические действия в избранной спортивной игре	12		6		6
5.3	Тактика групповых действий в избранной спортивной игре	12		6		6
5.4	Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре	10		4		6
5.5	Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации (амплуа)	12		6		6
6.	6 семестр	56		26		30
6.1	Основы технических приемов избранной спортивной игры	12		6		6
6.2	Индивидуальные технико- тактические действия в избранной спортивной игре	10		4		6
6.3	Тактика групповых действий в избранной спортивной игре	10		4		6
6.4	Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре	12		6		6
6.5	Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации (амплуа)	12		6		6
Итого		328		156		172

6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. Основы технических приемов избранной спортивной игры

История возникновения и развития избранного вида спорта. Правила спортивной игры. Правила поведения в спортивном зале, техника безопасности. Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль физического состояния занимающихся. Методика проведения разминки. Развитие специальных физических способностей. Использование подводящих упражнений Техника двигательных действий. Методика проведения заминки.

Тема 2. Индивидуальные технико-тактические действия в избранной спортивной игре

Овладение приемами игры. Овладение индивидуальными тактическими действиями при выполнении технических приемов. Подготовительные и общеразвивающие упражнения. Подводящие упражнения. Упражнения по технике и тактике.

Совершенствование специальных физических качеств. Индивидуальные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите.

Тема 3. Тактика групповых действий в избранной спортивной игре

Применение технических приемов в сложной игровой обстановке. Совершенствование уровня овладения навыками индивидуальных и коллективных тактических действий в нападении и защите. Упражнения по тактике и игровые упражнения. Подготовительные и подвижные игры, эстафеты. Учебная двусторонняя игра. Интеграция тактических действий в игровую соревновательную деятельность.

Тема 4. Командные действия и схемы игры в избранной спортивной игре

Развитие скоростной игры. Усложнение тактических комбинаций. Совершенствование умения эффективно использовать технику и тактические действия в зависимости от условий (состояние партнеров, соперника, внешние условия). Оценка команды соперника, их технической, тактической и волевой подготовленности. Участие во внутривузовских соревнованиях. Судейство соревнований.

Тема 5. Особенности спортивной подготовки с учетом игровой специализации(амплуа)

Виды игровой специализации (амплуа) в избранной спортивной игре. Рациональная техника приемов игры. Совершенствование (индивидуализация) техники с учетом индивидуальных особенностей и игровой функции в команде. Участие во внутривузовских соревнованиях. Судейство соревнований.

Спортивно-техническая направленность практического материала:

Специализация «Настольный теннис»

- правила поведения в зале, техника безопасности;
- основные правила игры в настольный теннис;
- методика проведения разминки;
- врачебный контроль и самоконтроль физического состояния занимающихся;
- основы спортивной тренировки;
- техника основной стойки и передвижений;
- техника держания ракетки;
- техника подачи мяча;
- техника приема подачи;
- техника ударов справа и слева;
- техника подрезки мяча;
- техника накатов;

- техника топ-спина;
- техника блокирования;
- техника выполнения свечи;
- техника игры у стола и из средней зоны;
- техника применения отвлекающих действий (финтов);
- индивидуальные тактические действия в атаке;
- индивидуальные тактические действия в защите;
- парные взаимодействия в игре;
- участие во внутривузовских соревнованиях;
- судейство соревнований.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

Курсовая работа не предусмотрена

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ: Приложение 1.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия проводятся в учебных аудиториях для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповой и индивидуальной работы, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оборудование учебной аудитории:

Основное оборудование: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя.

Технические средства обучения: персональные компьютеры с лицензионным программным обеспечением и выходом в сеть Интернет; набор демонстрационного оборудования (проектор, экран), наглядные пособия в цифровом виде, слайд-презентации, видеофильмы, макеты и т.д., которые применяются по необходимости в соответствии с темами (разделами) дисциплины.

Учебная аудитория для проведения практических занятий по элективной дисциплине по физической культуре и спорту.

Аудитория оснащена оборудованием:

а) Сборные столы для настольного тенниса – 2 шт.

б) Комплекты игрового оборудования для настольного тенниса - 2 шт.

- в) Скакалки – 2 шт.
- г) Мячи для фитбола - 3 шт.
- д) Степ-платформа - 10 шт.
- е) Гантели – 3 шт.
- ж) Балансировочные диски – 10 шт.
- з) Эспандер ручной лента - 2 шт.
- и) Маты гимнастические - 3 шт.
- к) Ролик гимнастический – 10 шт.
- л) Кольцо для пилатеса - 10 шт.

Кабинет для самостоятельной работы обучающихся оснащен оборудованием и техническими средствами обучения с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и выходом в локальную сеть с доступом в «Личный кабинет» обучающегося.

10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Спортивные игры как средство физического воспитания студентов : учебное пособие / В. А. Григорьев, А. Ю. Григорьева, Н. А. Волошин [и др.] ; Московский государственный институт международных отношений (университет) МИД России. – Москва : МГИМО-Университет, 2024. – 158 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730593>
2. Сокур, Б. П. Индивидуальные игровые виды спорта и их разновидности для лиц с различными физическими возможностями : учебное пособие : [16+] / Б. П. Сокур, Ю. Н. Эртман, С. Е. Воробьева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 89 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573663> – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
3. Аверьянов, И. В. Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта : игровые виды спорта : учебное пособие : [16+] / И. В. Аверьянов, Ю. Н. Эртман, В. А. Блинов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 96 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573563> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-129-5. – Текст : электронный.
4. Небытова, Л. А. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Л. А. Небытова,

М. В. Катренко, Н. И. Соколова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 269 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844> . – Библиогр.: с. 263-267. – Текст : электронный.

5. Физическая культура : учебник : [16+] / Л. В. Захарова, Н. В. Люлина, М. Д. Кудрявцев [и др.] ; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. М. Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> . – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный.

6. Гришина, Ю. И. Общая физическая подготовка : Знать и уметь : учебное пособие / Ю. И. Гришина. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. – 250 с. : ил. – (Высшее образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271497> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-222-16306-1. – Текст : электронный.

7. Тверских, В. В. Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Общая физическая подготовка») : учебно-методический комплекс. Рабочая программа для студентов 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки : [16+] / В. В. Тверских ; отв. ред. И. В. Манжелей ; Тюменский государственный университет. – Тюмень : Тюменский государственный университет, 2016. – 38 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574256> . – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Современные профессиональные базы данных:

1. Портал Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
2. Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://pravo.gov.ru/>.
3. <https://www.minsport.gov.ru/ministry/> - сайт Министерства спорта РФ
4. <https://www.olympic.org/> - сайт Международного Олимпийского комитета
5. <http://olympic.ru/> - сайт Олимпийского комитета России (ОКР)
6. <http://ttfr.ru/> - сайт Федерации настольного тенниса России

Информационные справочные системы:

Министерство просвещения Российской Федерации. Банк документов. – URL: <https://docs.edu.gov.ru/#activity=106>.

<https://slovaronline.com> - справочная поисковая система по всем доступным словарям, энциклопедиям и переводчикам в режиме Онлайн.

Электронно-библиотечные системы (ЭБС):

<http://biblioclub.ru> - электронно-библиотечная система.

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства:

Операционная система Microsoft Windows 10;

Пакет программ Microsoft Office Professional Plus;

7-zip - архиватор;

Inkscape – векторный графический редактор <https://inkscape.org/ru/oprogramye/>;

Интернет-браузер Google Chrome (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно).

Антивирусная программа Dr.Web.

Автономная некоммерческая организация высшего образования
“ИНСТИТУТ БИЗНЕСА И ДИЗАЙНА”
ФАКУЛЬТЕТ УПРАВЛЕНИЯ БИЗНЕСОМ

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Текущего контроля и промежуточной аттестации
по дисциплине (модулю)

ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА

(элективная дисциплина по физической культуре и спорту)

Специальность: 55.05.04 Продюсерство
Специализация: Продюсер мультимедиа

Уровень высшего образования: специалитет

Форма обучения: очная

Москва 2026

Примерные темы рефератов

1. История возникновения и развития игровых видов спорта.
2. Правила игры и их значение в игровых видах спорта.
3. Роль игровых видов спорта в физическом воспитании человека.
4. Основные принципы командного взаимодействия в спорте.
5. Развитие координации и быстроты в игровых видах спорта.
6. Влияние игровых видов спорта на здоровье человека.
7. Особенности подготовки спортсменов в игровых видах спорта.
8. Тактика и стратегия в спортивной игре.
9. Развитие спортивной выносливости и реакции в игровых видах спорта.
10. Психологические особенности участников командных игр.
11. Значение разминки и восстановления в спортивной деятельности.
12. Судейство и соблюдение правил в игровых видах спорта.
13. Виды игровых видов спорта и их отличительные особенности.
14. Спортивная дисциплина и культура поведения в команде.
15. Организация и проведение соревнований по игровым видам спорта.
16. История возникновения и развития настольного тенниса. Официальные правила игры
17. Техника выполнения основных приёмов настольного тенниса
18. Тактика одиночной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии
19. Техника и правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
20. Организация проведения соревнований по круговой системе

Критерии оценки реферата «зачет / незачет»

Оценка «**зачтено**» выставляется в случае, если обучающийся раскрыл тему реферата в соответствии с заданием, продемонстрировал понимание рассматриваемого материала, использовал достаточное количество источников, соблюдал требования к структуре, содержанию и оформлению работы, а также сформулировал самостоятельные выводы.

Оценка «**не зачтено**» выставляется, если тема раскрыта неполно или поверхностно, отсутствует логическая последовательность изложения, имеются существенные ошибки в содержании или оформлении, не использованы необходимые источники, не представлены выводы либо работа не соответствует установленным требованиям.

Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

**Фонд тестовых упражнений оценки
спортивно-технической подготовленности студентов**

Специализация «Настольный теннис»

Норматив	Юноши	Девушки	Оценка / зачет
Подача мяча в заданную зону стола, количество точных попаданий из 10 попыток	8	7	зачтено / не зачтено
Выполнение ударов справа по диагонали без ошибки, количество раз	15	12	зачтено / не зачтено
Выполнение ударов слева по диагонали без ошибки, количество раз	12	10	зачтено / не зачтено
Набивание мяча ракеткой на месте, время удержания мяча	30 сек.	25 сек.	зачтено / не зачтено
Ведение мяча ракеткой в движении без потери контроля	20 м	15 м	зачтено / не зачтено
Выполнение ударов на точность по заданным зонам стола, количество попаданий из 10 попыток	5	4	зачтено / не зачтено
Учебная игра с соблюдением основных технических и тактических действий	1 партия до 11 очков	1 партия до 11 очков	зачтено / не зачтено

Оценка «**зачтено**» выставляется при выполнении установленных нормативов и демонстрации базовых умений владения техникой игры в настольный теннис, а также знания основных правил соревнований.

Оценка «**не зачтено**» выставляется при не выполнении установленных нормативов, обучающийся не владеет базовыми умениями владения техникой игры в настольный теннис, а также не показывает знания основных правил соревнований по настольному теннису.