

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.16.03 Теория и методика обучения баскетболу  
на 108 часа(ов), 3 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 49.03.01 - Физическая культура

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Спортивная тренировка, фитнес (для набора 2024)  
Форма обучения: Заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Формирование у студентов знаний, умений, навыков в теории и практике баскетбола, позволяющих им ориентироваться в вопросах истории, специальной терминологии, технике исполнения и методике обучения баскетболу, в документах планирования, в судействе и организации соревнований для решения организационно-методических и профессионально-педагогических задач в профессиональной деятельности будущих бакалавров физической культуры и спорта.

Задачи изучения дисциплины:

решать педагогические задачи в рамках образовательных и профессиональных образовательных организаций, осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;

ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;

определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;

способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;

подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

«Теория и методика обучения баскетболу» относится к дисциплинам «Базовых видов физкультурно-спортивной деятельности». Дисциплина тесно взаимосвязана с дисциплинами «Технологии спортивной тренировки», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика спортивной тренировки», «Профессионально-спортивное совершенствование», «Физиология», и другими дисциплинами. Освоение дисциплины «Отбор в системе подготовки спортсменов» необходимо студентам для прохождения в дальнейшем учебной практики в спортивных школах и проведению научных исследований по направлению профессиональной подготовки. Дисциплина изучается на 2 курсе, в 4 семестре на ОФО и на 3 курсе в 5 семестре на ЗФО.

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы), 108 часов.

Виды занятий	Семестр 5	Всего часов
--------------	-----------	-------------

Общая трудоемкость		108
Аудиторные занятия, в т.ч.	10	10
Лекционные (ЛК)	4	4
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	0	0
Лабораторные (ЛР)	6	6
Самостоятельная работа студентов (СРС)	62	62
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-1	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального Статуса;</li> <li>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- биомеханические технологии</li> </ul>	<p>Знать: - терминологию и классификацию в баскетболе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по баскетболу;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств баскетбола;</li> <li>- правила и организация соревнований в баскетболе;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в баскетболе;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в баскетболе.</li> </ul>

формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;

- химический состав организма человека;
- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;
- особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп;
- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;
- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;
- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;
- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;
- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;
- основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;
- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;

Уметь: - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий баскетболу с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;

- определять средства и величину нагрузки на занятиях по баскетболу в зависимости от поставленных задач;
- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей баскетбола;
- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по баскетболу;
- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике в баскетболе.

Владеть: - планирования занятий по баскетболу;

- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств баскетбола;
- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций).

- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;
- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;
- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;
- основные и дополнительные формы занятий;
- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;
- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;
- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;
- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий);
- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;
- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;

- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;
  - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;
  - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;
  - средства и методы физической, технической, тактической психологической подготовки в ИВС;
  - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;
  - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;
  - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.
- ОПК-1.2. Умеет:
- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;
  - оценивать эффективность статических положений и движений человека;
  - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;
  - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;
  - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе

занятий физической культурой и спортом;

- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;

- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;

- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;

- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;

- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;

- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;

- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;

- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;

- определять средства и величину нагрузки на занятиях по

гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач;

- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;

- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;

- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;

- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;

- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;

- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;

- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

ОПК-1.3. Имеет опыт:

- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные



	<p>характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</li> <li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</li> <li>- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>	
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и</li> </ul>	<p>Знать: - историю и современное состояние баскетбола, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- значение и виды баскетбола как базовых видов спорта;</li> <li>- воспитательные возможности занятий баскетболом;</li> <li>- терминологию баскетбола;</li> </ul>

подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта;

- воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;
- терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;
- средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;
- основы обучения гимнастическим упражнениям;
- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;
- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));
- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;
- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;
- правила и организацию соревнований в легкой атлетике;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;
- основы техники способов передвижения на лыжах;
- методики обучения способам

- средства баскетбола и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;
- основы обучения баскетболу;
- терминологию баскетбола;
- способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения в баскетболе;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами баскетбола.

Уметь: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по баскетболу с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;

- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по баскетболу в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию баскетбола;
- распределять на протяжении занятия средства баскетбола с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в баскетболе;
- использовать средства баскетбола для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);
- использовать стандартное и дополнительное оборудование

передвижения на лыжах;

- методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;
- основы техники способов плавания и прикладного плавания;
- методики обучения способам плавания;
- методики развития физических качеств средствами плавания;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;
- средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;
- основы обучения спортивным и подвижным играм;
- терминологию спортивных и подвижных игр;
- способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и

пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств баскетбола;

- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений в баскетболе;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств баскетбола;
- оценивать качество выполнения упражнений в баскетболе и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений баскетболе, подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях баскетболу;
- использовать существующие методики проведения соревнований по баскетболу, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по баскетболу;
- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Владеть: - владения техникой двигательных действий в баскетболе;

- составления упражнений по

подвижных игр;

- организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях;
- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;
- способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;
- способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.

ОПК-3.2. Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;
- распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их

обучению техническим приемам в баскетболе с учетом возраста и контингента занимающихся;

- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств баскетбола;
- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств баскетбола с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;
- проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций).

влияния на организм занимающихся;

- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;

- использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);

- использовать стандартное и дополнительное оборудование пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;

- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;

- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;

- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;

- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой

атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике;

- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения;

- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;

- использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке;

- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;

- осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;

- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;

- анализировать эффективность проведения занятий по базовым

видам спорта по количественным и качественным критериям;

- формировать основы физкультурных знаний;

- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;

- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся.

ОПК-3.3. Имеет опыт:

- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;

- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;

- владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов;

- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;

- владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов;

- владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;

- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики;

- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и

	<p>воспитанию личности учащегося;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр;</li> <li>- участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</li> <li>- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul> </li> </ul>	
ОПК-7	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их</li> </ul> </li> </ul>	<p>Знать: - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий баскетболом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств</li> </ul>



нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;

- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)
- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;
- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;
- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;
- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;
  - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;
  - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;
  - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;
  - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;
  - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;
  - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;
  - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий

баскетбола;

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по баскетболу;
- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по баскетболу;
- особенности занятий баскетболом с учащимися различных медицинских групп;
- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;
- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по баскетболу.

Уметь: - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по баскетболу;

- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по баскетболу;
- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по баскетболу.

Владеть: - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по баскетболу;

- обеспечения безопасности при проведении учебно-

оздоровительного характера;

- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;
- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;
- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;
- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;
- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;
- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;
- причины травматизма, меры

тренировочного занятия по баскетболу;

- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.

предупреждения на занятиях ИВС;

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.

ОПК-7.2. Умеет:

- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);

- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;

-проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;

- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;

- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;

- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;

- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;

- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;

- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;
- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;
- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;
  - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;
- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС;
- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.

#### ОПК-7.3. Имеет опыт

- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;
- использования специальной аппаратуры и инвентаря;
- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;
- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении

спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;

- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;
- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;
- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;
- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;
- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;
- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;
- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.

### **3. Содержание дисциплины**

#### **3.1. Разделы дисциплины и виды занятий**

##### **3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения**

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Предмет дисциплины, задачи, содержание. История и этапы возникновения баскетбола. Классификация и терминология	Стойки, передвижения, остановки и повороты в баскетболе. Общая физическая подготовка в баскетболе. История возникновения б/б, этапы развития, площадка и инвентарь. Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол. История, классификация, терминология. Ловля мяча	16	2	0	2	12
2	2.1	Теория и методика обучения в нападении: ловля и передачи мяча, ведения мяча.	Теория и методика обучения ловли и передачи мяча. Теория и методика обучения дриблинга.	26	2	0	4	20
3	3.1	Теория и методика обучения броскам мяча в корзину и техническим действиям в защите	Теория и методика обучения броскам мяча в корзину Теория и методика обучения техническим действиям в защите	34	0	0	4	30
4	4.1	Теория и методика обучения тактическим действиям игры в баскетбол. Правила, судейство.	Тактика нападения Тактика защиты ФИБА, правила игры в баскетбол. Основы судейской практики в баскетболе.	32	0	0	2	30

Итого	108	4	0	12	92
-------	-----	---	---	----	----

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Стойки, передвижения, остановки и повороты в баскетболе. Общая физическая подготовка в баскетболе.	Технология обучения игровым приемам. Стойки нападающего, теоретические предпосылки. Основные способы передвижений в нападении. Разновидности бега, повороты, остановки прыжком и двумя шагами. ОФП в баскетболе. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении стоек, передвижений, поворотов и остановок.	1
	1.1	История возникновения б/б, этапы развития, площадка и инвентарь. Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол. История, классификация, терминология. Ловля мяча	История возникновения баскетбола. Площадка и инвентарь в баскетболе. Классификация техники игры. Основные термины и понятия в баскетболе. Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол. Теоретические предпосылки ловли мяча.	1
2	2.1	Теория и методика обучения ловли и передачи мяча.	Классификация передач мяча. Последовательность обучения. Способы передачи мяча. Фазы передачи мяча на месте. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении передач мяча на месте. Передачи мяча в движении, теоретические предпосылки. Фазы передачи мяча в движении. Обучение встречным передачам мяча в	1

			движении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении передач мяча в движении. Поступательные передачи мяча в движении. Обучение. ОМУ. Основные ошибки.	
	2.1	Теория и методика обучения дриблинга.	Дриблинг, теоретические предпосылки. Понятие, фазы, классификация дриблинга. Последовательность обучения дриблинга. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении дриблинга.	1
4				

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Стойки, передвижения, остановки и повороты в баскетболе. Общая физическая подготовка в баскетболе.	Методика обучения стойкам баскетболиста. Методика обучения технике передвижений в баскетболе. Методика обучения поворотов и остановок. Общая физическая подготовка.	1
	1.1	История возникновения б/б, этапы развития, площадка и инвентарь. Принципы, средства и методы обучения	Методика обучения ловли мяча на месте. Остановки с ловлей мяча. Методика обучения ловли мяча в движении.	1



		технике игры в баскетбол. История, классификация, терминология. Ловля мяча.		
2	2.1	Теория и методика обучения ловли и передачи мяча.	Техника и методика обучения: Передача одной рукой над головой {крюком). Передача одной рукой сбоку. Передача одной рукой снизу. Передача двумя руками снизу. Передача под рукой. Передача одной рукой из-за спины. Встречные передачи мяча в движении. Поступательные передачи мяча в движении.	2
	2.1	Теория и методика обучения дриблинга.	Техника и методика обучения дриблинга на месте. Техника и методика обучения дриблинга в движении. Ведение с высоким отскоком мяча (высокое ведение). Ведение с низким отскоком мяча (низкое ведение) Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча без зрительного контроля. Остановки после ведения мяча. ОМУ. Основные ошибки.	2
3	3.1	Теория и методика обучения броскам мяча в корзину	Техника и методика обучения: Дистанционные броски с места. Бросок двумя руками от груди. Бросок двумя руками от головы. Бросок одной рукой от плеча. Бросок одной рукой от головы. Бросок одной рукой сверху в движении. Бросок одной рукой сверху после вышагивания. Бросок одной рукой сверху после ведения мяча.	2
	3.1	Теория и методика обучения техническим действиям в защите	Техника и методика обучения: Стойки защитника. Передвижения защитника. Вырывание, выбивание, накрывание, отбивание, перехват мяча и взятие отскока.	2
4	4.1	Тактика нападения	Основные понятия. Классификация. Распределение игроков по функциям (амплуа) Технология обучения	1

			<p>тактическим действиям. Этапы обучения. Теоретические предпосылки индивидуальным тактическим действиям.</p> <p>Организационно-методические указания. Основные ошибки.</p> <p>Групповые тактические действия, теоретические предпосылки.</p> <p>Организационно-методические указания. Основные ошибки.</p>	
	4.1	Тактика защиты	<p>Индивидуальные тактические действия в защите. Теоретические предпосылки. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении. Групповые тактические действия в защите.</p> <p>Теоретические предпосылки.</p> <p>Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении.</p>	1

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	<p>Методы организации занимающихся.</p> <p>Основные ошибки при выполнении технических действий. Общая физическая подготовка в баскетболе: ОРУ с предметами и без, акробатические упражнения, прыжки, бег.</p>	<p>Составление и заполнение таблиц Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам</p>	6
	1.1	<p>Баскетбол в России.</p> <p>Баскетбол во времена СССР. Этапы становления баскетбола.</p>	<p>Доклад Подготовка к Тесту по 1 модулю Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам</p>	6

2	2.1	Признаки и виды классификации, систематики в баскетболе. Требования к терминам. Основные термины и условные обозначения при записях. Связь классификации, систематики и терминологии. Единая спортивная классификация, ее значение и этапы развития. Научные основы классификации.	Составление и заполнение таблиц Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	10
	2.1	Финты, заслоны в баскетболе. Особенности современной техники игры и тенденции к дальнейшему ее развитию.	Подготовка к Тесту по 2 модулю Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	10
3	3.1	Факторы точности броска в корзину. Направление вращения мяча. Выбор траектории полета мяча. Результативность броска. Разновидности броска в движении. Бросок в прыжке, его разновидности. Организационно-методические указания. Ошибки при выполнении.	Проведение разминки Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	15
	3.1	Специальная физическая подготовка в баскетболе: развитие физических качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость).	Подготовка к тесту 3 модуль Составление и заполнение таблиц Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	15
4	4.1	Разновидности специального нападения.	Проведение фрагмента тренировки Составление	10

		Командные действия в нападении – стремительно и позиционное нападение.	конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	
	4.1	Командные действия в защите – (концентрированная защита, подвижная защита, смешанная система защиты, защита против быстрого прорыва)	Сдача технических нормативов Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	10
	4.1	Механика судейства. Команды и игровые положения. Способы розыгрыша соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Составление календаря игр. Жеребьевка. Таблица результатов соревнований. Оценка и учет результатов.	Составление программы и положений соревнований по баскетболу. Подготовка к тесту 4 модуль Подготовка к тесту по терминологии Составление конспекта Работа с электронными образовательными ресурсами Составление вопросов различных типов по интересующим темам	10

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

##### **5.1.1. Печатные издания**

1. Баскетбол : учеб. / под ред. Ю.М. Портнова. - 3-е изд., перераб. - Москва: Физкультура и спорт, 1988. - 288 с. - ISBN 5-278-00025-2: 0-60.

2. Нестеровский, Дмитрий Иванович. Баскетбол: теория и методика обучения : учеб. пособие / Нестеровский Дмитрий Иванович. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 336 с. - (Высшее проф. образование). - ISBN 978-5-7695-7086-5: 327-80.

3. Федорова М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика: учеб. пособие. В 2 Ч. 2: Практические основы спортивной тренировки/ М.Ю. Федорова, Е.И. Овчинникова. – Чита: ЗабГУ, 2014. – 237 с.

4. Производственная (профессионально-ориентированная) практика студентов факультета физической культуры специальности 49.03.01 (034300.62) – Физическая культура. Профиль – Спортивная тренировка [Текст]: учебно-методическое пособие/ М.Ю. Федорова; ЗабГГПУ им. Н.Г. Чернышевского. – Чита: ЗабГГПУ, 2009. – 181 с.

### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире [Текст] : материалы XIX Студенч. науч.-практ. конф. (г.Чита, 18 мая 2017г.) / отв. ред. Е.Г. Фоменко. - Чита: ЗабГУ, 2017. - 107 с. - 107-00.

## **5.2. Дополнительная литература**

### **5.2.1. Печатные издания**

1. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки/ В.Н. Платонов. – Киев: Вища шк., 1984.- 352с.-1-30

2. Профессионально-направленные практики: учеб. пособие / М.Ю. Федорова, В.С. Астафьев, А.А. Фетисов, В.К. Геберт; ЗабГУ. – Чита: 2016.- 222 с.

3. Федорова М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика: учеб. Пособие. В 2 ч. Ч. 1: Теория спортивной тренировки/ М.Ю. Федорова. – Чита: ЗабГУ, 2014. – 202 с.

### **5.2.2. Издания из ЭБС**

1. Срулевич, Светлана Александровна. Физическая культура в подготовке бакалавров гуманитарных направлений к профессиональной деятельности : учеб. пособие / Срулевич, Светлана Александровна. - Чита: ЗабГУ, 2016. - 105 с. - ISBN 978-5-9293-1771-2: 105-00.

## **5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

Название	Ссылка
Поисковая система «Яндекс»	<a href="http://www.yandex.ru">http://www.yandex.ru</a>

## **6. Перечень программного обеспечения**

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, АБВУУ FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

1) Система ГАРАНТ

2) СПС "Консультант Плюс"

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Методические рекомендации по изучению дисциплины «Теория и методика обучения баскетболу» предназначены для организации процесса изучения студентами теоретических и практических материалов дисциплины, а также для повышения эффективности самостоятельного изучения.

Занятия организуются в традиционных для вуза формах - лекции, лабораторные занятия, самостоятельная работа. Для студентов заочной формы обучения большая часть часов отводится на самостоятельное изучение дисциплины.

Организация учебного процесса предусматривает лекционный курс, лабораторные занятия и самостоятельную работу студентов. Лекция. Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь.

Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на лабораторном занятии.

Перед посещением лекции необходимо познакомиться с ее темой и содержанием. После того, как лекция прослушана, нужно проработать вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение. После каждой лекции помещены вопросы, ответы на которые помогут студентам проконтролировать себя, показать, насколько они хорошо и глубоко усвоили материал. На некоторые вопросы достаточно устного ответа, но некоторые надо законспектировать ответ. Лабораторное занятие. При подготовке к лабораторному занятию следует ознакомиться с вопросами, относящимися к теме данного занятия, тщательно проработать материал, изложенный на лекциях, а также материал, имеющийся в учебных пособиях и других источниках, рекомендуемых преподавателем.

На лабораторном занятии нужно внимательно следить за процессом и активно участвовать, чтобы лучше понять и запомнить основные положения и выводы.

Для успешной подготовки экзамену в первую очередь необходимо ознакомиться с примерными вопросами для экзамена. Повторив теоретический материал по учебникам, внимательно просмотрите записи, сделанные при прослушивании лекций, подготовке к практическим занятиям. Обратит особое внимание на выводы и обобщения, сделанные в ходе лабораторных занятий.

Методические указания по организации самостоятельной работы. В связи с ограниченным количеством аудиторных часов на изучение дисциплины «Теория и методика обучения баскетболу», часть общего объема часов изучается студентами самостоятельно под руководством преподавателя.

Разработчик/группа разработчиков:  
Анастасия Александровна Люлицина

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.