

Минобрнауки России

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

Кафедра педагогического образования

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

*«Б.1.В.ДВ.11.4 Баскетбол»*

Уровень высшего образования

**БАКАЛАВРИАТ**

Направление подготовки

*44.03.01 Педагогическое образование*  
(код и наименование направления подготовки)

*Иностранный язык (английский)*

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Тип образовательной программы

*Программа академического бакалавриата*

Квалификация

*Бакалавр*

Форма обучения

*Заочная*

Год набора 2017

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

педагогического образования

наименование кафедры

протокол № 7 от "2" 01 2017.

Первый заместитель директора по УР

наименование факультета

подпись

расшифровка подписи

Исполнители:

Старший преподаватель

должность

подпись

Шелякова О.В.

расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

код наименование

личная подпись

Омельяненко Л.А.

расшифровка подписи

Заведующий библиотекой

личная подпись

расшифровка подписи

© Шелякова О.В., 2017

© БГТИ (филиал) ОГУ, 2017

## 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><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- основные теоретические и методические аспекты баскетбола;</li><li>- основные этапы истории развития баскетбола в России;</li><li>- основные принципы спортивной тренировки и методики обучения технико-тактическим действиям.</li></ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- подбирать и применять методы и средства физической культуры в области баскетбола для совершенствования основных физических качеств;</li><li>- использовать средства, методы, приемы самоконтроля и оценки физического состояния при занятиях баскетболом;</li><li>- регулировать динамику физических воздействий и умело использовать восстановительные мероприятия на занятиях баскетболом.</li></ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- практическими навыками физических упражнений и методов в области баскетбола, для поддержания высокого уровня физической подготовки обеспечивающего полноценную деятельность.</li></ul>	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
Самостоятельная работа:	54	54	54	54	54	58	328
<b>Итого</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>58</b>	<b>328</b>
<b>Вид итогового контроля</b>							

### 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. Жестикуляция. 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 5. 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 6. 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 мячом. Противодействие дриблингу в различных позициях, противодействие броскам, противодействие сопернику при численном преимуществе. Командные тактические действия в защите. Личная и зонная защита и ее основные разновидности.

## **5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **5.1 Основная литература**

1 Физическая культура и физическая подготовка : учебник [Электронный ресурс]. / 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 : учебно-методическое пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина ; сост. Д.П. Адейеми, О.Н. Сулейманова. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. - 40 с. - ISBN 978-5-7996-1175-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275631>.

### **5.2 Дополнительная литература**

1 Евсеев, Ю.И. Физическая культура : учебное пособие [Электронный ресурс]. / 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 Кучешева, И.Л. Sport : учебное пособие [Электронный ресурс]. / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/>.

3 Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебное 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. ; То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>

4 Лазарев, И.В. Физическая культура в юридическом вузе [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / И.В. Лазарев, А.А. Ромашов. - М.: РАП, 2013. - 240 с. - (Methodice). - ISBN 978-5-93916-373-6 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/518252>

### **5.3 Периодические издания**

Здоровье населения и среда обитания: журнал. - Москва : ФБУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии, 2015-2017

Физкультура и спорт: журнал. - Москва : Издательство Физкультура и спорт, 2015-2017

Физиология человека : журнал. - Москва : Наука, 2015-2017

### **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 2007 (лицензия по договору № ПО/8-12 от 28.02.2012 г.);

- Веб-приложение «Универсальная система тестирования БГТИ»

- [www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru) – Министерство спорта РФ
- <http://www.infosport.ru/> - Спортивная Россия
- <http://window.edu.ru/> - единое окно доступа к образовательным ресурсам

### **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.