

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: иеромонах Аполлинарий (Панин Иван Евгеньевич)
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.11.2022 15:26:48
Уникальный программный ключ:
916a9fedb5b2df59c3a2135758053c7749812f4



РЕЛИГИОЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ – ДУХОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«ПЕРЕРВИНСКАЯ ДУХОВНАЯ СЕМИНАРИЯ
РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ»**

СОГЛАСОВАНО

Зав. церковно-практической кафедрой

и. Аполлинарий
иером. Аполлинарий (Панин)

« 30 » августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

иер. А. Тодиев
иерей Александр Тодиев

« 30 » августа 2022 г.

Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)

рабочая программа дисциплины

Код и направление подготовки: **48.03.01 Теология**

Профиль: **«Православная теология»**

Уровень образования: **бакалавриат**

Квалификация: **бакалавр**

Форма обучения: **очная**

Общая трудоёмкость: **328 часов**

Составитель: **иером. Афанасий (Иванов)**

Печатается по решению Учёного совета
Перервинской духовной семинарии

Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол): рабочая программа дисциплины для очной формы обучения ПДС. Москва, 2022. 13 с.

Рабочая программа дисциплины (РПД) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования бакалавриата 48.03.01 Теология и составлена на основании Учебного плана, утверждённого Учёным советом Перервинской духовной семинарии от 30.06.2022 г. протокол №1. Данная РПД содержит основные требования предъявляемые к изучению дисциплины «*Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)*», а также методические материалы для оптимизации учебного процесса: учебно-тематический план, фонд оценочных средств, методические указания для обучающихся по освоению дисциплины, учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины, материально-техническое обеспечение дисциплины и др.

Содержание

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ.....	4
1.1. Цели и задачи освоения дисциплины	4
1.2. Место дисциплины в структуре ООП	4
1.3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины	4
1.4. Требования к уровню освоения содержания курса.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
2.1. Учебно-тематический план	6
2.2. Содержание дисциплины.....	6
3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	8
3.1. Контрольные вопросы к текущей аттестации	8
3.2. Контрольные вопросы к промежуточной аттестации (к зачёту)	Ошибка! Закладка не определена
3.3. Билеты к итоговой аттестации	Ошибка! Закладка не определена
3.4. Комплексный тест к итоговой аттестации (выборка)	Ошибка! Закладка не определена
3.5. Примерные темы курсовых и выпускных квалификационных работ	Ошибка! Закладка не определена
4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
4.1. Методические рекомендации по видам учебных занятий.....	10
4.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы студентов.....	10
5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	11
5.1. Список рекомендуемой литературы	11
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» ...	Ошибка! Закладка не определена
5.3. Образовательные технологии.....	11
6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Дисциплина «*Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)*» предназначена для студентов всех курсов и носит прикладной характер.

Настоящая программа учебной дисциплины устанавливает требования к образовательным результатам и результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчётности.

Программа учебной дисциплины разработана в соответствии с:

- федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология;
- учебным планом Семинарии по образовательной программе 48.03.01 Теология, утверждённой в 2022 году.

1.1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель курса состоит в формировании у учащегося способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Исходя из этого, *задачи* изучения дисциплины предстают в следующем виде:

- осознать роль и значение регулярных занятий физической культурой в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- уметь применять свои теоретические знания из области физической культуры для поддержания здоровья;
- осуществлять индивидуальный выбор для занятий спортом.

1.2. Место дисциплины в структуре ООП

«*Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)*» (Б1.В.ДВ.06.01) входит в модуль «Дисциплины (модули) по выбору (Элективные дисциплины (модули)) 6 (ДВ.6)» части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1. ООП по направлению 48.03.01. «Теология» и изучается с 1 по 7 семестры.

Курс рассчитан на 328 часов практических занятий. На 1 семестр отведено 72 часа на практические занятия. На 2 семестр отведено 36 часов на практические занятия. На 3 семестр отведено 72 часа на практические занятия. На 4 семестр отведено 36 часов на практические занятия. На 5 семестр отведено 36 часов на практические занятия. На 6 семестр отведено 36 часов на практические занятия. На 7 семестр отведено 36 часов на практические занятия, 4 на самостоятельную работу студента.

Для изучения дисциплины необходимы компетенции, сформированных у студентов в результате обучения в средней школе.

1.3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.	Знать: историю возникновения и развития футбола как командного вида спорта; правила игры и требования, предъявляемые к площадке и инвентарю во время

деятельности.		<p>футбольных соревнований.</p> <p>Уметь: работать в команде с учетом футбольной специфики психологического и физического взаимодействия; реализовать на практике методические схемы футбольной тренировки.</p> <p>Владеть: навыками командного взаимодействия при реализации футбольного тренировочного процесса; приемами и навыками специальной физической подготовки, нацеленной на повышение готовности организма к игре в футбол.</p>
	<p>УК-7.2 Соблюдает нормы здорового образа жизни.</p>	<p>Знать: основные принципы построения схемы и методики футбольной тренировки; элементы специальный физической подготовки и базовые технические приемы для игры в футбол.</p> <p>Уметь: осуществлять приемы специальной физической подготовки для игры в футбол; демонстрировать базовые технические приемы при игре в футбол.</p> <p>Владеть: основными тактическими приемами при игре в футбол на разных позициях в поле и на воротах; способностью оценивать тактические возможности и потенциал команды на соревнованиях по футболу.</p>

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов	Сем.	Нед.	Аудит.		СР	Вид занятия
				Лек	Пр		
1.	<i>История возникновения и развития футбола</i>	1	1-8		32		Практическое занятие
2.	<i>Основные особенности игры. Техника и тактика игры в теории</i>	1	9-17		36		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	1	18		4		Зачёт
3.	<i>Техника безопасности</i>	2	1-8		16		Практическое занятие
4.	<i>Построение схемы тренировки по футболу</i>	2	9-17		18		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	2	18		2		Зачёт
5.	<i>Подводящие упражнения футболиста</i>	3	1-8		32		Практическое занятие
6.	<i>Тренировка по футболу</i>	3	9-17		26		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	3	18		4		Зачёт
7.	<i>Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек</i>	4	1-8		16		Практическое занятие
8.	<i>Тренировка умений по футболу</i>	4	9-17		18		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	4	18		2		Зачёт
9.	<i>Техника защитных действий</i>	5	1-8		16		Практическое занятие
10.	<i>Тренировка по футболу по заранее разработанной схеме</i>	5	9-17		18		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	5	18		2		Зачёт
11.	<i>Тактика командной игры.</i>	6	1-8		16		Практическое занятие
12.	<i>Тренировка по футболу по командной игре</i>	6	9-17		17		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	6	18		2		Зачёт
13.	<i>Техника игры вратаря</i>	7	1-8		16		Практическое занятие
14.	<i>Тренировочные игры</i>	7	9-17		18		Практическое занятие
	Промежуточная аттестация	7	18		2	4	Зачёт
	Итого	7	126		324	4	328

2.2. Содержание дисциплины

№	Наименование разделов и тем	Содержание
1.	Тема 1. <i>История возникновения и развития футбола</i>	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: История возникновения и развития мирового футбола. Состояние современного футбола в мире. Самые главные чемпионаты по футболу. Футбольные лиги России.
2.	Тема 2. <i>Основные особенности игры.</i>	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2.

	Техника и тактика игры в теории	Описание: Психологические особенности командных видов спорта на примере футбола. Умение работать в команде. Достижение поставленной цели. Понятие о футбольном поле: размеры футбольного поля, оснащение (футбольные ворота и т.д.), флажки, конусы, барьеры, сетки для мячей и насосы, футбольная форма двух цветов, покрытие футбольного поля и т.д.
3.	Тема 3. Техника безопасности	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Техника безопасности. Показания и противопоказания к игре в футбол.
4.	Тема 4. Построение схемы тренировки по футболу	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Цель и задачи разминки, основной и заключительной части тренировки. Тренировка на практике.
5.	Тема 5. Подводящие упражнения футболиста	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Специальная физическая подготовка. Подводящие упражнения футболиста: различные виды бега, прыжки, упражнения на укрепление всех групп мышц, упражнения на увеличение амплитуды движения, упражнения с мячом на развитие ловкости, реакции, точности и дальности броска, эстафеты и т.д.
6.	Тема 6. Тренировка по футболу	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Практическая тренировка по игре в футбол.
7.	Тема 7. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Техника ударов по мячу и остановок мяча. Техника ведения мяча.
8.	Тема 8. Тренировка умений по футболу	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Практическая тренировка по игре в футбол для выработки специальных умений.
9.	Тема 9. Техника защитных действий	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Техника защитных действий: перехват, отбор и выбивание мяча. Правила судейства в футболе.
10.	Тема 10. Тренировка по футболу по заранее разработанной схеме	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Практическая тренировка по игре в футбол по разработанным студентами схемам.
11.	Тема 11. Тактика командной игры	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Тактика и техника игры. Тактика командной игры. Роли игроков на поле.
12.	Тема 12. Тренировка по футболу по командной игре	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Практическая тренировка по игре в футбол для выработки командных умений.
13.	Тема 13. Техника игры вратаря	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Техника игры вратаря: ловля, отбивание, переводы, броски.
14.	Тема 14. Тренировочные игры	Цель: Научиться грамотно играть в футбол. Формируемые компетенции: УК-7.1, УК-7.2. Описание: Тренировка по футболу. Соревновательные игры между студентами.

3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Рабочая программа дисциплины обеспечена фондом оценочных средств для проведения текущего, промежуточного и итогового контроля. В учебной программе запланированы промежуточные аттестации (зачёты). При подготовке к промежуточной аттестации рекомендуется к каждому вопросу составить тезисы.

3.1. Контрольные вопросы к промежуточной аттестации (к зачёту)

1 семестр

1. Расскажите историю возникновения и развития футбола.
2. Какие российские футбольные лиги Вы знаете?
3. Опишите сезонный тренировочный цикл в футболе.
4. Особенности игры в футбол. Отличия от других игр с мячом.

2 семестр

1. Опишите технику безопасности при игре в футбол.
2. Назовите и обоснуйте показания и противопоказания к игре в футбол.
3. Опишите схему построения тренировки по футболу и ее содержание. Цель и задачи разминки.
4. Опишите схему построения тренировки по футболу и ее содержание. Цель и задачи основной части.
5. Опишите схему построения тренировки по футболу и ее содержание. Цель и задачи заключительной части тренировки.

3 семестр

1. Подводящие упражнения. Различные виды бега.
2. Подводящие упражнения. Виды прыжков.
3. Подводящие упражнения. Упражнения на увеличение амплитуды движения.
4. Подводящие упражнения. Упражнения с мячом на развитие реакции и ловкости.
5. Подводящие упражнения. Упражнения с мячом на развитие точности броска.
6. Подводящие упражнения. Упражнения с мячом на развитие дальности броска.

4 семестр

1. Опишите технику передвижений в футболе.
2. Опишите технику остановок в футболе.
3. Опишите технику стоек в футболе.
4. Опишите технику ударов по мячу в футболе.

5 семестр

1. Опишите технику ведения мяча в футболе.
2. Опишите технику защитных действий в футболе.
3. Опишите технику остановок мяча в футболе.
4. Опишите правила судейства в футболе.
5. Опишите общие правила соревнований игры по футболу.

6 семестр

1. Опишите тактику командной игры в футбол.
2. Опишите тренировочные методы для улучшения тактики команды по футболу.
3. Опишите особенности тренировки нападающих.
4. Опишите технику и тактику игры нападающих в футболе.
5. Опишите особенности тренировки защитников.
6. Опишите технику и тактику игры защитников в футболе.
7. Опишите особенности тренировки полузащитников.
8. Опишите технику и тактику игры полузащитников в футболе.
9. Опишите особенности тренировки нападающих полузащитников.
10. Опишите технику и тактику игры нападающих полузащитников в футболе.

7 семестр

1. Опишите специальные упражнения для вратарей.
2. Опишите особенности тренировки вратаря.
3. Опишите технику и тактику игры вратаря в футболе.

Критерии оценки знаний и навыков студента на зачёте:

«неудовлетворительно» «не зачтено»	«удовлетворительно» «не зачтено»	«хорошо» «зачтено»	«отлично» «зачтено»
выставляется, если студент имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, искажает их смысл.	выставляется, если студент обнаруживает знания и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, не умеет доказательно обосновывать свои суждения.	выставляется студенту, за умение грамотно излагать материал, но при этом содержание и форма ответа могут иметь отдельные неточности.	выставляется студенту, если он владеет понятийным аппаратом, демонстрирует глубину и полное овладение содержанием учебного материала, в котором легко ориентируется.

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Методические рекомендации по видам учебных занятий

1. **Практические занятия** (см. *Методические рекомендации по проведению практических занятий*).

4.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы студентов

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «*Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)*» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических (семинарских) занятий, тестирования, защиты рефератов и др.

Самостоятельная работа студентов, направленная на освоение основной образовательной программы направления подготовки 48.03.01 Теология, включает в себя подготовку к аудиторным, в том числе практическим (семинарским) занятиям.

Целью самостоятельной работы студентов по подготовке к практическим занятиям является освоение учебной дисциплины в полном объеме, углубление знаний, полученных на лекциях и в процессе самостоятельной работы над учебно-методической литературой и нормативными источниками. Эта форма работы развивает у студентов самостоятельность мышления, умение делать выводы, связывать теоретические положения с практикой. В ходе практических (семинарских) занятий вырабатываются необходимые для публичных выступлений навыки, совершенствуется культура речи.

Практические (семинарские) занятия являются средством контроля преподавателя за самостоятельной работой студентов.

К основным видам самостоятельной работы относятся:

1. Самостоятельная работа с содержанием лекционного курса.
2. Самостоятельное изучение теоретического материала.
3. Реферирование, конспектирование литературы.
4. Работа с Интернет-ресурсами по изучаемой тематике и подготовка аналитических обзоров, докладов (в устной и письменной форме), проектов.
5. Подготовка к промежуточной аттестации.

Для самостоятельной внеаудиторной работы обучающимся могут быть рекомендованы следующие виды заданий:

для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы по изучаемой теме);
- составление плана текста;
- конспектирование текста;
- выписки из текста;
- использование аудио- и видео-записей, компьютерной техники и Интернета и др.;

для закрепления и систематизации знаний:

- составление таблиц для систематизации учебного материала;
- ответы на контрольные вопросы;
- аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование и др.);

Подробнее см. *Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов*.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

5.1. Список рекомендуемой литературы

№	Наименование тем	Рекомендуемая литература
1.	Тема 1. <i>История возникновения и развития футбола</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Губа, В. П.</i> Теория и методика футбола : учебник : [12+] / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – Москва : Спорт, 2015. – 568 с. : ил., табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430456 2. <i>Алексеев, С. В.</i> Футбольное право=Football law : учебник / С. В. Алексеев ; под ред. П. В. Крашенинникова ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). – Москва : Юнити-Дана : Закон и право, 2015. – 871 с. : ил. – (Научные издания для юристов). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446398
2.	Тема 2. <i>Основные особенности игры. Техника и тактика игры в теории</i>	
3.	Тема 3. <i>Техника безопасности</i>	
4.	Тема 4. <i>Построение схемы тренировки по футболу</i>	
5.	Тема 5. <i>Подводящие упражнения футболиста</i>	
6.	Тема 6. <i>Тренировка по футболу</i>	
7.	Тема 7. <i>Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек</i>	
8.	Тема 8. <i>Тренировка умений по футболу</i>	
9.	Тема 9. <i>Техника защитных действий</i>	
10.	Тема 10. <i>Тренировка по футболу по заранее разработанной схеме</i>	
11.	Тема 11. <i>Тактика командной игры</i>	
12.	Тема 12. <i>Тренировка по футболу по командной игре</i>	
13.	Тема 13. <i>Техника игры вратаря</i>	
14.	Тема 14. <i>Тренировочные игры</i>	

5.2. Образовательные технологии

Образовательная технология (технология в сфере образования) – это совокупность научно и практически обоснованных методов и инструментов для достижения запланированных результатов в области образования. Применение конкретных образовательных технологий в учебном процессе определяется спецификой учебной деятельности, её информационно-ресурсной основы и видов учебной работы. Реализация компетентностного и личностно-деятельностного подхода в образовании предполагает применение активных и интерактивных форм обучения, таких как разбор конкретных ситуаций, коллективная мыслительная деятельность, дискуссии, работа над проектами

научно-исследовательского характера и т.д. При этом предпочтение отдаётся технологиям, создающим дидактические и психологические условия, побуждающие студентов к активности, проявлению творческого, исследовательского подхода в процессе учебы, и технологиям, позволяющим не только подкреплять теоретические знания практикой, но и приобретать их, погружаясь в профессиональную деятельность.

В ходе изучения дисциплины *Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)* предполагается применение следующих образовательных технологий:

1. Традиционные образовательные технологии ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту (преимущественно на основе объяснительно-иллюстративных методов обучения). Учебная деятельность студента носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер.

2. Информационно-коммуникационные образовательные технологии – организация образовательного процесса, основанная на применении специализированных программных сред и технических средств работы с информацией.

3. Технология коммуникативного обучения – направлена на формирование коммуникативной компетентности студентов и предполагает активное внедрение диалоговых форм занятий, подразумевающих как коммуникацию между студентом и преподавателем, так и коммуникацию студентов между собой.

Комплексное использование в учебном процессе всех вышеназванных образовательных технологий стимулируют личностную, интеллектуальную активность, способствуют формированию компетенций, в той степени, в которой они формируются в процессе освоения данного курса.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения практических занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели, учебного оборудования и технические средства для представления учебной информации студентам. Для изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту (футбол)» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

Практические занятия – спортивный зал.

К зачёту – спортивный зал.