

Минобрнауки России

Бузулукский гуманитарно-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Оренбургский государственный университет»

Кафедра биоэкологии и техносферной безопасности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.В.ДВ.13.3 Баскетбол»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование
(код и наименование направления подготовки)

Информатика

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Тип образовательной программы

Программа академического бакалавриата

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Заочная

Год набора 2018

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Биоэкологии и техносервной безопасности
наименование кафедры

протокол № 5 от «24» 01 2018г.

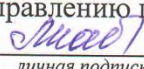
Первый заместитель директора по УР  Е.В. Фролова
подпись расшифровка подписи

Исполнители:

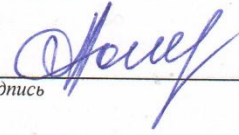
Старший преподаватель  О.В. Шелякова
должность подпись расшифровка подписи

должность подпись расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование  Л.Г. Шабалина
код наименование личная подпись расшифровка подписи

Заведующий библиотекой

 Т. А. Лопатина
личная подпись расшифровка подписи

© Шелякова О.В., 2018
© БГТИ (филиал) ОГУ, 2018

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цели освоения дисциплины:

- создание условий, для формирования готовности поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность посредством баскетбола.

Задачи:

- способствовать формированию специальных теоретических знаний основных средств, приемов и методов в области баскетбола;
- способствовать формированию умений в использовании различных методов, приемов и средств в области баскетбола;
- способствовать овладению системой практических умений и навыков использования приемов и средств в области баскетбола;
- формирование способностей регулирования динамики физических воздействий и использования восстановительных мероприятий в области баскетбола.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б.1.Б.4 Безопасность жизнедеятельности*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

| Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций | Формируемые компетенции |
|--|---|
| <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- основные теоретические и методические аспекты баскетбола;- основные этапы истории развития баскетбола в России;- основные принципы спортивной тренировки и методики обучения технико-тактическим действиям. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- подбирать и применять методы и средства физической культуры в области баскетбола для совершенствования основных физических качеств;- использовать средства, методы, приемы самоконтроля и оценки физического состояния при занятиях баскетболом;- регулировать динамику физических воздействий и умело использовать восстановительные мероприятия на занятиях баскетболом. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none">- практическими навыками физических упражнений и методов в области баскетбола, для поддержания высокого уровня физической подготовки обеспечивающего полноценную деятельность. | ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность |

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц (328 академических часов).

| Вид работы | Трудоемкость, академических часов | | | | | | |
|---|--------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------------|---------------|
| | 1 семестр | 2 семестр | 3 семестр | 4 семестр | 5 семестр | 6 семестр | всего |
| Общая трудоёмкость | 54 | 54 | 54 | 54 | 54 | 58 | 328 |
| Контактная работа: | | | | | | 2,25 | 2,25 |
| Лекции (Л) | | | | | | 2 | 2 |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) | | | | | | 0,25 | 0,25 |
| Самостоятельная работа: - <i>самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий)</i> | 54 | 54 | 54 | 54 | 54 | 55,75 | 325,75 |
| Вид итогового контроля | | | | | | зачет | |

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|-----------|--|------------------|-------------------|----|----|----------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 1 | Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу | 8 | | | | 8 |
| 2 | Принципы спортивной тренировки и методика обучения технико-тактическим действиям | 6 | | | | 6 |
| 3 | Методика обучения технике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 4 | Методика обучения тактике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 5 | Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний | 6 | | | | 6 |
| 6 | Групповые тактические действия в нападении | 6 | | | | 6 |
| 7 | Обучение технике защиты в баскетболе | 8 | | | | 8 |
| 8 | Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите | 8 | | | | 8 |
| | Итого: | 54 | | | | 54 |

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|-----------|--|------------------|-------------------|----|----|----------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 1 | Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу | 8 | | | | 8 |
| 2 | Принципы спортивной тренировки и методика обучения технико-тактическим действиям | 6 | | | | 6 |
| 3 | Методика обучения технике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 4 | Методика обучения тактике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 5 | Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний | 6 | | | | 6 |
| 6 | Групповые тактические действия в нападении | 6 | | | | 6 |
| 7 | Обучение технике защиты в баскетболе | 8 | | | | 8 |
| 8 | Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите | 8 | | | | 8 |
| | Итого: | 54 | | | | 54 |

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|-----------|--|------------------|-------------------|----|----|----------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 1 | Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу | 8 | | | | 8 |
| 2 | Принципы спортивной тренировки и методика обучения технико-тактическим действиям | 6 | | | | 6 |
| 3 | Методика обучения технике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 4 | Методика обучения тактике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 5 | Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний | 6 | | | | 6 |
| 6 | Групповые тактические действия в нападении | 6 | | | | 6 |
| 7 | Обучение технике защиты в баскетболе | 8 | | | | 8 |
| 8 | Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите | 8 | | | | 8 |
| | Итого: | 54 | | | | 54 |

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|-----------|--|------------------|-------------------|----|----|----------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 1 | Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу | 8 | | | | 8 |
| 2 | Принципы спортивной тренировки и методика | 6 | | | | 6 |

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|--------------|---|------------------|----------------------|----|----|-------------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| | обучения технико-тактическим действиям | | | | | |
| 3 | Методика обучения технике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 4 | Методика обучения тактике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 5 | Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний | 6 | | | | 6 |
| 6 | Групповые тактические действия в нападении | 6 | | | | 6 |
| 7 | Обучение технике защиты в баскетболе | 8 | | | | 8 |
| 8 | Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите | 8 | | | | 8 |
| | Итого: | 54 | | | | 54 |

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|--------------|--|------------------|----------------------|----|----|-------------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 1 | Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу | 8 | | | | 8 |
| 2 | Принципы спортивной тренировки и методика обучения технико-тактическим действиям | 6 | | | | 6 |
| 3 | Методика обучения технике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 4 | Методика обучения тактике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 5 | Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний | 6 | | | | 6 |
| 6 | Групповые тактические действия в нападении | 6 | | | | 6 |
| 7 | Обучение технике защиты в баскетболе | 8 | | | | 8 |
| 8 | Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите | 8 | | | | 8 |
| | Итого: | 54 | | | | 54 |

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|--------------|--|------------------|----------------------|----|----|-------------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 1 | Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу | 10 | 2 | | | 8 |
| 2 | Принципы спортивной тренировки и методика обучения технико-тактическим действиям | 6 | | | | 6 |
| 3 | Методика обучения технике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 4 | Методика обучения тактике баскетбола | 6 | | | | 6 |
| 5 | Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний | 6 | | | | 6 |
| 6 | Групповые тактические действия в нападении | 6 | | | | 6 |
| 7 | Обучение технике защиты в баскетболе | 8 | | | | 8 |

| № раздела | Наименование разделов | Количество часов | | | | |
|-----------|---|------------------|-------------------|----|----|----------------|
| | | всего | аудиторная работа | | | внеауд. работа |
| | | | Л | ПЗ | ЛР | |
| 8 | Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите | 8 | | | | 8 |
| | Итого: | 58 | 2 | | | 56 |
| | Всего: | 328 | 2 | | | 326 |

4.2 Содержание разделов дисциплины

Раздел 1 Теоретические и методические аспекты баскетбола. История возникновения баскетбола, организация и проведение соревнований по баскетболу. Первые правила игры, первые матчи по баскетболу. Эволюция правил, развитие баскетбольного движения и федераций по баскетболу. Первые национальные чемпионаты и международные соревнования. ФИБА, НБА. Возникновение баскетбола в России. Игра. Правила судейства. Положение о проведении соревнований. Размеры и оборудование. Судьи, судьи за столиком и комиссар: их обязанности. Команды. Игровые положения. Нарушения. Фолы. Общие положения. Жестикауляция. Подготовка зала и специальных помещений для проведения соревнований.

Раздел 2 Принципы спортивной тренировки и методика обучения технико-тактическим действиям. Техника владения мячом (ловля, передачи, броски на месте и в движении, ведение мяча, сочетание приемов). Техника передвижений в нападении (остановка прыжком и на два шага, повороты, бег, прыжки). Стойки и передвижения защитника, приемы противодействия и овладения мячом (вырывание, выбивание мяча, перехват, накрывание и отбивание мяча при броске, взятие отскока). Последовательность изучения техники владения мячом и тактическим приемам. Общедидактические и специальные принципы обучения в баскетболе. Принципы положительного переноса двигательного навыка.

Раздел 3 Методика обучения технике баскетбола. Методика обучения технике передвижений, методика обучения технике ловли и передач мяча, методика обучения ведению мяча, методика обучения технике броска с места и в движении.

Раздел 4 Методика обучения тактике баскетбола. Методика обучения тактик нападения в баскетболе, методика обучения тактике защиты, методика обучения личной защите, методика обучения зонной защите.

Раздел 5 Совершенствование индивидуальных тактических действий и их сочетаний. Действия игрока без мяча (выход для получения мяча, выход для овладения отскоком мяча). Действия игрока с мячом (индивидуальные тактические действия с использованием ловли и передач мяча, с использованием ведения и бросков по кольцу). Сочетание индивидуальных тактических действий игрока без мяча и с мячом. Применение заслонов, обманных действий в игровых условиях с сопротивлением соперника.

Раздел 6 Групповые тактические действия в нападении. Взаимодействия двух игроков. Горизонтальный и вертикальный заслон. Взаимодействия трех игроков. Применение групповых обманных действий, направленных на получение преимущества перед защитниками.

Раздел 7. Обучение технике защиты в баскетболе. Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите (против нападающего без мяча, против позиции игрока задней линии, против центрального в различных позициях относительно кольца и мяча). Защитные действия на стороне мяча, при опеке нападающего на дальней стороне мяча. Действия против нападающего, владеющего мячом. Противодействие дриблингу в различных позициях, противодействие броскам, противодействие сопернику при численном преимуществе. Групповые тактические действия в защите (подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча, «треугольник отскока»). Командные тактические действия в защите. Личная и зонная защита и ее основные разновидности.

Раздел 8. Совершенствование командных технико-тактических действий в нападении и защите. Стремительное нападение, быстрый прорыв, раннее нападение, прорыв через центр площадки, с использованием длинной передачи. Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите (против нападающего без мяча, против позиции игрока задней линии, против центрального в различных позициях относительно кольца и мяча). Действия против нападающего, владеющего мя-

чом. Противодействие дриблингу в различных позициях, противодействие броскам, противодействие сопернику при численном преимуществе. Командные тактические действия в защите. Личная и зонаная защита и ее основные разновидности.

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1 Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. - Москва : Юнити-Дана, 2012. - 432 с. - ISBN 978-5-238-01157-8. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573>.

2 Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина ; сост. Д.П. Адейми, О.Н. Сулейманова. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. -40 с. -ISBN 978-5-7996-1175-0. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275631>.

5.2 Дополнительная литература

1 Евсеев, Ю.И. Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. - 9-е изд., стер. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. - 448 с. : табл. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-21762-7. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591>.

2 Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 136 с. : ил., схем., табл. - Библиогр.: с. 128-130. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>

5.3 Периодические издания

Здоровье населения и среда обитания: журнал. - Москва : ФБУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии

Физкультура и спорт: журнал. - Москва : Издательство Физкультура и спорт

Физиология человека : журнал. - Москва : Наука

5.4 Интернет-ресурсы

<https://www.fizkulturaiysport.ru> – сайт Физкультура и спорт;

<https://www.gto.ru> – сайт ВФСК ГТО

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

Microsoft Office

Операционная система Windows

Веб-приложение «Универсальная система тестирования БГТИ»

<http://www.edu.ru> – Федеральный портал «Российское образование»

<https://www.minobrnauki.gov.ru/> – Минобрнауки России

СПС «КонсультантПлюс»

Яндекс браузер

www.minsport.gov.ru – Министерство спорта РФ

<http://www.infosport.ru/> - Спортивная Россия

<http://window.edu.ru/> - единое окно доступа к образовательным ресурсам

<https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf> – База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещение для самостоятельной работы оснащены комплектами ученической мебели, компьютерами с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ, электронным библиотечным системам.

Спортивный зал, спортивный инвентарь: маты, скакалки, кольца баскетбольные, мячи баскетбольные, мячи набивные, гимнастическая стенка.

К рабочей программе прилагаются:

- Фонд оценочных средств для проведения аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания по освоению дисциплины.