Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Кубанский государственный университет»
в г. Славянске-на-Кубани

Факультет педагогики, психологии и физической культуры
Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по работе с филиалами
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»
_____ А.А. Евдокимов
«28» июня 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (БАСКЕТБОЛ)

Направление подготовки:	44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль):	Логопедия
Форма обучения:	очная
Квалификация (степень) выпускника:	бакалавр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C7D81F155464E2952C62D138F9B3B449
Владелец: Хагуров Темыр Айтечевич
Действителен: с 13.10.2023 до 05.01.2025

Краснодар 2021

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 121, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации от 15.03.2018 г. регистрационный № 50362.

Программу составил:
С.Г. Васин, ст. преп.

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)» обсуждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры,
протокол № 9 от «29» апреля 2021 г.

Заведующий кафедрой (разработчика)
профессиональной педагогики, психологии и физической культуры
Лукьяненко М.А

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)» обсуждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры
протокол № 9 от «29» апреля 2021 г.

Заведующий кафедрой (выпускающей)
профессиональной педагогики, психологии и физической культуры
Лукьяненко М.А.

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)» утверждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры
протокол № 9 от «29» апреля 2021 г.

Заведующий кафедрой (выпускающей)
профессиональной педагогики, психологии и физической культуры
Лукьяненко М.А

Утверждена на заседании учебно-методического совета филиала
протокол № 8 от «20» мая 2021 г.

Председатель УМС филиала Поздняков С.А.

Рецензенты:

Кириллова Татьяна Яковлевна ,
директор МБОУ СОШ № 3, им. полководца
А.В. Суворова г. Славянска-на-Кубани

Катаева Нина Вениаминовна ,
директор МБОУ СОШ № 5, им. В.Ф. Маргелова
г. Славянска-на-Кубани

Содержание:

1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля) 4
1.1 Цель освоения дисциплины 4
1.2 Задачи дисциплины 4
1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы 4
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 5
2.Структура и содержание дисциплины 6
2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ 6
2.2 Структура дисциплины 6
2.3 Содержание разделов дисциплины 7
2.3.1 Занятия лекционного типа 7
2.3.2 Практические занятия 7
2.3.3 Лабораторные занятия. 11
2.3.4 Примерная тематика курсовых работ 11
2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) 11
3.Образовательные технологии 13
3.1.Образовательные технологии при проведении лекций 14
3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий 14
4.Оценочные и методические материалы 15
4.1Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации 15
4.1.1. Вопросы для устного (письменного) опроса 18
4.1.2 Задания для практических работ 18
4.1.3 Фонд тестовых заданий 22
4.1.4 Примерные задания для самостоятельной работы студентов 22
4.1.5 Зачетно - экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (зачет) 23
4.1.6 Зачетные нормативы по профессионально - прикладной физической подготовке 23
4.1.7 Контрольные тесты определения уровня физической подготовленности 24
4.2.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания, знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций 25
4.2.1 Устный опрос 25
4.2.2 Практическая работа 25
4.2.3 Тестовые задания 26
4.2.4 Зачет 27
4.2.5 Экзамен 27
5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) 27
5.1 Основная литература 27
5.2 Дополнительная литература 27
5.3 Периодические издания 28
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) 28
7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) 29
7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий 29
7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения 29
7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем 29
8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю) 30

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 следующих компетенций:

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 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.

«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 универсальных компетенций (*УК)*

№ п/п	**индекс компетенции**	**Содержание компетенции (или ее части)**	**В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны**		
			знать	**уметь**	**владеть**
1	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	- здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	-планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	-соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

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 *(для студентов ОФО).*

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры (часы)					
			1	2	3	4	5	6
Контактная работа, в том числе:								
Аудиторные занятия (всего):		**328**	**82**	**82**	**82**	**82**	**-**	**-**
Занятия лекционного типа		-	-	-	-	-	-	-
Лабораторные занятия		-	-	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		124	34	30	30	30	-	-
Иная контактная работа:								
Контроль самостоятельной работы (КСР)		-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (ИКР)		-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа, в том числе:								
Курсовая работа		-	-	-	-	-	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		204	48	52	52	52	-	-
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		-	-	-	-	-	-	-
Реферат		-	-	-	-	-	-	-
Подготовка к текущему контролю		-	-	-	-	-	-	-
Контроль:								
Подготовка к экзамену								
Общая трудоемкость	**час.**	**328**	**48**	**52**	**52**	**52**	**-**	**-**
	в том числе контактная работа	**124**	**34**	**30**	**30**	**30**	**-**	**-**
	зач. ед	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**	**-**

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины. Разделы дисциплины, изучаемые в 1,2,3,4 семестрах *(очная форма)*

№	**Наименование разделов**	**Всего**	**Количество часов**				
			Аудиторная работа			**Внеаудиторная работа**	**КСР, ИКР, контроль**
			ЛК	**ПЗ**	**ЛР**	**СР**	**-**
1	2	3	4	5	6	7	8
1 семестр							
1	Техника игры баскетбол. Классификация	28	-	10	-	18	-
2	Техника владения мячом	34	-	14	-	20	-
3	Развитие двигательных качеств	20	-	10	-	10	-

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов				
	Итого по 1 семестру:	**82**	**-**	**34**	**-**	**48**	**-**
2 семестр							
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	-
	Итого по 2 семестру:	**82**	**-**	**30**	**-**	**52**	**-**
3 семестр							
1	Стратегия и тактика игры	38	-	12	-	26	-
2	Закрепление навыков игры в нападении и защите	22	-	10	-	12	-
3	Усвоение двигательных качеств	22	-	8	-	14	-
	Итого по 3 семестру:	**82**	**-**	**30**	**-**	**52**	**-**
4 семестр							
1	Совершенствование техники игры	32	-	10	-	22	-
2	Закрепление двигательных качеств	26	-	8	-	18	-
3	Физическая подготовка	24	-	12	-	12	-
	Итого по 4 семестру:	**82**	**-**	**30**	**-**	**52**	**-**
	ИТОГО по разделам дисциплины	328	**-**	**124**	**-**	**204**	**-**
	Контроль самостоятельной работы (КСР)	-	-	-	-	-	-
	Промежуточная аттестация (ИКР)	-	-	-	-	-	-
	Подготовка к текущему контролю	-	-	-	-	-	-
	Общая трудоемкость по дисциплине	**328**	**-**	**124**	**-**	**204**	**-**

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

2.3 Содержание разделов дисциплины

2.3.1 Занятия лекционного типа

Занятия лекционного типа не предусмотрены учебным планом.

2.3.2 Практические занятия

Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры и спорта.

Практический раздел программы реализуется на учебно-тренировочных занятиях в учебных группах.

№	Наименование раздела	Тематика практических занятий (семинаров)	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1 семестр			
1	Техника игры Баскетбол. Классификация	Игра состоит из естественных движений (ходьбы, бега, прыжков), специфических двигательных действий без мяча (остановок, поворотов, передвижений переставными шагами, финтов и т.д.), и с мячом (ловли передач, ведения, бросков).	ПР

		Противоборство, целью которой является попадание мячом в корзину соперника и защита своей, вызывает проявление всех жизненно важных для человека физических качеств: скоростных, скоростно- силовых и координационных особенностей, гибкости и выносливости. В работу вовлекаются все функциональные системы организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижения спортивного результата требуют от играющих целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себя, чувство коллективизма.	
2	Техника владения мячом	Ловля мяча на месте и в движении, на уровне груди, высоко и низко летящего мяча, катящегося мяча; ловля мяча одной рукой. Передача мяча на месте и в движении двумя руками: от груди, сверху, снизу, одной рукой: от плеча, сверху, снизу, скрытые передачи. Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении, вперед. назад, в сторону: с изменением скорости, направления, высоты от броска, ритма, с поворотами, с переводами за спиной, под ногами. Броски: двумя руками: от груди, снизу, сверху, одной рукой от плеча, снизу, сверху, сбоку (крюком) на месте и в движении, в прыжке после ведения, после поворотов, добивание мяча. Штрафные броски. Заслоны для броска, для прохода, для ухода. Техника перемещений: защитная стойка, перемещение обычными и приставными шагами, спиной вперед, в разных направлениях, противодействия и овладения мячом; вырывание, выбивание, накрывание, перехваты.	ПР
3	Развитие двигательных качеств	Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные, релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости, координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Развитие двигательных качеств, методики определения объема и интенсивности двигательной активности человека. Развитие двигательных качеств, антропометрические измерения, тестирование физического развития. Диагностика.	
2 семестр			
1	Тактика игры в нападении и защите	Нападение - основная функция команды в процессе игры. Тактика нападения многообразна. Чем шире арсенал тактических знаний, умений и навыков отдельных игроков и команды, тем лучше результат. Индивидуальные действия, действия игрока без мяча,	ПР

		действия игрока с мячом, групповые действия, взаимодействие двух, трех и более игроков, командные действия, позиционное нападение, специальное нападение. Тактика игры в защите: действия защитника против нападающего без мяча, опека игрока без защиты, блокирование нападающего, действия игрока против нападающего владеющего мячом, взаимодействия двух, трех и более игроков.	
2	Командно-индивидуальные действия	Командные действия: системы нападения - быстрый прорыв, варианты позиционного нападения, нападение с центровым, системой заслонов; Индивидуальные действия:, выбор места и передвижения защитников, против игрока с мячом и без мяча; взаимодействия двух, трех и более игроков: подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча, игра в численном меньшинстве; перехваты мяча, борьба за отскочивший от щита мяч. Командные действия системы защиты - личная, зонная, прессинг и их основные варианты; учебно-тренировочные двусторонние игры. Индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча:, выбор места, выход на свободное место, заслоны; групповые действия двух, трех и более игроков при численном перевесе 2:1,3:2.	ПР
3	Совершенствование техники владения мячом	Ловля мяча на месте и в движении, на уровне груди, высоко и низко летящего мяча, катящегося мяча; ловля мяча одной рукой. Передача мяча на месте и в движении двумя руками: от груди, сверху, снизу, одной рукой: от плеча, сверху, снизу, скрытые передачи. Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении, вперед. назад, в сторону: с изменением скорости, направления, высоты от броска, ритма, с поворотами, с переводами за спиной, под ногами. Броски: двумя руками: от груди, снизу, сверху, одной рукой от плеча, снизу, сверху, сбоку (крюком) на месте и в движении, в прыжке после ведения, после поворотов, добивание мяча. Штрафные броски. Заслоны для броска, для прохода, для ухода. Техника перемещений: защитная стойка, перемещение обычными и приставными шагами, спиной вперед, в разных направлениях, противодействия и овладения мячом; вырывание, выбивание, накрывание, перехваты	
3 семестр			
1	Стратегия и тактика игры	Стратегия и тактика игры строятся на взаимодействии всех игроков и команды. Стремительное нападение, быстрый прорыв, позиционное нападение, пофазное выполнение групповых взаимодействий, медленное и быстрое маневрирование всех игроков, воспроизведение комбинаций в целом, поочередное выполнение комбинаций, нападение против зонной системы защиты и личного прессинга.	ПР

2	Закрепление навыков игры в нападении и защите	Индивидуальные действия, действия игрока без мяча, действия игрока с мячом, групповые действия, взаимодействие двух, трех и более игроков, командные действия, позиционное нападение, специальное нападение. Тактика игры в защите: действия защитника против нападающего без мяча, опека игрока без защиты, блокирование нападающего, действия игрока против нападающего владеющего мячом, взаимодействия двух, трех и более игроков.	
3	Усвоение двигательных качеств	Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные, релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости, координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока.	
		4 семестр	
1	Совершенствование техники игры	Броски в кольцо, ведение мяча и передача мяча индивидуально и в парах, встречная передача мяча в движении, перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками, остановка, после ведения мяча, дистанционные броски, ведения мяча левой, правой рукой в движении Вперед, назад, в сторону; броски двумя руками от груди снизу, сверху. Техника стоек, ловля мяча.	ПР
2	Закрепление двигательных качеств	Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные, релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости, координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Упражнения для развития силы, быстроты, силовой и скоростной выносливости, прыгучести; упражнения с преодолением собственного веса тела, веса тела партнера, сопротивления партнера.; ускорения на короткие дистанции от 10 до 30 м из разных	

		стартовых положений по звуковым и зрительным сигналам.; прыжки толчком одной и двумя ногами, в том числе с использованием гимнастической скамейки и подкидной доски; с разбега с доставанием различных предметов, касанием щита, корзины и т.д . жонглирование мячом, стретчинг.	
3	Физическая подготовка	Упражнения для развития силы, быстроты и координации движений, силовой и скоростной выносливости, прыгучести; упражнения с преодолением собственного веса тела, веса тела партнера, сопротивления партнера.; упражнения с набивными мячами, на гимнастической скамейке, стенке.; ускорения на короткие дистанции от 5 до 20 м из разных стартовых положений по звуковым и зрительным сигналам.; прыжки толчком одной и двумя ногами, в том числе с использованием гимнастической скамейки и подкидной доски; с разбега с доставанием различных предметов, касанием щита, корзины и т.д.; упражнения со скакалкой; акробатические упражнения, жонглирование мячом, стретчинг.	10

Примечание: ПР- практическая работа, Т-тестирование

2.3.3 Лабораторные занятия.

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

2.3.4 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Вид СР	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1	Подготовка к практическому занятию по теме «Техника владения мячом»	*1.* Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — URL: https://urait.ru/bcode/444895. — ISBN 978-5-534-11314-3. 2 .Ярошенко, Е. В. Баскетбол: 10 ступеней совершенствования : учебно-методическое пособие / Е. В. Ярошенко, В. Ф. Стрельченко, Л. А. Кузнецова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 121 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426542. - ISBN 978-5-4475-4903-9. 3. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон / В. Г. Турманидзе, Л. М. Иванова, Г. С. Ковтун и др. ;

		Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142 . –ISBN 978-5-7779-2258-8.
2.	Подготовка к практическому занятию по теме «Тактика игры в нападении и защите»	*1.* Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — URL: https://urait.ru/bcode/444895. — ISBN 978-5-534-11314-3. 2. Ярошенко, Е. В. Баскетбол: 10 ступеней совершенствования : учебно-методическое пособие / Е. В. Ярошенко, В. Ф. Стрельченко, Л. А. Кузнецова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 121 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426542. - ISBN 978-5-4475-4903-9. 3. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон / В. Г. Турманидзе, Л. М. Иванова, Г. С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142 . –ISBN 978-5-7779-2258-8.
3.	Подготовка к практическому занятию по теме «Командно-индивидуальные действия»	*1.* Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — URL: https://urait.ru/bcode/444895. — ISBN 978-5-534-11314-3. 2. Ярошенко, Е. В. Баскетбол: 10 ступеней совершенствования : учебно-методическое пособие / Е. В. Ярошенко, В. Ф. Стрельченко, Л. А. Кузнецова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 121 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426542. - ISBN 978-5-4475-4903-9. 3. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон / В. Г. Турманидзе, Л. М. Иванова, Г. С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142 . –ISBN 978-5-7779-2258-8.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:
Для лиц с нарушениями зрения:
– в печатной форме увеличенным шрифтом,
– в форме электронного документа,
– в форме аудиофайла,
– в печатной форме на языке Брайля.
Для лиц с нарушениями слуха:
– в печатной форме,
– в форме электронного документа.
Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
– в печатной форме,
– в форме электронного документа,
– в форме аудиофайла.
Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

3.Образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся, в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)», для реализации компетентностного подхода программа предусматривает использование в учебном процессе такие формы учебной работы, как самостоятельные и практические занятия. Это основные интерактивные формы организации учебного процесса, дополняющие теоретические знания учебной дисциплины; формы контроля знаний – зачёт по знаниям методики организации практически как раздельно части, так и полностью занятия по физической культуре.

На протяжении всего периода обучения в физическом воспитании студентов используются следующие формы учебных и внеучебных занятий:

- практические (проводятся в спортзале, на стадионе, в тренажерном зале), контрольные (контрольное тестирование в проверке физических качеств, контрольные работы по проверке знаний теоретического курса);

- индивидуальные и индивидуально-групповые дополнительные занятия или консультации; - самостоятельные занятия по заданию и под контролем преподавателя.

Внеучебные занятия организуются в форме:

- выполнения физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня;

- занятий в спортивных клубах; курсах, занятий по интересам (спортклуб, тур. клуб, фитнес клуб);

- самодеятельных занятий физическими упражнениями и спортом;

- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

В процессе преподавания используются следующие методы обучения:

- практические (методы строго регламентированного упражнения, метод разучивания по частям, метод разучивания в целом, метод принудительно-облегчающего разучивания, методы частично регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы);

- методы использования слова (рассказ описание, объяснение, беседа, разбор, задание, указание, команда, подсчет, оценка);

-методы наглядного восприятия (показ двигательного действия, демонстрация наглядных пособий).

В процессе изучения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)» значительное место занимает работа с различными источниками информации: учебно-методической литературой, Интернет-ресурсами.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

3.1.Образовательные технологии при проведении лекций

Не предусмотрено учебным планом.

3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	4
1 СЕМЕСТР			
1	Техника игры баскетбол. Классификация	Творческое задание	10
2	Техника владения мячом	Творческое задание	14
3	Развитие двигательных качеств	Творческое задание	10
2 СЕМЕСТР			
1	Тактика игры в нападении и защите	Творческое задание	10
2	Командно- индивидуальные действия	Творческое задание	14
3	Совершенствование техники владения мячом	Творческое задание	6
3 СЕМЕСТР			
1	Стратегия и тактика игры	Творческое задание	12
2	Закрепление навыков игры в нападении и защите	Творческое задание	10
3	Усвоение двигательных качеств	Творческое задание	8
4 СЕМЕСТР			

1	Совершенствование техники игры	Творческое задание	10
2	Закрепление двигательных качеств	Творческое задание	8
3	Физическая подготовка	Творческое задание	12
	Итого по курсу		124
	в том числе интерактивное обучение*		0*

4.Оценочные и методические материалы

4.1Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол».

Оценочные средства включают контрольные материалы для проведения текущего контроля в форме нормативных заданий, ситуационных задач и промежуточной аттестации в форме нормативных заданий к зачету.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки зачету;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины*	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1 семестр				

1	Техника игры баскетбол. Классификация	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
2	Техника владения мячом	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
3	Развитие двигательных качеств	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
2 семестр					
1	Тактика игры в нападении и защите	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
2	Командно- индивидуальные действия	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
3	Совершенствование техники владения мячом	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
3 семестр					
1	Стратегия и тактика игры	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
2	Закрепление навыков игры в нападении и защите	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
3	Усвоение двигательных качеств	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
4 семестр					
1	Совершенствование техники игры	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
2	Закрепление двигательных качеств	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	
3	Физическая подготовка	УК-7	Практическая работа	Контрольные нормативы	12

Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций

Код и наименование компетенции	**Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания**		
	пороговый	**базовый**	**продвинутый**
	Оценка		
	Удовлетворительно	Хорошо/зачтено	Отлично /зачтено

	/зачтено		
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**Знает:** -научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; **Умеет:** -использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; **Владеет:** -средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;	**Знает**: -научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни; **Умеет**: -творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; **Владеет**: -системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; -способностью к самоорганизации и самообразованию	**Знает:** -научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни; -технику выполнения физических упражнений, предусмотренных программой, методику их разучивания и совершенствования; -основные принципы и методы самостоятельной физической тренировки; -технические действия в спортивных играх; -способы наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки. **Умеет:** -творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; - выполнять программные упражнения и нормативы по физической культуре; -применять в практической деятельности все формы и средства организации и проведения физкультурно-

			оздоровительных мероприятий; - проводить самостоятельную физическую тренировку и использовать методы самоконтроля за своим физическим состоянием. **Владеет:** - навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства; - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; -способностью к самоорганизации и самообразованию.

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

4.1.1. Вопросы для устного (письменного) опроса

Не предусмотрено учебным планом.

4.1.2 Задания для практических работ

Проверяемые компетенции: УК-7

Практическая работа №1

Техника игры в баскетбол. Классификация.
Задания:
1) Техническая подготовка обучения игры в баскетбол.
2) Классификацию техники игры в баскетбол.
3) Основные приемы техники игры в баскетбол.
4) Техника передвижения: стойки, ходьба, бег, прыжки.
5) Техника противодействия и овладения мячом: выбивание, отбивание, перехват.
6)Техника владения мячом: ловля, передача, броски, ведение.
7) Техника игры: способы, разновидности, условия выполнения.

Практическая работа№2
Техника владения мячом
Задания:
1)Основные приемы техники владения мячом.
2**)**Техника перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками.
3) Техника ведения мяча левой, правой рукой на месте и в движении.
4) Техника бросков двумя руками от груди снизу, сверху. Двухсторонняя игра.
5)Техника стоек: стойка баскетболиста в нападении.
6) Техника стоек: стойка баскетболиста в защите.
7)Техника бросков в корзину.

Практическая работа№3
Тактика игры в нападении и защите
Задания:
1) Тактика игры в нападении, индивидуальные действия.
2) Тактика игры в нападении, групповые действия.
3) Тактика игры в нападении, командные действия.
4) Техника и тактика в двухсторонней игре.
5) Командные действия: система защиты - личная, зонная, прессинг
6)Блок упражнений для обучения игровых приемов техники защиты.
7) Блок упражнений для обучения игровых приемов техники нападении.

Практическая работа№4
Командно- индивидуальные действия
Задания:
1)Командные действия.
2) Групповые действия.
3)Индивидуальные действия.
4) Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении.
5)Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите.
6) Индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.
7) Групповые действия: двух, трех и более игроков. Двухсторонняя игра.
8) Командные действия: система нападения - быстрый прорыв. Двухсторонняя игра.
9) Индивидуальные действия: выбор места и передвижение с мячом и без мяча.

10) Учебно- тренировочная двухсторонняя игра. Эстафеты.

Практическая работа№5

Стратегия и тактика игры

Задания:

1)Индивидуальные тактические действия в нападении.
2) Индивидуальные тактические действия в защите.
3)Тактические действия защитника, против нападающего владеющего мячом.
4)Тактика личной системы защиты.
5)Тактика зонной системы защиты.
6)Тактика лично- командной защиты.
7)Действия игрока с мячом и без мяча в нападении.
8) Учебно- тренировочная двухсторонняя игра. Эстафеты.Подвижные игры.

Практическая работа№6

Развитие двигательных качеств

Задания:

1)Развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости, прыгучести, координации.
2) Развитие двигательных качеств. Верхний плечевой пояс. Нижней части тела.
3)Составление комплексов упражнений в тренажерном зале.
4) Развитие двигательных качеств, определение объема и интенсивности двигательной активности игрока. Двухсторонняя игра.
5) Развитие двигательных качеств, оценка функционального состояния сердечно – сосудистой и дыхательной систем игрока. Кардиотренажеры.
6) Развитие двигательных качеств, общая физическая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты.
7) Развитие двигательных качеств, упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.

Практическая работа №7

Совершенствование техники игры

Задания:

1) Совершенствование техники бросков в кольцо со штрафной линии.
2) Совершенствование техники ведения мяча и передачи мяча индивидуально и в парах.
3) Совершенствование техники перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками.
4) Совершенствование техники ведения мяча левой, правой рукой в движении вперед, назад, в сторону.
5) Совершенствование техники бросков двумя руками от груди снизу, сверху.
6) Развитие и совершенствование принципов технико- тактических действий команды в нападении и защите. Двухсторонняя игра.

Практическая работа №8

Развитие двигательных качеств

Задания:

1) Упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Двухсторонняя игра.
2) Развитие двигательных качеств, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале.
3) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп. Тренажерный зал.
4) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие координации. Двухсторонняя игра.
5) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие быстроты. Двухсторонняя игра.
6) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом. Двухсторонняя игра.

Практическая работа№9
Усвоение двигательных качеств
Задания:
1)Усвоение двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости, прыгучести, координации.
2) Усвоение двигательных качеств. Верхний плечевой пояс. Нижней части тела.
3) Составление комплексов упражнений в тренажерном зале.
4) Усвоение двигательных качеств, определение объема и интенсивности двигательной активности игрока. Двухсторонняя игра.
5) Усвоение двигательных качеств, общая физическая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты.
6) Усвоение для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Двухсторонняя игра.
7) Усвоение двигательных качеств, упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.
8) Усвоение двигательных качеств, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале.
9) Усвоение двигательных качеств, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, координации, быстроты, выносливости.
10) Усвоение двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом. Двухсторонняя игра.

Практическая работа№10
Физическая подготовка
Задания:
1) Развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом.
2) Самотестирование физического и психоэмоционального состояний после интенсивной нагрузки.
3) Антропометрические измерения, тестирование физического развития занимающегося.
4) Демонстрация и разучивание самостоятельно подготовленных комплексов ОРУ.

5) Реабилитационные, релаксационные упражнения, комплексы упражнений, направленных на развитие гибкости **.**
6)Комплексы упражнений, направленных на развитие координации, выносливости, силы.
7) Комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности.

Практическая работа№11
Закрепление двигательных качеств
Задание:
1)Закрепление двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости, прыгучести, координации.
2)Закрепление двигательных качеств. Верхний плечевой пояс. Нижней части тела.
3) Закрепление комплексов упражнений в тренажерном зале.
4) Закрепление двигательных качеств, определение объема и интенсивности двигательной активности игрока. Двухсторонняя игра.
5) Закрепление двигательных качеств, общая физическая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты.
6) Закрепление для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Двухсторонняя игра.
7) Закрепление двигательных качеств, упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.
8) Закрепление двигательных качеств, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале.
9) Закрепление двигательных качеств, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, координации, быстроты, выносливости.
10) Закрепление двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом. Двухсторонняя игра.

4.1.3 Фонд тестовых заданий
Не предусмотрено учебным планом.

4.1.4 Примерные задания для самостоятельной работы студентов
Проверяемые компетенции: УК-7

Задание 1. Судейство спортивной игры баскетбол, жесты, правила и обязанности судей.
Задание 2 Правила безопасности**.** Страховка и самостраховка при выполнении физических упражнений.
Задание 3 Техника и тактика игры баскетбол. Классификация.
Задание 4 Командно - индивидуальные действия. Понятие командного нападения, индивидуальные действия игрока, взаимодействие двух, дтех нападающих, техника выполнения маневров для нападения.
Задание 5 **С**екционная работа в общеобразовательном учреждении**.**
Задание 6 Подвижные спортивные игры, эстафеты. Подвижные спортивные игры, эстафеты. Футбол. Баскетбол. Эстафеты с применением баскетбольного, набивного мячей, с элементами акробатики.
Задание 7 Врачебный контроль. Самоконтроль. Гигиена и самомассаж.

***Задание* 8** Правила проведения соревнований по баскетболу. Основные положения правил проведения соревнований по баскетболу. Продолжительность игры. Одежда участников. Результат игры. Оценка технических действий.

***Задание* 9** Игра баскетбол и ее использование в качестве средств укрепления здоровья.

***Задание* 10** Формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия.

4.1.5 Зачетно - экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (зачет)

Проверяемые компетенции: УК-7

Студенты всех учебных отделений, выполнившие рабочую учебную программу, в каждом семестре сдают зачет по физической культуре. Условием допуска к зачетным упражнениям является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности.

В целях повышения мотивации студентов очной формы обучения к качественному освоению основной образовательной программы и стимулирования регулярной самостоятельной работы студентов введена бально-рейтинговая система оценки контроля знаний и умений студентов.

Нормативы по ОФП

1.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).
2.Прыжки со скакалкой (за 30 сек.)
3.Поднимание и опускание туловища, лежа на животе (15 и выше).
4.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине, ноги согнуты в коленях и закреплены, руки за головой в замок(юн) или скрестно на груди (дев),(за 1 мин).
5.Удержание туловища на гимнастической стенке в висе на согнутых руках(сек.)
6.Поднимание и опускание ног до горизонтального положения в висе на гимнастической стенке (Кол-во раз).
7. Челночный бег 3х10м.
8.Тест Купера.
9. Наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.).
10.Прыжок в длину с места.
11. Прыжок с места в длину (см.)
12. Тест Абалакова.
13. Бег 100 м
14. Бег 2000 м
15. Приседание на одной ноге с опорой (кол-во раз).
16.Ведение мяча одной рукой.
17.Передача мяча одной рукой сверху.
18.Передача мяча двумя руками в движении.
19. Передача мяча снизу двумя руками.
20.Оценка игровых действий.

4.1.6 Зачетные нормативы по профессионально - прикладной физической подготовке

1. Составить и провести с группой комплекс упражнений гигиенической гимнастики.
2. Составить и провести с группой реабилитационный комплекс физических упражнений.
3. Составить и провести с группой физкультурную микро паузу, активизирующую кровообращение в ногах.
4. Составить и провести с группой физкультурную минутку, нормализующую мозговое кровообращение.

5. Составить и провести с группой физкультурную паузу.
6. Составить и провести с группой физкультурную минутку изометрическую.
7. Составить и провести с группой физкультурную микропаузу.

4.1.7 Контрольные тесты определения уровня физической подготовленности

I курс

Девушки

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
	Силовая подготовка: поднимание туловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
	Выносливость: бег 2000 м. (мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5
	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Юноши

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
	Выносливость: бег 3000 м. (мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0
	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

II курс

Девушки

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
2.	Силовая подготовка: поднимание туловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20

3.	Выносливость: бег 2000 м.(мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5
5.	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
6.	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Юноши

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
2.	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
3.	Выносливость: бег 3000 м.(мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0
5.	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
6.	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

4.2.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания, знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

4.2.1 Устный опрос

Не предусмотрено учебным планом.

4.2.2 Практическая работа

Практическая работа представляет собой перечень заданий, которая охватывает основные разделы дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)».

Элементы спортивных игр и подвижные игры следует включать в занятия всех периодов обучения. Игры способствуют развитию физических качеств (ловкости, быстроту, выносливость) и морально-волевые качества (дисциплинированность, находчивость, внимание и самообладание). Радостное настроение, удовлетворение, которое испытывают обучающиеся во время игры, оказывает большое положительное влияние на деятельность и отдых нервной системы, повышая силу и подвижность нервных процессов.

Теоретические сведения. Историческая справка. Техника и тактика игры. Основные принципы организации командных действий. Понятие о системах ведения игры в нападении и защите, судейства товарищеских встреч и соревнований.

Специальные подготовительные упражнения: ходьба на носках, пятках, скрещенным шагом. Бег обычным и приставным шагом по прямой, зигзагообразно, по дугам, спиной вперѐд и боком, с изменением направления и скорости, по зрительным и слуховым сигналам. Основная стойка. Старты из положения, стоя по направлению движения лицом, боком, спиной. Прыжки на месте и в движении с отталкиванием одной и

двумя ногами, с поворотом на 90° и 180° вверх, вперѐд и в сторону. Сочетание различных видов ходьбы, бега, прыжков, остановок. Подвижные игры и эстафеты без мяча и с мячом.

Передвижение и остановки: перебежки без мяча, передвижение в «защитной стойке», приставными шагами - вперѐд, назад, вправо, влево. Остановка в «два шага» и прыжком. Равномерный бег, ускорение. Бег с изменением направления и скорости, с остановкой по зрительному сигналу. Повороты на месте и в движении вперѐд и назад без мяча и после получения мяча.

Ловля мяча: одной и двумя руками сверху, снизу, от груди, из-за головы, сбоку на месте, в движении и в прыжке.

Ведение мяча: правой и левой рукой на месте в движении шагом и бегом, с изменением направления, высоты отскока, с обводкой препятствий, с сопротивлением «противника».

Броски мяча в корзину: с различных дистанций, двумя руками от груди, от головы, одной рукой от плеча с места и в движении, после ловли, остановки, поворота, ведения.

Броски в прыжке одной и двумя руками от головы без сопротивления и с сопротивлением «противника». «Штрафные броски».

Сочетание приѐмов: рывок – ловля двумя руками – остановка в «два шага» – передача двумя руками от груди. Передача с места шагом «вперѐд» – ведение по прямой – остановка прыжком – передача, ловля в движении – ведение с изменением направления – остановка – поворот – передача. Ведение – бросок в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой, после 2-х шагов с близкого расстояния.

Индивидуальные действия в нападении и защите: Уход от опеки защитника внезапным изменением направления, рывком, финтом. Выбор места в нападении для получения мяча. Финт с мячом на уход в одну сторону, уход с ведением в другую с последующей передачей, броском мяча в корзину. Добивание мяча после отскока от щита или корзины. Способы «держания» игрока без мяча и с мячом. Выбор места в защите для перехвата мяча. «Держание» центрального игрока. Овладение мячом при отскоке от щита или корзины, выбивание и вырывание мяча, перехваты мяча.

Коллективные действия в нападении: Позиционное нападение, быстрый прорыв в нападении одним и двумя игрокам центра. Заслоны, наведения.

Коллективные действия в защите: Личная защита (2:1:2), (3:2), (2:3), (1:3:1). Понятие о смешанной защите и зонном прессинге. Учебная игра с применением заданий по изученному материалу.

Дидактические цели:

Должен знать: правила игры в баскетбол. Знать все баскетбольные элементы. Иметь представление об игре в баскетбол. Технику безопасности при занятиях баскетболом.

Должен уметь: вести, передавать и ловить мяч. Попадать в кольцо с различных дистанций. Взаимодействовать на площадке с игроками.

Должен владеть: специальной терминологией игры в баскетбол, техникой выполнения упражнений игры, навыками страховой помощи.

4.2.3 Тестовые задания

Не предусмотрено учебным планом.

4.2.4 Зачет

Студенты всех учебных отделений, выполнившие рабочую учебную программу, в каждом семестре сдают зачет по «Элективным дисциплинам по физической культуре и спорту (Баскетбол»)». Условием допуска к зачетным упражнениям является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности.

4.2.5 Экзамен

Не предусмотрено учебным планом.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

5.1 Основная литература

1. Физическая культура : учебник : / Л. В. Захарова, Н. В. Люлина, М. Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151. – ISBN 978-5-7638-3640-0.

2. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. - Москва : Издательство Юрайт, 2019. - 424 с. - (Бакалавр. Прикладной курс). - URL: https://urait.ru/bcode/431985. - ISBN 978-5-534-02483-8.

3. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — URL: https://urait.ru/bcode/444895. — ISBN 978-5-534-11314-3.

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используются специальные сервисы в электронно-библиотечных системах (ЭБС), доступ к которым организует Научная библиотека КубГУ.

5.2 Дополнительная литература

1 Иванков, Ч. Т. Организация и проведение студенческих соревнований по культивируемым видам спорта : учебное пособие / Ч. Т. Иванков, С. А. Литвинов, М. В. Стефановский. – Москва : Владос, 2018. – 168 с. : ил. – (Учебное пособие для вузов). – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=486099 . – ISBN 978-5-907013-02-5.

2 Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон / В. Г. Турманидзе, Л. М. Иванова, Г. С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142. –ISBN 978-5-7779-2258-8.

3 Ярошенко, Е. В. Баскетбол: 10 ступеней совершенствования : учебно-методическое пособие / Е. В. Ярошенко, В. Ф. Стрельченко, Л. А. Кузнецова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 121 с. : ил. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426542. - ISBN 978-5-4475-4903-9.

5.3 Периодические издания

1. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – URL:. ttps://www.elibrary.ru/title_about.asp?id=28124.
2. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: https://cyberleninka.ru/journal/n/pedagogiko-psihologicheskie-i-mediko-biologicheskie-problemy-fizicheskoy-kultury-i-sporta?i=1052370.
3. Теория и методика физической культуры. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1402428.
4. Человек. Медицина. Спорт. – URL: https://cyberleninka.ru/journal/n/chelovek-sport-meditsina .
5. Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – URL: https://cyberleninka.ru/journal/n/fizicheskaya-kultura-sport-turizm-dvigatelnaya-rekreatsiya?i=1045715.

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

При изучении дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» студенты часть материала должны проработать самостоятельно. Роль самостоятельной работы велика.

В начале изучения данной дисциплины студент должен ознакомиться с рабочей учебной программой дисциплины и ее основными разделами такими, как цели и задачи дисциплины, перечень знаний, умений и владений (компетенций), приобретаемых при ее изучении, содержание и структура дисциплины, система оценивания по дисциплине, рекомендуемая литература, и др.

Важное значение для освоения данной дисциплины имеет ознакомление с календарным графиком прохождения дисциплины, который включает перечень необходимых для выполнения практических заданий, домашних заданий, контрольных опросов. В процессе изучения дисциплины студент должен соблюдать сроки выполнения всех учебных заданий, предусмотренных этим графиком.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны прослушать объяснение по новой теме, с тем, чтобы использовать эти знания при выполнении предложенных упражнений. Проработать предложенные упражнения. Если некоторые задания вызвали затруднения при выполнении, попросить показать преподавателя на очередном практическом занятии.

Для работы на практических занятиях, а также для подготовки к выполнению контрольных нормативов студенту рекомендуется использовать методические рекомендации к практическим занятиям. Предлагаемые методические рекомендации адресованы студентам, изучающим дисциплину «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Баскетбол)», обучающимся как по рейтинговой, так и по традиционной системе контроля качества знаний.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий

Специализированное программное обеспечение при изучении дисциплины не используется.

7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

1 Офисный пакет приложений «ApacheOpenOffice»

2 Офисный пакет приложений «LibreOffice»

3 Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»

4 Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».

5 Программа просмотра интернет контента (браузер) « Google Chrome ».

6 Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. **ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»** [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. **ЭБС издательства «Лань»** [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств] : сайт. – URL: http://e.lanbook.com.

3. **ЭБС «Юрайт»** [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани) : учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru.

4. **Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания** [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: https://www.monographies.ru/.

5. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования : сайт. – URL: http://elibrary.ru.

6. **Базы данных компании «Ист Вью»** [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции журналов России: по общественным и гуманитарным наукам; по вопросам педагогики и образования; по информационным технологиям; по вопросам экономики и финансов; по экономике и предпринимательству; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com.

7. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: http://cyberleninka.ru.

8. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: http://window.edu.ru.

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://fcior.edu.ru.

10. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru.

11. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

12. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About.

13. Web of Sciense (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования [журнальные статьи, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: http://webofknowledge.com.

14. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.

15. БД компании «Ист Вью»: Журналы России по вопросам педагогики и образования. - URL: https://dlib.eastview.com/browse/udb/1270

16. Научная педагогическая электронная библиотека [сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: http://elib.gnpbu.ru/.

17. РФБ [Российская федерация баскетбола] : сайт. – URL: http://russiabasket.ru/. *(link is external)*

18. ГТО. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» : официальный сайт. – URL: https://user.gto.ru/

8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

№	Вид работ	Наименование учебной аудитории, ее оснащенность оборудованием и техническими средствами обучения
1.	Практические (семинарские) занятия	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Буревестник», открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий, щиты баскетбольные, щиты стритбольные, баскетбольные мячи, скамейки, набивные мячи
2.	Групповые (индивидуальные) консультации	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Буревестник»
3.	Текущий контроль (промежуточная аттестация)	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Буревестник»