

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы дисциплины Б1.В.1.ДВ.05.01**  
**«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.**  
**Баскетбол»**

**Объем трудоемкости:** 328 часа

**1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)**

**1.1 Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» является формирование компетенции:

УК-7 (Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности).

**1.2 Задачи дисциплины**

Изучение дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» направлено на формирование у обучающихся следующей компетенции:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В соответствии с этим ставятся следующие задачи дисциплины, направленные на методический и педагогический виды деятельности, которые являются необходимой основой для успешной последующей деятельности в качестве бакалавра:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

- знание научно - биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;

- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; воспитание положительных нравственных и волевых качеств личности

(смелости, товарищества, взаимопомощи, гуманности, самоутверждения, ответственности и т.д.);

- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей, для работы с группой;

- понимание студентами значимости качественных спортивно-оздоровительных услуг для организации полноценного досуга ;

- воспитание волевых качеств личности (настойчивость в достижении целей, стрессоустойчивость, честность и порядочность, коммуникативность и т.д.);

- воспитание эстетических качеств (гармонически развитое тело человека и его движения).

### 1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1, 2 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» - учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки в течение всего периода обучения.

Свои образовательные и развивающие функции «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» наиболее полно осуществляют в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные обще дидактические принципы сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности.

Именно этими принципами пронизано все содержание учебной программы по педагогической учебной дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол», которая тесно связана не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека.

Все это в целом находит свое отражение в психофизической надежности будущего бакалавра, в необходимом уровне и устойчивости его профессиональной работоспособности.

### 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

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

| Код и наименование индикатора*достижения компетенции   | Результаты обучения по дисциплине ( <i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i> )   |
|--|---|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |   |
| ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний      | Знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности; |
|  | Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;                                   |
|  | Владеет, соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.   |
|  | Знает научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни;   |

|   |   |
|---|---|
| ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры | Умеет выполнять программные упражнения и нормативы по физической культуре, применять все формы и средства организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, проводить самостоятельную физическую тренировку и использовать методы самоконтроля за своим физическим состоянием; |
|   | Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности   |

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом.

Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет (328 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице

| Виды работ  | Всего часов | Форма обучения очная |                  |                  |                  |
|---|-------------|----------------------|------------------|------------------|------------------|
|   |             | 1 семестр (часы)     | 2 семестр (часы) | 3 семестр (часы) | 4 семестр (часы) |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>  | <b>124</b>  | <b>34</b>            | <b>30</b>        | <b>30</b>        | <b>30</b>        |
| <b>Аудиторные занятия (всего):</b>  | 124         | 34                   | 30               | 30               | 30               |
| занятия лекционного типа  | -           | -                    | -                | -                | -                |
| лабораторные занятия  | -           | -                    | -                | -                | -                |
| практические занятия  | 124         | 34                   | 30               | 30               | 30               |
| семинарские занятия   | -           | -                    | -                | -                | -                |
| <b>Иная контактная работа:</b>  | -           | -                    | -                | -                | -                |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)   | -           | -                    | -                | -                | -                |
| Промежуточная аттестация (ИКР)  | -           | -                    | -                | -                | -                |
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>   | <b>204</b>  | <b>48</b>            | <b>52</b>        | <b>52</b>        | <b>52</b>        |
| Самостоятельное изучение разделов, самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам и т.д.) | 204         | 48                   | 52               | 52               | 52               |
| Подготовка к текущему контролю  | -           | -                    | -                | -                | -                |
| <b>Контроль:</b>  |             |                      |                  |                  |                  |
| Подготовка к экзамену   | -           | -                    | -                | -                | -                |
| <b>Общая</b>  | <b>час.</b> | <b>328</b>           | <b>82</b>        | <b>82</b>        | <b>82</b>        |

|              |                                  |     |    |    |    |    |
|--------------|----------------------------------|-----|----|----|----|----|
| трудоемкость | в том числе<br>контактная работа | 124 | 34 | 30 | 30 | 30 |
|              | зач. ед                          | -   | -  | -  | -  | -  |

## 2.2 Содержание дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины. Разделы (темы) дисциплины, изучаемые на 1,2 курсах(очная форма обучения)

| №                | Наименование разделов                         | Всего      | Количество часов  |            |          |                      |
|------------------|---|------------|-------------------|------------|----------|----------------------|
|                  |   |            | Аудиторная работа |            |          | Внеаудиторная работа |
|                  |   |            | ЛК                | ПЗ         | ЛР       |                      |
| 1                | 2   | 3          | 4                 | 5          | 6        | 7                    |
| <b>1 семестр</b> |   |            |                   |            |          |                      |
| 1                | Техника игры баскетбол. Классификация         | 28         | -                 | 10         | -        | 18                   |
| 2                | Техника владения мячом                        | 34         | -                 | 14         | -        | 20                   |
| 3                | Развитие двигательных качеств                 | 20         | -                 | 10         | -        | 10                   |
|                  | <b>Итого по 1 семестру:</b>                   | <b>82</b>  | <b>-</b>          | <b>34</b>  | <b>-</b> | <b>48</b>            |
| <b>2 семестр</b> |   |            |                   |            |          |                      |
| 1                | Тактика игры в нападении и защите             | 32         | -                 | 10         | -        | 22                   |
| 2                | Командно- индивидуальные действия             | 28         | -                 | 14         | -        | 14                   |
| 3                | Совершенствование техники владения мячом      | 22         | -                 | 6          | -        | 16                   |
|                  | <b>Итого по 2 семестру:</b>                   | <b>82</b>  | <b>-</b>          | <b>30</b>  | <b>-</b> | <b>52</b>            |
| <b>3 семестр</b> |   |            |                   |            |          |                      |
| 1                | Стратегия и тактика игры                      | 38         | -                 | 12         | -        | 26                   |
| 2                | Закрепление навыков игры в нападении и защите | 22         | -                 | 10         | -        | 12                   |
| 3                | совершенствование двигательных качеств        | 22         | -                 | 8          | -        | 14                   |
|                  | <b>Итого по 3 семестру:</b>                   | <b>82</b>  | <b>-</b>          | <b>30</b>  | <b>-</b> | <b>52</b>            |
| <b>4 семестр</b> |   |            |                   |            |          |                      |
| 1                | Совершенствование техники игры                | 32         | -                 | 10         | -        | 22                   |
| 2                | Совершенствование двигательных качеств        | 26         | -                 | 8          | -        | 18                   |
| 3                | Физическая подготовка                         | 24         | -                 | 12         | -        | 12                   |
|                  | <b>Итого по 4 семестру:</b>                   | <b>82</b>  | <b>-</b>          | <b>30</b>  | <b>-</b> | <b>52</b>            |
|                  | <b>ИТОГО по разделам дисциплины</b>           | <b>328</b> | <b>-</b>          | <b>124</b> | <b>-</b> | <b>204</b>           |
|                  | Контроль самостоятельной работы (КСР)         | -          | -                 | -          | -        | -                    |
|                  | Промежуточная аттестация (ИКР)                | -          | -                 | -          | -        | -                    |
|                  | Подготовка к текущему контролю                | -          | -                 | -          | -        | -                    |
|                  | <b>Общая трудоемкость по дисциплине</b>       | <b>328</b> | <b>-</b>          | <b>124</b> | <b>-</b> | <b>204</b>           |

Примечание: ПЗ – практические занятия / семинары, СРС - самостоятельная работа

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

Автор-составитель Пологова И.В., старший преподаватель кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры филиала КубГУ в г. Славянске-на-Кубани.