

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: митрополит Аристарх (Смирнов Бадим Анатольевич)
Должность: Ректор
Дата подписания: 23.09.2024 21:09:15
Уникальный программный ключ:
236848de91e14e821fe0befcf483a35ae5036840

Религиозная организация – духовная образовательная организация высшего образования «Кузбасская православная духовная семинария Кемеровской епархии Русской Православной Церкви (Московский Патриархат)»

Кафедра церковно-практических и общегуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
РЕКТОР Кузбасской православной
духовной семинарии
митрополит Кемеровский и Прокопьевский

 /АРИСТАРХ/
3 марта 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ**

«Физическая культура и спорт (футбол)»

Направление подготовки **48.03.01 Теология**

Профиль подготовки **«Православная теология»**

Область знания выпускников **«Практическое богословие»**

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная

Новокузнецк
2024

Рабочая программа дисциплины **«Физическая культура и спорт (футбол)»** разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки –, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25 августа 2020 года № 1110.

Рабочая программа дисциплины **«Физическая культура и спорт (футбол)»** основной профессиональной образовательной программы высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология, профиль «Православная теология» утверждена Ученым советом Кузбасской православной духовной семинарии, протокол № 10 от 13 марта 2024 г.

Рабочая программа одобрена на заседании Кафедры церковно-практических и общегуманитарных дисциплин, протокол № 9 от 15 февраля 2024 г.

Заведующий кафедрой:	иерей Андрей Мояренко, кандидат богословия, доцент
Составитель:	Новгородцева М.Ф., старший преподаватель
Рецензент внутренний:	Левина И.Л., доктор медицинских наук, профессор
Рецензент внешний:	Миненко Г.Н., доктор культурологии

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)»

Цель: развитие у обучающихся физических, морально-волевых и психологических качеств, овладение основными двигательными умениями и навыками, укрепление здоровья и закаливание, совершенствование знаний и умений в организации и проведении спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.

Цель изучения дисциплины соотносится с требованиями ФГОС 48.03.01 Теология, который предполагает изучение системы теологического знания.

Задача: подготовка обучающихся к физкультурно-спортивной и оздоровительно-рекреативной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавриата по направлению подготовки 48.03.01 Теология, профиль «Православная теология»

Дисциплина **Б1.В.ДВ.05.03 Физическая культура и спорт (футбол)** реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений **Б1.В.ДВ.05 Дисциплины (модули) по выбору 5 (ДВ.5)** учебного плана программы бакалавриата по данной направленности подготовки и находится в тесной взаимосвязи с такими дисциплинами как «Безопасность жизнедеятельности», «Физическая культура и спорт (атлетизм)», связанных с изучением конкретных общественных подсистем.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

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 деятельности.	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 футбольных соревнований. Уметь: работать в команде с учетом футбольной специфики психологического и физического взаимодействия. Владеть: навыками командного взаимодействия при реализации футбольного тренировочного процесса и с учетом формирования навыков к полноценной профессиональной деятельности.
	УК-7.2. Соблюдает нормы здорового образа жизни	Знать: работать в команде с учетом футбольной специфики психологического и физического взаимодействия, а также норм здорового образа жизни. Уметь: осуществлять приемы специальной физической подготовки для игры в футбол. Владеть: основными тактическими приемами при игре в футбол на разных позициях в поле и на воротах.

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Формы работы и общая трудоемкость дисциплины

Программой учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)» предусмотрено проведение практических занятий.

Контактная работа обучающихся с преподавателем, в т. ч. с применением ЭИОС, включает практические занятия, групповые консультации, индивидуальную работу обучающегося с преподавателем, промежуточную аттестацию обучающихся и другие виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем. Контактная работа обучающихся с преподавателем может быть, как аудиторной, так и внеаудиторной.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часов

4.2. Тематический план учебной дисциплины

Наименование разделов учебной дисциплины	Количество часов, трудоемкость (в часах)			
	Всего	В том числе		
		Аудиторные		Самостоятельная работа обучающихся
Лекции	Практические занятия			
1 семестр	46	–	46	–
Раздел I. Введение в футбол.	46	–	46	–
2 семестр	42	–	42	–
Раздел I. Введение в футбол.	42	–	42	–
3 семестр	50	–	50	–
Раздел II. Техника игры.	50	–	50	–
4 семестр	46	–	46	–
Раздел II. Техника игры.	46	–	46	–
5 семестр	52	–	52	–
Раздел II. Техника игры.	52	–	52	–
6 семестр	50	–	50	–
Раздел II. Техника игры.	50	–	50	–
7 семестр	42	–	42	–
Раздел II. Техника игры.	42	–	42	–
Всего по дисциплине часов:	328	–	328	–
Всего по дисциплине (зачетных единиц):	–			
Формируемые компетенции:	УК-7			
Вид промежуточной аттестации:	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 семестр – зачет			

4.3. Содержание учебной дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы	Лекция	Практ. з-е	Содержание	Формы текущего контроля
1 семестр					
Раздел I. Введение в футбол					
1.	История возникновения и развития футбола.		2	История возникновения и развития футбола.	
2.	Основные особенности игры.		2	Основные особенности игры. Техника и тактика игры в теории.	Тестовые задания закрытого типа Тестовые задания открытого типа.
3.	Техника безопасности.		2	Техника безопасности. Показания и противопоказания к игре в футбол.	
4.	Тренировка по футболу.		40	Тренировка по футболу.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
2 семестр					
Раздел I. Введение в футбол					
5.	Психологические особенности командных видов спорта на примере футбола.		2	Психологические особенности командных видов спорта на примере футбола. Умение работать в команде. Достижение поставленной цели.	Тестовые задания закрытого типа Тестовые задания открытого типа.

6.	Понятие о футбольном поле:		4	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.	
7.	Построение схемы тренировки по футболу.		2	Построение схемы тренировки по футболу. Цель и задачи разминки, основной и заключительной части тренировки.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
8.	Тренировка по футболу.		34	Тренировка по футболу.	
3 семестр					
Раздел II. Техника игры					
9.	Специальная физическая подготовка.		6	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.	Тестовые задания закрытого типа Тестовые задания открытого типа.
10.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.		2	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
11.	Тренировка умений по футболу.		42	Тренировка умений по футболу.	
4 семестр					
Раздел II. Техника игры					
12.	Техника ударов по мячу и остановок мяча.		2	Техника ударов по мячу и остановок мяча.	Тестовые задания закрытого типа Тестовые задания открытого типа.
13.	Техника ведения мяча.		2	Техника ведения мяча.	
14.	Техника защитных действий.		2	Техника защитных действий.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
15.	Тренировка умений по футболу.		40	Тренировка умений по футболу.	
5 семестр					
Раздел II. Техника игры					
16.	Тактика и техника игры.		2	Тактика и техника игры.	Тестовые задания закрытого типа Тестовые задания открытого типа.
17.	Тактика командной игры.		2	Тактика командной игры. Роли игроков на поле.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
18.	Тренировка умений по футболу.		48	Тренировка умений по футболу.	
6 семестр					
Раздел II. Техника игры					

19.	Техника игры вратаря.		4	Техника игры вратаря.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
20.	Правила соревнований.		46	Правила соревнований.	
7 семестр					
Раздел 3. Техники упражнений					
21.	Тренировка по футболу, по заранее разработанной схеме.		4	Тренировка по футболу, по заранее разработанной схеме.	Тестовые задания закрытого типа Тестовые задания открытого типа.
22.	Тренировка по футболу.		2	Тренировка по футболу.	Открытое кейс-задание Открытое проблемное задание
23.	Тренировочные игры.		4	Тренировочные игры.	
24.	Соревновательные игры.		32	Соревновательные игры.	

5. Образовательные и информационно–коммуникационные технологии

5.1. Образовательные технологии

1. Методы активного обучения

Одной из задач преподавателя, ведущего занятия по дисциплине «Физическая культура и спорт (футбол)», является выработка у обучающихся осознания важности, необходимости и полезности знаний и умений дисциплины для дальнейшей жизни и работы по избранной специальности (профессии). Методическая модель преподавания дисциплины основана на применении активных методов обучения.

Принципами организации учебного процесса являются:

- объединение нескольких методов в целях повышения эффективности процесса обучения;
- активное участие обучающихся в учебном процессе;
- приведение примеров применения изучаемого материала к реальным практическим ситуациям.

С целью более эффективного усвоения обучающимися материала данной дисциплины рекомендуется при проведении практических занятий использовать наглядные пособия и технические средства обучения.

Контрольное тестирование включает в себя проверку овладения жизненно важными умениями и навыками и уровня развития физических качеств. Критерием оценки успешности освоения учебного материала выступает экспертная оценка преподавателя и оценка результатов соответствующих тестов, результаты которых рассматриваются с учетом динамики контролируемых показателей.

В период обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт (футбол)» планируется формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры: изучение социально-биологических основ физической культуры и здорового образа жизни развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств обучающихся, профессионально-прикладная физическая подготовка; освоение специальных двигательных умений и навыков.

Программа учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)» Семинарии составлена с учетом материально-технических условий, учебно-методического, информационного и кадрового обеспечения, имеющихся в образовательном учреждении, и различных средств, и методов физической культуры и спорта. Практический раздел программы реализуется на практических занятиях в учебных группах.

Практические занятия предусматривают освоение и творческое воспроизведение обучающимися основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и

жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. Деятельность обучающихся на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов. В качестве форм методико-практической подготовки могут использоваться ролевые игры, тренинг, тематические задания для самостоятельного выполнения и др.

Занятия базируются на широком использовании теоретических знаний и методических умений, применении разнообразных средств физической культуры и спорта для совершенствования спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся для приобретения индивидуального и коллективного практического опыта физкультурно-спортивной деятельности.

5.2. Информационно–коммуникационные технологии

На сайте семинарии <http://kpds42.ru> размещены методические, информационные, контрольные материалы по дисциплине. При подготовке к практическим занятиям и выполнении заданий, установленных планом самостоятельной работы обучающегося, используются современные информационно-коммуникационные технологии, обеспечивающие доступ к электронным образовательным ресурсам, в т.ч. к ЭИОС.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)»

6.1. Основная литература

1. Губа В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала) [Электронный ресурс]: учебник / В. П. Губа. – М.: Спорт, 2016. – 201 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461299>

2. Костюкевич В. М. Модели тактики игры в футболе [Электронный ресурс] / В. М. Костюкевич, Е. П. Врублевский. – М.: Спорт, 2020. – 168 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596094>

3. Теория и методика футбола [Электронный ресурс]: учебник / В. П. Губа, А. В. Лексаков, М. С. Полишкис [и др.]; под общ. ред. В. П. Губы, А. В. Лексакова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Спорт, 2018. – 623 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481879>

4. Футбол и футзал [Электронный ресурс]: технологии отбора и подготовки / В. П. Губа, М. М. Полишкис, А. В. Антипов, П. В. Макеев ; под общ. ред. В. П. Губы. – М.: Проспект, 2024. – 224 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=715657>

6.2. Дополнительная литература

1. Губа В. П. Теория и методика спортивных игр [Электронный ресурс]: учебник / В. П. Губа. – М.: Спорт, 2020. – 720 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596085>

2. Жуков Р. С. Основы спортивной тренировки [Электронный ресурс]: учебное пособие / Р. С. Жуков. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. – 110 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415>

3. Тычинин Н. В. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. В. Тычинин. – Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 65 с. – Режим доступа. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

1. www.elementy.ru – Популярный сайт о фундаментальной науке.
2. www.nkj.ru – Журнал «Наука и жизнь».
3. www.naukatv.ru – Телеканал «Наука 2.0».
4. www.fizkulturaravshkole.ru – Сайт «Физкультура в школе»;
5. www.fizkultura-na5.ru – Сайт «Физкультура на 5»;
6. www.fizkulturnica.ru – Сайт учителей физкультуры «Здоровый образ жизни».

6.4. Программное обеспечение:

Операционная система:	Linux Mint v.19.2 x64
Офисный пакет:	Libre Office v.6.0.7.3
Просмотр web-страниц:	Chromium v.79.0.3945.130; Firefox Browser v.72.0.2
Просмотр изображений:	Xviewer v.2.2.1; Pix v.2.4.5
Графический редактор:	GIMP v.2.8.22
Музыкальный проигрыватель:	Xplayer v.2.2.2; Rhythmbox v.3.4.2
Видеопроеигрыватель:	Xplayer v.2.2.2
Просмотр pdf, djvu и проч.:	Xreader v.2.2.3
Голосовое, видео-, текст-общение:	Skype-8.58.0.93; Discord v.0.0.10

7. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

При реализации дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)» используются следующие профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- электронная библиотечная система <http://www.biblioclub.ru>;
- научно-богословская библиотека КПДС;
- система автоматизации библиотек ИРБИС.

8. Материально–техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)» включает:

- спортивный зал со спортивным инвентарем;
- спортивная площадка для игровых видов спорта обучающихся;
- сеть Wi-Fi (в открытом доступе).

Аннотация
рабочей программы учебной дисциплины
«Физическая культура и спорт (футбол)»
основной профессиональной образовательной программы высшего образования
– бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология,
профиль «Православная теология»,
форма обучения – очная

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт (футбол)»

Цель: развитие у обучающихся физических, морально-волевых и психологических качеств, овладение основными двигательными умениями и навыками, укрепление здоровья и закаливание, совершенствование знаний и умений в организации и проведении спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.

Цель изучения дисциплины соотносится с требованиями ФГОС 48.03.01 Теология, который предполагает изучение системы теологического знания.

Задача: подготовка обучающихся к физкультурно-спортивной и оздоровительно-рекреативной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавриата по направлению подготовки 48.03.01 Теология, профиль «Православная теология»

Дисциплина **Б1.В.ДВ.05.03 Физическая культура и спорт (футбол)** реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений **Б1.В.ДВ.05 Дисциплины (модули) по выбору 5 (ДВ.5)** учебного плана программы бакалавриата по данной направленности подготовки и находится в тесной взаимосвязи с такими дисциплинами как «Безопасность жизнедеятельности», «Физическая культура и спорт (атлетизм)», связанных с изучением конкретных общественных подсистем.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

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 деятельности.	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 футбольных соревнований. Уметь: работать в команде с учетом футбольной специфики психологического и физического взаимодействия. Владеть: навыками командного взаимодействия при реализации футбольного тренировочного процесса и с учетом формирования навыков к полноценной профессиональной деятельности.
	УК-7.2. Соблюдает нормы здорового образа жизни	Знать: работать в команде с учетом футбольной специфики психологического и физического взаимодействия, а также норм здорового образа жизни. Уметь: осуществлять приемы специальной физической подготовки для игры в футбол. Владеть: основными тактическими приемами при игре в футбол на разных позициях в поле и на воротах.

4. Трудоемкость учебной дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часов.

5. Краткое содержание учебной дисциплины

В структуре дисциплины выделяются следующие основные разделы:

1 семестр

Раздел I. Введение в футбол.

2 семестр

Раздел I. Введение в футбол.

3 семестр

Раздел II. Техника игры.

4 семестр

Раздел II. Техника игры.

5 семестр

Раздел II. Техника игры.

6 семестр

Раздел II. Техника игры.

7 семестр

Раздел II. Техника игры.

6. Формы организации учебного процесса

Практические занятия, групповые консультации, индивидуальная работа обучающегося с преподавателем, промежуточная аттестация.

7. Виды промежуточной аттестации

В 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 семестрах – зачет.

Составитель: Новгородцева М.Ф., старший преподаватель

**Дополнения и изменения
к рабочей программе учебной дисциплины
«Физическая культура и спорт (футбол)»
основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – бакалавриат
по направлению подготовки 48.03.01 Теология,
профиль «Православная теология»
на период 2024 – 2028 гг.**

Номер изменения/ дополнения	Содержание дополнения/изменения	Основание внесения изменения/дополнения
1.	Обновлена литература по Картам книгообеспеченности на 2024/2025 учебный год.	протокол заседания Ученого совета № 10 от «13» марта 2024 г.
2.	Подключение к ЭБС «Университетская библиотека онлайн» («Viblioclub.ru») на 2023/2024 учебный год	Договор об оказании информационных услуг с «Директ-медиа DISTRIBUTION» № 520-08/2023 г. от 31.08.23.
3.	Обновлена литература по Картам книгообеспеченности на 2024/2025 учебный год.	протокол заседания Ученого совета № 01 от «29» августа 2024 г.
4.	Подключение к ЭБС «Университетская библиотека онлайн» («Viblioclub.ru») на 2023/2024 учебный год	Договор об оказании информационных услуг с «Директ-медиа DISTRIBUTION» № 516-08/2024 г. от 12.08.24.