

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.11.2023 18:50:16  
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.

«30» мая 2022 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (баскетбол)

|  |  |
|--|--|
| <b>Направление подготовки</b>                          | <i>49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i> |
| <b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b> | <i>«Адаптивное физическое воспитание»<br/>«Физическая реабилитация»</i>  |
| <b>Квалификация выпускника</b>                         | <i>бакалавр</i>  |
| <b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>       | <i>2022</i>  |
| <b>Форма обучения, семестр</b>                         | <i>очная: 1-6 семестр</i>  |
| <b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>         | <i>зачётных единиц:<br/>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 «19» апреля 2022 г. № 13.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС  
Протокол от «18» мая 2022 г. № 9.

Чайковский 2022

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) 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 отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитию 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 следующей компетенции 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.<br><b>УК-7.2 Умеет</b> использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.<br><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<br>семестр         | 2<br>семестр | 3<br>семестр | 4<br>семестр | 5<br>семестр | 6<br>семестр |       |
| 1   | Контактная работа   | 28                   | 28           | 28           | 28           | 28           | 28           | 168   |
| 1.1 | Занятия лекционного типа  | -                    | -            | -            | -            | -            | -            |       |
| 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         | 168/0 |
| 2   | Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации  | 26/0                 | 26/0         | 26/0         | 26/0         | 26/0         | 30/0         | 160/0 |
| 3   | Промежуточная аттестация – <b>зачет</b>   | +                    | +            | +            | +            | +            | +            | +     |
| 4   | Всего трудоемкость дисциплины:<br><i>в академических часах</i>  | 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> |   |   |                           |  |                        |                       |
| <b>1</b>         | <b>«Баскетбол», как дисциплина в системе физического воспитания высшего профессионального образования. Правила техники безопасности и элементарные правила игры. Основные элементы.</b> | <b>0</b>                                    | <b>28</b>                 | <b>0</b>                               | <b>26</b>              | <b>54</b>             |
| 1.1              | Правила игры в волейбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в волейбол.   | 0   | 2                         | 0                                      | 2                      | 4                     |
| 1.2              | Обучение и совершенствование техники основным способам передвижений и стойки готовности. Обучение технике ловли и передачи мяча на месте.   | 0   | 4                         | 0                                      | 4                      | 8                     |
| 1.3              | Обучение и совершенствование остановкам в баскетболе. Обучение технике ловли и передачи мяча в движении.  | 0   | 6                         | 0                                      | 6                      | 12                    |
| 1.4              | Освоение встречным передачам мяча в движении. Обучение дистанционным броскам с места.   | 0   | 6                         | 0                                      | 6                      | 12                    |
| 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>     |   | 0 | 28  | 0 | 26  | 54  |
| <b>5 семестр</b> |   |   |     |   |     |     |
| 5                | <b>Игровые комбинации в нападении.</b>                  | 0 | 28  | 0 | 26  | 54  |
| 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>     |   | 0 | 28  | 0 | 26  | 54  |
| <b>6 семестр</b> |   |   |     |   |     |     |
| 6                | <b>Тактика защиты</b>                                   | 0 | 28  | 0 | 30  | 58  |
| 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>     |   | 0 | 28  | 0 | 30  | 58  |
| <b>ВСЕГО</b>     |   | 0 | 168 | 0 | 160 | 328 |

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>1 семестр</i> |  |
| <b>1</b>         | <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 волейбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в волейбол</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.<br><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.<br>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.<br><i>Самостоятельная работа.</i> Заполнить таблицу: игровые амплуа и функции игроков в баскетболе. Расписать технику выполнения ловли и передачи мяча. |
| 1.3              | <i>Тема Обучение и совершенствование остановкам в баскетболе. Обучение технике ловли и передачи мяча в движении.</i>   |
|                  | <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.  |

|                  |  |
|------------------|--|
|                  | <p>Основные подводящие и специальные упражнения для обучения техники передачи мяча в движении и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике передачи мяча в движении и методы их исправления.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения передач мяча в движении.</p>   |
| 1.4              | <p><i>Тема Освоение встречным передачам мяча в движении. Обучение дистанционным броскам с места.</i></p> <p><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 техники броска с места в целом и ее совершенствование. Последовательное овладение элементами техники броска с места. Основные подводящие и специальные упражнения для обучения техники броска с места и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике броска с места одной рукой и двумя руками и методы их исправления.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения броска мяча.</p> <p><i>Тема Обучение и совершенствование броску мяча в движении</i></p> |
| 1.5              | <p><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 техники броска в движении и последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике броска в движении и методы их исправления. Демонстрация контрольной комбинации.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения броска в движении.</p> <p><i>Тема Обучение и совершенствование техники обучения ведению мяча на месте, в движении и с изменением направления.</i></p>  |
| 1.6              | <p><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 последовательность их применения. Типичные ошибки при обучении технике 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>   |
| 2.1              | <p><i>Тема Индивидуальные действия. Стойка баскетболиста в защите, передвижения</i></p> <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>  |
| 2.2              | <p><i>Тема Групповые действия. Зонная защита 3-2, 2-3 и 2-1-2.</i></p> <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>   |
| 2.3              | <p><i>Тема Обучение вырыванию, выбиванию и перехвату мяча</i></p> <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>  |
| 2.4              | <p><i>Тема Система игры с помощью прессинга, как один из видов командной защиты</i></p> <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>  |
| 3.1              | <p><i>Тема Тактика нападения.</i></p> <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>   |
| 4   | <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 | <p><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.</p> <p><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.</p>   |
|     | <i>Тема Броски одной рукой. Развитие прыжковой выносливости</i>  |
| 4.3 | <p><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.</p> <p>Различные виды прыжков с собственным весом.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить структуру и содержание годичного цикла, факторы, определяющие эту структуру, периоды, этапы (мезоциклы), микроциклы годичного цикла. Выявить особенности структуры и содержания годичного цикла для команд разного возраста и квалификации.</p> |
| 4.4 | <i>Тема Защитная стойка. Развитие координационных способностей</i>   |
|     | <p><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</p>   |

|                  |   |
|------------------|---|
|                  | <p>приемами защиты. Развитие координационных способностей.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание: Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по совершенствованию отдельного технического приема защиты</p>   |
| <i>5 семестр</i> |   |
| <b>5</b>         | <b>Раздел Игровые комбинации в нападении.</b>   |
|                  | <i>Тема Нападение транзит</i>   |
| 5.1              | <p><i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 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.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.</p>  |
|                  | <i>Тема Нападение против личной защиты</i>  |
| 5.2              | <p><i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 65-68</i> Нападение с передней линии «Крест». Нападение с передней линии «Скрытый шаг»</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.</p>   |
|                  | <i>Тема Нападение против зонной защиты</i>  |
| 5.3              | <p><i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 69-70.</i> Нападение с передней линии «Взлёт». Нападение с передней линии «Метр».</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить тактический план участия команды в товарищеской игре. 2. Освоить методические приемы управления игровой подготовкой.</p>   |
|                  | <i>Тема Организация и методика проведения занятия по баскетболу</i>   |
| 5.4              | <p><i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 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.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по обучению отдельного технического приема нападения (по заданию преподавателя).</p> |
| <i>6 семестр</i> |   |
| <b>6</b>         | <b>Раздел Игровые комбинации в защите</b>   |
|                  | <i>Тема Личная защита</i>   |
| 6.1              | <p><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.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс упражнений для развития скоростных способностей баскетболиста</p>  |
|                  | <i>Тема Зонная защита</i>   |
| 6.2              | <p><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.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс упражнений для воспитания выносливости баскетболиста.</p>  |
|                  | <i>Тема Комбинированная защита</i>  |
| 6.3              | <p><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.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить комплекс упражнений для развития координационных способностей баскетболиста</p>   |
| 6.4              | <p style="text-align: center;"><i>Тема Организация и методика проведения занятия по баскетболу</i></p> <p><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</p>  |



(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.

*Самостоятельная работа:* 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 (МАБИВ), 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.chifk.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chifk.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

|  |  |
|--|--|
| Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для | Оборудование и технические средства обучения |
|--|--|

|   |   |
|---|---|
| <p><i>самостоятельной работы обучающихся</i></p>  |   |
| <p>аудитория № 207<br/>помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский,<br/>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,<br/>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,<br/>ул. Кабелевского,<br/>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>   |