

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайбладманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 06.11.2023 14:32:32  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики физической культуры спорта и безопасности  
жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

« 27 » апреля 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (баскетбол) (Б1.О.35)

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.04 Спорт</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в сложно-координационных зимних видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в хоккее. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2023</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 1-6 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: часов: 328</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет</i>

Разработчик  
рабочей программы:

Зданович О.С., к.п.н., доцент

Лопатина А.А., ст.  
преподаватель

Рабочая программа рассмотрена  
на заседании кафедры  
ТиМФКСиБЖД

Протокол от «11» апреля 2023 г.  
№ 15.

Рабочая программа одобрена на  
заседании УМС

Протокол от «26» апреля 2023 г.  
№ 9.

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся по направлению 49.03.04 Спорт способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

### 1.2 Задачи дисциплины

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- устранить функциональные отклонения и недостатки в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам;

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<b>УК-7.1 Знает</b> способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. <b>УК-7.2 Умеет</b> использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности. <b>УК-7.3 Владеет</b> здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах						Всего
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	
1	Контактная работа	28	28	28	28	28	28	168
1.1	Занятия лекционного типа	0	0	0	0	0	0	0
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	28/0	28/0	28/0	28/0	28/0	28/0	168
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	26/0	26/0	26/0	26/0	26/0	30/0	160
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+	+	+	+	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины: в академических часах	54	54	54	54	54	58	328

#### 4 Фонд оценочных средств:

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

#### 5 Структура и содержание дисциплины

##### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы, темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа.			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
<b>1 семестр</b>						
1	«Баскетбол», как дисциплина в системе физического воспитания высшего профессионального образования. Правила техники безопасности и элементарные правила игры. Основные элементы.	0	28	0	26	54
1.1	Правила игры в баскетбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в баскетбол.	0	2	0	2	4
1.2	Обучение и совершенствование техники основным способом передвижений и стойки готовности. Обучение технике ловли и передачи мяча на месте.	0	4	0	4	8
1.3	Обучение и совершенствование остановам в баскетболе. Обучение технике ловли и передачи мяча в движении.	0	6	0	6	12
1.4	Освоение встречным передачам мяча в движении.	0	6	0	6	12

	Обучение дистанционным броскам с места.					
1.5	Обучение и совершенствование броску мяча в движении.	0	6	0	6	12
1.6	Обучение и совершенствование техники обучения ведению мяча на месте, в движении и с изменением направления.	0	4	0	2	6
	<b>ИТОГО</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
<b>2 семестр</b>						
<b>2</b>	<b>Обучение игровому взаимодействию в защите</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
2.1	Индивидуальные действия. Стойка баскетболиста в защите, передвижения.	0	6	0	6	12
2.2	Групповые действия. Зонная защита 3-2, 2-3 и 2-1-2.	0	6	0	6	12
2.3	Обучение вырыванию, выбиванию и перехвату мяча.	0	6	0	6	12
2.4	Система игры с помощью прессинга, как один из видов командной защиты	0	10	0	8	18
	<b>ИТОГО</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
<b>3 семестр</b>						
<b>3</b>	<b>Обучение игровому взаимодействию в нападении</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
3.1	Тактика нападения.	0	8	0	8	16
3.2	Индивидуальные действия.	0	8	0	8	16
3.3	Групповые действия.	0	8	0	8	16
3.4	Групповые упражнения в тройках. Групповые упражнения в парах.	0	4	0	2	6
	<b>ИТОГО</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
<b>4 семестр</b>						
<b>4</b>	<b>Совершенствование техники</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
4.1	Передачи мяча. Развитие скоростных способностей.	0	8	0	8	16
4.2	Ведение мяча. Развитие выносливости.	0	8	0	8	16
4.3	Броски одной рукой. Развитие прыжковой выносливости	0	8	0	8	16
4.4	Защитная стойка. Развитие координационных способностей.	0	4	0	2	6
	<b>ИТОГО</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
<b>5 семестр</b>						
<b>5</b>	<b>Игровые комбинации в нападении.</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
5.1	Нападение транзит	0	8	0	8	16
5.2	Нападение против личной защиты	0	6	0	6	12
5.3	Нападение против зонной защиты	0	8	0	8	16
5.4	Организация и методика проведения занятия по баскетболу	0	6	0	4	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>54</b>
<b>6 семестр</b>						
<b>6</b>	<b>Тактика защиты</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>58</b>
6.1	Личная защита	0	6	0	7	13
6.2	Зонная защита	0	8	0	8	16
6.3	Комбинированная защита	0	8	0	8	16
6.4	Организация и методика проведения занятия по баскетболу	0	6	0	7	13
	<b>ИТОГО</b>	<b>0</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>58</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>0</b>	<b>168</b>	<b>0</b>	<b>160</b>	<b>328</b>

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

Разделы, темы	Содержание
<i>I семестр</i>	
1	<b>Раздел «Баскетбол», как дисциплина в системе физического воспитания высшего профессионального образования. Правила техники безопасности и элементарные правила игры. Основные элементы.</b>
<i>Тема Правила игры в баскетбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в баскетбол</i>	
1.1	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1-2.</i> Общие основы игры в баскетбол. Влияние на организм. Виды мячей, технические характеристики. Основное оборудование при игре в баскетбол. <i>Самостоятельная работа.</i> Изучить тему: «Основные исторические даты появления и развития баскетбола в России».
<i>Тема Обучение и совершенствование техники основным способам передвижений и стойки готовности. Обучение технике ловли и передачи мяча на месте.</i>	
1.2	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-5.</i> Обучение отдельным элементам ловли мяча: а) двумя руками; б) одной рукой; в) в прыжке; г) на месте. Совершенствование техники ловли и передач мяча в целом. Последовательное овладение элементами техники ловли мяча на месте. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения технике ловли мяча на месте и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике ловли мяча на месте и методы их исправления. <i>Самостоятельная работа.</i> Заполнить таблицу: игровые амплуа и функции игроков в баскетболе. Расписать технику выполнения ловли и передачи мяча.
<i>Тема Обучение и совершенствование остановкам в баскетболе. Обучение технике ловли и передачи мяча в движении.</i>	
1.3	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6-8.</i> Обучение отдельным элементам техники передачи мяча в движении. Обучение технике передачи мяча в движении в целом и ее совершенствование. Последовательное овладение элементами техники передачи мяча в движении. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения технике передачи мяча в движении и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике передачи мяча в движении и методы их исправления. <i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения передач мяча в движении.
<i>Тема Освоение встречным передачам мяча в движении. Обучение дистанционным броскам с места.</i>	
1.4	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9-11.</i> Обучение отдельным элементам техники броска с места одной рукой: а) имитация броска без мяча; б) правильность ловли мяча; в) последовательное движение рук и ног; г) финальное движение и кисти. Обучение технике броска с места в целом и ее совершенствование. Последовательное овладение элементами техники броска с места. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения технике броска с места и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике броска с места одной рукой и двумя руками и методы их исправления. <i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения броска мяча.
<i>Тема Обучение и совершенствование броску мяча в движении</i>	
1.5	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 12-14.</i> Обучение отдельным элементам техники броска в движении: а) обучение постановке ног; б) обучение работы туловища; в) обучение финальному усилию. Обучение технике броска в движении в целом и ее совершенствование. Последовательное овладение элементами техники броска в движении. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения технике броска в движении и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике броска в движении и методы их исправления. Демонстрация контрольной комбинации. <i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения броска в движении.
<i>Тема Обучение и совершенствование техники ведения мяча на месте, в движении и с изменением направления.</i>	
1.6	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15-17.</i> Обучение отдельным элементам техники ведения мяча: а) ведение в высокой, средней, низкой стойке; б) ведение с изменением направления движения. Последовательное овладение элементами техники ведения мяча. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения технике ведения мяча с изменением направления и

	<p>последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении техники ведения мяча и методы их исправления.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения ведения мяча.</p>
<i>2 семестр</i>	
<b>2</b>	<b>Раздел Обучение игровому взаимодействию в защите.</b>
	<i>Тема Индивидуальные действия. Стойка баскетболиста в защите, передвижения</i>
2.1	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 18-20.</i> Стойка. Стойка с выставленной вперед ногой. Стойка со ступнями на одной линии параллельная стойка. Передвижения.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Записать поочередность освоения элементов технических приемов в защите</p>
	<i>Тема Групповые действия. Зонная защита 3-2, 2-3 и 2-1-2.</i>
2.2	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 21-23.</i> Групповые действия. Зонная защита 3-2, 2-3 и 2-1-2.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Записать способ зонной защиты</p>
	<i>Тема Обучение вырыванию, выбиванию и перехвату мяча</i>
2.3	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 24-28.</i> Обучение вырыванию, выбиванию и перехвату мяча. Типичные ошибки при обучении и методы их устранения.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Записать способы перехватов мяча</p>
	<i>Тема Система игры с помощью прессинга, как один из видов командной защиты</i>
2.4	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 29-32.</i> Система игры с помощью прессинга, как один из видов командной защиты.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по совершенствованию отдельного технического приема защиты</p>
<i>3 семестр</i>	
<b>3</b>	<b>Раздел Обучение игровому взаимодействию в нападении.</b>
	<i>Тема Тактика нападения.</i>
3.1	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 33-36.</i> Тактика нападения: Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработка плана-конспекта заключительной части занятия, включающей игры, которые соответствуют теме занятия.</p>
	<i>Тема Индивидуальные действия</i>
3.2	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 37-40.</i> Тактика нападения: Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Атака корзины. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить план-конспект заключительной части занятия, включающий игры, которые соответствуют теме занятия. Изучение наглядных и учебных пособий.</p>
	<i>Тема Групповые действия</i>
3.3	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 41-42.</i> Тактика нападения: Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Скрестный выход. Сдвоенный заслон. Наведение на двух игроков. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить способы открывания под мяч</p>
	<i>Тема Групповые упражнения в тройках. Групповые упражнения в парах.</i>
3.4	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 43-46.</i> Групповые взаимодействия в тройках, групповые взаимодействия в парах. Участие со связующим. Передача-атака-приём-нападающий удар</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить физические качества баскетболиста, современные средства и методы физической подготовки на различных этапах становления спортивного мастерства, методику организации и проведения занятий по общей и специальной физической подготовке баскетболистов.</p>
<i>4 семестр</i>	
<b>4</b>	<b>Раздел Совершенствование техники</b>
	<i>Тема Передачи мяча. Развитие скоростных способностей</i>
4.1	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 47-50.</i> Совершенствование передач мяча: Передача мяча двумя руками сверху. Передача мяча двумя руками от груди, снизу (с отскоком). Передача мяча двумя руками с места и в движении, передача мяча двумя руками в прыжке. Передача мяча двумя руками (встречные и поступательные). Передача мяча двумя руками на одном уровне. Передача мяча двумя руками (сопровождающие). Развитие скоростных способностей.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить физические качества баскетболиста, современные средства и методы физической подготовки на различных этапах становления спортивного мастерства, методику организации и проведения занятий по общей и специальной физической подготовке баскетболистов.</p>

	<i>Тема Ведение мяча. Развитие выносливости.</i>
4.2	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 51-54.</i> Совершенствование ведения мяча. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Обводка соперника с изменением направления и скорости. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Обводка соперника, с использованием несколько приёмов подряд (сочетание). Развитие выносливости. <i>Самостоятельная работа.</i> Изучить вопросы: Планирование спортивной тренировки. Круглогодичность тренировки как основное требование для достижения высоких спортивных результатов. Периодизация спортивной тренировки в баскетболе. Циклы тренировки, задачи и содержание работы в каждом периоде спортивной тренировки, основные типы планирования спортивной тренировки.
	<i>Тема Броски одной рукой. Развитие прыжковой выносливости</i>
4.3	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 55-56.</i> Совершенствование бросков мяча одной рукой. Броски в корзину одной рукой сверху и одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой снизу. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой с места и в движении. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой (дальние, средние и ближние). Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом, под углом и параллельно щиту. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. Развитие прыжковой выносливости. Различные виды прыжков с собственным весом. <i>Самостоятельная работа.</i> Изучить структуру и содержание годового цикла, факторы, определяющие эту структуру, периоды, этапы (мезоциклы), микроциклы годового цикла. Выявить особенности структуры и содержания годового цикла для команд разного возраста и квалификации.
	<i>Тема Защитная стойка. Развитие координационных способностей</i>
4.4	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 57-60.</i> Техника передвижения: стойка защитника с выставленной вперед ногой, стойка со ступнями на одной линии, передвижение в защитной стойке вперед, назад, в стороны, сочетание способов передвижения с техническими приемами защиты. Развитие координационных способностей. <i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание: Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по совершенствованию отдельного технического приема защиты
	<i>5 семестр</i>
<b>5</b>	<b>Раздел Игровые комбинации в нападении.</b>
	<i>Тема Нападение транзит</i>
5.1	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 61-64</i> Тактика нападения: Система быстрого прорыва. Система эшелонированного прорыва. Система нападения через центрального. Развитие выносливости. Игра в баскетбол в численном большинстве и меньшинстве. <i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.
	<i>Тема Нападение против личной защиты</i>
5.2	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 65-68</i> Нападение с передней линии «Крест». Нападение с передней линии «Скрытый шаг» <i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.
	<i>Тема Нападение против зонной защиты</i>
5.3	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 69-70.</i> Нападение с передней линии «Взлёт». Нападение с передней линии «Метр». <i>Самостоятельная работа.</i> Составить тактический план участия команды в товарищеской игре. 2. Освоить методические приемы управления игровой подготовкой.
	<i>Тема Организация и методика проведения занятия по баскетболу</i>
5.4	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 71-73.</i> Подбор средств и методов баскетбола для проведения занятий. Совершенствование навыков показа, объяснение организации выполнения упражнений подготовительной, основной, заключительной частей занятия по баскетболу. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка плана-конспекта (технологической карты урока). Проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов баскетбола. Педагогический контроль и оценка освоения образовательной программы по баскетболу. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по обучению отдельного технического приема нападения (по заданию преподавателя).
	<i>6 семестр</i>
<b>6</b>	<b>Раздел Игровые комбинации в защите</b>
	<i>Тема Личная защита</i>
6.1	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 74-76</i> Тактика защиты: Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие атаке корзины.

	Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Развитие скоростных способностей. Игра в баскетбол. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс упражнений для развития скоростных способностей баскетболиста
	<i>Тема Зонная защита</i>
6.2	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 77-79</i> Тактика защиты. Групповой отбор мяча: Против тройки. Против малой восьмерки. Против скрестного выхода. Против сдвоенного заслона. Против наведения на двух. Развитие выносливости. Игра в баскетбол. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс упражнений для воспитания выносливости баскетболиста.
	<i>Тема Комбинированная защита</i>
6.3	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 80-82</i> Тактика защиты. Система личной защиты. Система зонной защиты. Система смешанной защиты. Система личного прессинга. Система зонного прессинга. Игра в большинстве. Игра в меньшинстве. Развитие координационных способностей. Игра в баскетбол. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс упражнений для развития координационных способностей баскетболиста
	<i>Тема Организация и методика проведения занятия по баскетболу</i>
6.4	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 83- 84</i> Подбор средств и методов баскетбола для проведения занятий. Совершенствование навыков показа, объяснение организации выполнения упражнений подготовительной, основной, заключительной частей занятия по баскетболу. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка плана-конспекта (технологической карты урока). Проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов баскетбола. Педагогический контроль и оценка освоения образовательной программы по баскетболу. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по обучению отдельного технического приема нападения (по заданию преподавателя).

## **6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 . Рекомендуемая литература**

#### **6.1.1 Обязательная литература**

1. Золотавина, И. В. Техника и тактика игры в баскетбол. Основы обучения и совершенствования : учебно-методическое пособие / И. В. Золотавина. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. – 152 с. – ISBN 978-5-4486-0131-6. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/70784.html> (дата обращения: 09.04.2019). – Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Спортивные игры [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие/ – Электрон. текстовые данные. – Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2010. – 63 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23931>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Теория и методика спортивных игр: учебник / под ред. Железняк Ю.Д.- М: Академия, 2013. – 464 с.

#### **6.1.2 Дополнительная литература**

4. Былеева, Л.В. Подвижные игры: учебник / Сост. Былеева, Л.В. - М.: Физическая культура, 2006. – 288с.
5. Ветков, Н. Е. Спортивные и подвижные игры : учебно-методическое пособие / Н. Е. Ветков. – Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. – 126 с. – ISBN 2227-8397. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/61049.html> – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
6. Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Годик М.А., Скородумова А.П.– Электрон. текстовые данные. – М.: Советский спорт, 2010. – 336 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9861>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
7. Гриженя, В.Е Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: учебно-методическое пособие - М.: Советский спорт, 2005. - 40с.



8. Жуков, М.Н. Подвижные игры/ Учебник для студентов и вузов физической культуры, М.: Академия, 2004.
9. Луценко, С.А. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Луценко С.А. – Электрон. текстовые данные. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2010. – 52 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29982>. – ЭБС «IPRbooks»
10. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учебное пособие - М.: Академия, 2007.- 336с.
11. Родин, А.В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Родин А.В., Губа Д.В. – Электрон. текстовые данные.– М.: Советский спорт, 2009.– 168 с.– Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9873>. – ЭБС «IPRbooks».

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 - 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3.	«Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань»)	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
4.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	<a href="http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/">http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/</a>
5.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	<a href="http://bmsi.ru/">http://bmsi.ru/</a>
6.	<a href="http://www.consultant.ru/">Справочная правовая система «Консультант плюс»</a>	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>

## 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p>
<p>Спортивный зал № 319-а</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Спортивные инвентарь и оборудование: конь гимнастический, козел гимнастический, бревно гимнастическое, брусья гимнастические, перекладина гимнастическая, мостик гимнастический подкидной, стенка гимнастическая, канат для лазания, скамья гимнастическая, маты, мячи гимнастические, скакалки, обручи, палки гимнастические.</p>
<p>Универсальный спортивный зал №23</p> <p>г. Чайковский, ул. Кабалевского, д. 27/1.</p>	<p>1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Спортивный инвентарь и оборудование: щит баскетбольный, табло электронное, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, сетка волейбольная, сетки баскетбольные, антенна для сетки, медицинболы.</p>