

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сухолет Ирина Наумовна  
Должность: ректор  
Дата подписания: 08.06.2026 10:31:25  
Уникальный программный ключ:  
90b04a8fcdf24f39034a47d003e725667d57043e870b41a3cee22df0848bbe2c



ПРИЛОЖЕНИЕ 1  
К ООП

УТВЕРЖДЕНО УЧЕНЫМ СОВЕТОМ  
ИСИ В СОСТАВЕ ООП  
АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ДИСЦИПЛИНЫ  
**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ**  
**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА**

Образовательная программа

**Эстрадно джазовое  
пение**

Направление подготовки

**53.03.01 Музыкальное искусство  
эстрады**

Уровень высшего образования

**Бакалавриат**



## **Разработчик программы:**

Зибарова Е.Е. – заведующая кафедрой физической культуры

© АНО ВО «Институт  
современного  
искусства»



## АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ

**Цели:** Формирование компетенций здорового образа жизни и физической

культуры

**Задачи:** Обучение навыкам игры

Компетенции обучающегося, формируемые в результате изучения дисциплины: **УК-7**

### 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

по дисциплине (модулю), соотнесенных с  
планируемыми результатами  
освоения образовательной  
программы

Изучение данной учебной дисциплины  
направлена на формирование  
у обучающихся следующих компетенций:



## **УК-7** Способен поддерживать должный уровень физической

подготовленности для обеспечения полноценной  
социальной и профессиональной деятельности

- **Знать:** методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности
  
- **Уметь:** организовывать режим времени,



- приводящий к здоровому образу жизни;
- использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
  
  - **Владеть:** опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием;
  
  - способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
  
  - методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма.
  
  - методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;



- методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ООП **Б1.В.ДВ.03.02**

### **2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:**

Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами и/или практиками:



– Физическая культура и спорт (УК-7)

### **3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

3.1. Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 328 академических часов.

3.2. Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в академических часах):

**Общая трудоемкость дисциплины Оч 328 Оч-**

**Заоч. 328**

**Заоч. 328**

### **4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**



4.1. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием для каждой темы:

- номера семестра учебного плана (УП);
- количества академических часов, отведенного на её изучение с распределением по видам учебных занятий:
  - «ПрЗ» – групповые и мелкогрупповые практические занятия,
  - «СРС» - самостоятельная работа студентов.
- формы текущего контроля успеваемости

## **Для очной формы обучения**

### **Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"**

- 1.1 Правила игры. Становление избранного вида игры как вида спорта Изучение правил игры в процессе практической самостоятельной работы. Л2 СРС 16
- 1.2 Судейство соревнований. Жесты судей



## Изучение правил игры и правил судейства той или иной игры Л2 СРС 16

1.3 Освоение техники игры Л2  
СРС 16

1.4. Техника игры в  
нападении  
Освоение  
техники игры  
Л2 СРС 16

1.5. Техника игры  
в защите  
Освоение  
техники игры  
Л2 СРС 16

1.6. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры Освоение техники игры Л2 СРС 16

1.7. Физическая подготовка в избранном виде игры  
Основные физические навыки, приобретаемые в процессе игры Л2 СРС 16

1.8. Психологическая подготовка в избранном игровом



## ВИДЕ

Психология и ее связь с физической культурой,  
здоровым образом жизни. Л2 СРС 16

## **Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта**

2.1 Тактика игры, ее  
характеристика  
Освоение техники  
игры Л2 СРС 16

2.2 Тактика игры в  
нападении  
Освоение  
техники игры  
Л2 СРС 16

2.3 Тактика игры в  
защите  
Освоение  
техники игры  
Л2 СРС 16

2.4 Интегральная



подготовка

Освоение

техники игры

Л2 СРС 16

2.5 Теоретическая подготовка в избранном виде игры

Л2 СРС 16

Основные знания, необходимые для той или иной  
игровой деятельности

Организация и проведение соревнований по виду

спорта Проведение соревнований

для очно-заочной форсы Л2 СРС 16

## **Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"**

1.4 Правила игры. Становление избранного

вида игры как вида спорта Изучение

правил игры в процессе практической

самостоятельной работы. Л1 СРС 16

1.5 Судейство соревнований. Жесты судей

Изучение правил игры и правил судейства той или

иной игры Л1 СРС 16



## 1.6 Освоение техники игры Л1

### СРС 16

## 1.9. Техника игры в

### нападении

### Освоение

### техники игры

### Л1 СРС 16

## 1.10. Техника игры

### в защите

### Освоение

### техники игры

### Л1 СРС 16

## 1.11. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры Освоение

### техники игры Л1 СРС 16

## 1.12. Физическая подготовка в избранном виде игры

### Основные физические навыки, приобретаемые в процессе игры Л1 СРС 16

## 1.13. Психологическая подготовка в избранном игровом виде

### Психология и ее связь с физической культурой,



## здоровым образом жизни. Л1 СРС 16

### **Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта**

2.6 Тактика игры, ее  
характеристика  
Освоение техники  
игры Л1 СРС 16

2.7 Тактика игры в  
нападении  
Освоение  
техники игры  
Л1 СРС 16

2.8 Тактика игры в  
защите  
Освоение  
техники игры  
Л1 СРС 16

2.9 Интегральная  
подготовка  
Освоение



## техники игры

### Л1 СРС 16

#### 2.10 Теоретическая подготовка в избранном виде игры

Основные знания, необходимые для той или иной  
игровой деятельности Л1 СРС 16

#### 2.11 Организация и проведение соревнований по виду спорта Проведение соревнований Л1 СРС 16

Для заочной формы

## **Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды спорта"**

#### 1.7 Правила игры. Становление избранного вида игры как вида спорта Изучение правил игры в процессе практической самостоятельной работы. Л1 СРС 16

#### 1.8 Судейство соревнований. Жесты судей Изучение правил игры и правил судейства той или иной игры Л1 СРС 16



## 1.9 Освоение техники игры Л1

### СРС 16

#### 1.14. Техника игры в

нападении

Освоение

техники игры

Л1 СРС 16

#### 1.15. Техника игры

в защите

Освоение

техники игры

Л1 СРС 16

#### 1.16. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры Освоение техники игры Л1 СРС 16

#### 1.17. Физическая подготовка в избранном виде игры Основные физические навыки, приобретаемые в процессе игры Л1 СРС 16

#### 1.18. Психологическая подготовка в избранном игровом виде

Психология и ее связь с физической культурой,



## здоровым образом жизни. Л1 СРС 16

### **Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта**

2.12 Тактика игры, ее  
характеристика  
Освоение техники  
игры Л1 СРС 16  
Л1 СРС 16

2.13 Тактика игры в  
нападении  
Освоение  
техники игры  
Л1 СРС 16

2.14 Тактика игры  
в защите  
Освоение  
техники игры  
Л1 СРС 16

2.15 Интегральная  
подготовка



## Освоение

техники игры

Л1 СРС 16

2.16 Теоретическая подготовка в избранном виде  
игры

Основные знания, необходимые для той или иной  
игровой деятельности Л1 СРС 16

2.17 Организация и проведение  
соревнований по виду спорта  
Проведение соревнований Л1  
СРС 16

**4.2. Содержание дисциплины (модуля),  
структурированное по разделам**

**Раздел 1. Введение в предмет "Игровые виды  
спорта"**

1.10 Правила игры. Становление избранного  
вида игры как вида спорта Изучение  
правил игры в процессе практической



самостоятельной работы.

1.11 Судейство соревнований. Жесты судей

Изучение правил игры и правил судейства той или иной игры

1.12 Освоение техники игры

1.19. Техника игры в

нападении

Освоение

техники игры

1.20. Техника игры

в защите

Освоение

техники игры

1.21. Последовательность и методы обучения и совершенствования техники игры Освоение техники игры

1.22. Физическая подготовка в избранном виде игры

Основные физические навыки, приобретаемые в процессе игры

1.23. Психологическая подготовка в избранном игровом виде



## Психология и ее связь с физической культурой, здоровым образом жизни.

### **Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта**

2.18 Тактика игры, ее  
характеристика  
Освоение техники  
игры

2.19 Тактика игры в  
нападении  
Освоение  
техники игры

2.20 Тактика игры  
в защите  
Освоение  
техники игры

2.21 Интегральная  
подготовка  
Освоение  
техники игры



## 2.22 Теоретическая подготовка в избранном виде игры

Основные знания, необходимые для той или иной  
игровой деятельности

## 2.23 Организация и проведение соревнований по виду спорта Проведение соревнований

# 5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

## 5.1. Содержание и формы самостоятельной работы обучающихся в процессе освоения дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам).

1. Раздел 1. Введение в предмет "Исторические виды спорта"  
Подготовка к игре. Изучение правил игры. **КОЛ-ВО** УК-7



## 2. Раздел 2. Тактическая подготовка в избранном игровом виде спорта

Подготовка к игре. Изучение правил игры. УК-7

### **6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

#### **6.1. Методы и средства организации и реализации образовательного процесса:**



**а) методы и средства, направленные на теоретическую подготовку:**

- самостоятельная работа студентов;

**б) методы и средства, направленные на практическую подготовку:**

- практические навыки игры.

При реализации дисциплины применяются следующие виды учебной работы:

**Практическое занятие** – групповое, мелкогрупповое, индивидуальное занятие, предполагающие приоритетное использование интерактивных форм обучения.

**Самостоятельная работа обучающихся.** Результат самостоятельной работы контролируется преподавателем. Самостоятельная работа может выполняться обучающимся в аудиториях, библиотеке, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Самостоятельная работа обучающихся



подкрепляется учебно-методическим и  
информационным обеспечением, включающим  
учебники, учебно-методические пособия, аудио и  
видео материалы и т.д.

Для эффективного овладения дисциплиной  
предлагаются следующие методические  
рекомендации.



1. В ходе изучения курса используйте современные источники знаний по проблемам теории и методики физического воспитания: учебники, изданные в последние годы, ресурсы Интернет, научные статьи, опубликованные в журналах.
2. Сопоставляйте знания, полученные при изучении теоретических источников, раскрывающих технологии применения теоретических подходов с практическими навыками, отслеживайте пробелы в теории и практике.
3. При изучении основных разделов, тем, вопросов курса ставьте конкретные цели (что узнать, чему научиться, какие способности сформировать или усовершенствовать), определяйте сроки достижения этих целей (промежуточные и итоговые).
4. Осуществляйте пошаговый и итоговый



самоконтроль за процессом усвоения теории и практики, используйте различные критерии самооценки: полнота знаний, систематичность, оперативность, гибкость знаний и т.д.

## **7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Фонд контрольных заданий, перечень форм и процедур, предназначенных для определения качества освоения обучающимися учебного материала, а так же методические указания по освоению дисциплины (модуля), описываются в отдельном документе **«Оценочные средства дисциплины»**.

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

### **8.1. Основная литература:**



1

Кокоулина О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие Евразийский открытый институт 2011 г.

<https://www.iprbookshop.ru/11049.html>

2

Алхасов Д. С.

Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.

<https://urait.ru/bcode/473058>

## 8.2. **Дополнительная литература:**





Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова.

— 2-е изд.,

испр. и доп.

Москва : Издательство Юрайт, 2021. —

191 с.

<https://urait.ru/bcode/472970>

## 9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО- ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ"

### Современные профессиональные базы данных

- Национальная электронная библиотека (НЭБ)  
<https://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
- Университетская информационная система  
РОССИЯ <https://uisrussia.msu.ru/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>
- <https://urait.ru/>



## Информационные справочные системы

- <http://window.edu.ru/> Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам»

### **10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

В процессе практических занятий используется следующее программное обеспечение:

- программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Googlechrome»);

- программы, демонстрации видео материалов



- (например, проигрыватель  
«Windows Media Player»);
- программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»)



# **11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

**Вид учебной работы**      **Тип аудитории с описанием материально-технического обеспечения**

**Самостоятельная работа**      **Аудитории для проведения практических занятий, оборудованные необходимым спортивным снаряжением, спортивный зал, стадион**

**Практические занятия**      **Аудитории для проведения практических занятий, оборудованные необходимым спортивным снаряжением, спортивный зал, стадион**



## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Дата внесения изменений

Краткое описание изменений, внесенных в РПД №  
протокола кафедры

04.06.2019 *Актуализированы списки литературы,  
обновлен*

*перечень ресурсов информационно-  
телекоммуникационной сети «Интернет»*

09.06.2020 *Актуализированы списки литературы,  
обновлен*

*перечень ресурсов информационно-  
телекоммуникационной сети «Интернет»*

10.06.2021 *Актуализированы списки литературы,  
обновлен*

*перечень ресурсов информационно-  
телекоммуникационной сети «Интернет»*

