Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 02.04.2025 16:24:18
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d2657b784eec019bf8a794cb4

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой физической
культуры и спорта
_____
Каерова Е.В.
«16» апреля 2024 г.

# МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

## Б1.В.ДВ.06 Элективные курсы по физической культуре и спорту.
## Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол

| | |
|---|---|
| **Направление подготовки (специальность)** | **31.05.01 Лечебное дело** |
| **Уровень подготовки** | специалитет |
| **Направленность подготовки** | 02 Здравоохранение (в сфере оказания первичной медико-санитарной помощи населению в медицинских организациях поликлиниках, амбулаториях, стационарно-поликлинических учреждениях) |
| **Форма обучения** | **очная** |
| **Срок освоения ООП** | **6 лет** |
| **Институт/кафедра** | Физической культуры и спорта |

Владивосток, 2024

При разработке методических рекомендаций для преподавателей и обучающихся по дисциплине **Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол** в основу положены:
1) ФГОС ВО по специальности 31.05.01 Лечебное дело
утвержденный Министерством высшего образования и науки Российской Федерации «12» августа 2020г. № 988

2) Учебный план по специальности 31.05.01 Лечебное дело, в сфере профессиональной деятельности 02 Здравоохранение (в сфере оказания первичной медико-санитарной помощи населению в медицинских организациях поликлиниках, амбулаториях, стационарно-поликлинических учреждениях), утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «29» марта 2024г., Протокол № 1-5/23-24.

Методические рекомендации для преподавателей и обучающихся по дисциплине разработаны авторским коллективом кафедры физической культуры и спорта ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующего кафедрой канд. пед. наук Каеровой Е.В.

**Разработчики:**

| | | |
|---|---|---|
| Заведующий кафедрой | канд. пед. наук | Каерова Е.В |
| Доцент | | Шестёра А.А. |
| Доцент | | Степанова И.С. |
| Старший преподаватель | | Приймак Н.В. |

# 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Методические рекомендации по изучению дисциплины Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины.

Дисциплина Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол включает два основных вида учебной деятельности:

1. Практические занятия
2. Самостоятельная работа студентов

Практические занятия по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол проводятся в соответствии с учебным планом и направлены на освоение технических элементов баскетбола, развитие физических качеств и формирование двигательных навыков, необходимых для успешной игры в баскетбол.

При подготовке к практическому занятию особое внимание необходимо обращать на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов баскетбольной техники и тактики.

Для организации самостоятельного изучения тем дисциплины используются материалы фондов оценочных средств.

Самостоятельная работа студентов обеспечивается следующими условиями:

1. наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала по баскетболу;
2. создание системы регулярного контроля качества выполненной самостоятельной работы;
3. консультационная помощь преподавателя.

Методический материал для самостоятельной подготовки представляется в виде литературных источников и дневника самоконтроля. В список учебно-методических материалов для самостоятельной работы обучающихся входит перечень библиотечных ресурсов учебного заведения и других материалов по баскетболу, к которым обучающийся имеет возможность доступа.

Самостоятельная работа – вид контактной внеаудиторной работы преподавателей и обучающихся по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол. Контроль самостоятельной работы осуществляется ведущим преподавателем. Оценка самостоятельной работы учитывается при проведении промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол.

Текущий контроль по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол предназначен для проверки индикаторов достижения компетенций, стимулирования учебной работы обучающихся и совершенствования методики освоения новых знаний в области баскетбола. Текущий контроль проводится в течение семестра по всем видам и разделам учебной дисциплины, охватывающим компетенции, формируемые дисциплиной при активном и/или интерактивном взаимодействии обучающихся и преподавателя во время контактной работы, при демонстрации практических навыков и умений, творческих заданий, тестировании, решении ситуационных задач, кейсов, предусмотренных формируемыми компетенциями реализуемой дисциплины.

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения индикаторов достижения компетенций и проводится в форме зачета после освоения обучающимся всех разделов дисциплины Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол и учитывает результаты обучения по дисциплине по всем видам работы студента на протяжении всего периода обучения по дисциплине.

Промежуточная аттестация включает:

- Выполнение контрольных нормативов по баскетболу
- Оценку техники выполнения основных баскетбольных элементов (ведение мяча, передачи, броски, защитные действия и др.).

Время, отведенное для промежуточной аттестации, указано в графике учебного

процесса.

Задания для практических работ, а также задания для подготовки к текущему и промежуточному контролю приведены в фонде оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Перед консультацией необходимо хорошо продумать вопросы по технике и тактике баскетбола, которые требуют разъяснения.

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ЛЕКЦИОННЫМ ЗАНЯТИЯМ

Лекционные занятия по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол не предусмотрены.

## 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ

Таблица 1. Методические указания к практическим занятиям по дисциплине Б1.В.ДВ.06.03 Баскетбол

| | |
|---|---|
| ***1 СЕМЕСТР*** | |
| Тема №1 ***Техника безопасности при занятиях различными видами гимнастики: классической аэробикой, на занятиях с использованием степ-платформы, фитбола, различных балансировочных платформ и силового оборудования (гантелей, бодибаров, набивных мячей).*** | |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |
| Цель практического занятия:<br>Обучение обучающихся основам баскетбола, включая историю игры, технику передвижений и остановок, а также развитие двигательных навыков, таких как остановка прыжком и двумя шагами, повороты вперёд и назад после остановок. Целью также является совершенствование техники передвижений в защитной стойке и формирование координационных способностей. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине. | |
| Самостоятельная работа обучающегося заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой | |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>**Методы контроля** включают в себя следующие подходы к оценке освоения техники и навыков баскетбола:<br>1. **Педагогический контроль:**<br>• **Визуальный контроль**: наблюдение за техникой выполнения упражнений и соблюдением правил безопасности.<br>• **Самооценка**: поощрение учащихся к самооценке своего состояния и техники выполнения упражнений.<br>2. **Тесты и оценки:**<br>• Проведение регулярных тестов для оценки знаний правил безопасности и способности применять их на практике.<br>• Использование специальных тестов для оценки техники выполнения упражнений, включая остановки и повороты.<br>3. **Практические упражнения:**<br>• Выполнение упражнений в облегчённых и стандартных условиях для оценки способности применять правила безопасности и технику баскетбола.<br>• Использование упражнений из программы для оценки качества выполнения и эффективности тренировок. | |

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный.

Тема №2 ***Баскетбол. УКН ОФП: 1) челночный бег 3х10 м (сек), 2) сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз).***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Целью является Обучение учащихся технике челночного бега 3х10 м и силовых упражнений, таких как сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Целью также является развитие скоростно-силовых качеств, ловкости и координации, а также оценка общей физической подготовки (ОФП) посредством выполнения этих упражнений.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося под наблюдением преподавателя на учебном занятии подразумевает подготовку комплекса общеразвивающих упражнений различной направленности. Подготовку «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой

Методы контроля полученных знаний и навыков:

1. **Педагогический контроль**:

- **Визуальный контроль**: наблюдение за техникой выполнения упражнений и соблюдением правил безопасности.
- **Самооценка**: поощрение учащихся к самооценке своего состояния и техники выполнения упражнений.

2. **Тесты и оценки**:

- Проведение регулярных тестов для оценки скорости челночного бега 3х10 м и количества повторений силовых упражнений.
- Использование специальных тестов для оценки техники выполнения упражнений и эффективности тренировок.

3. **Практические упражнения**:

- Выполнение упражнений в облегчённых и стандартных условиях для оценки способности применять правила безопасности и технику баскетбола.
- Использование упражнений из программы для оценки качества выполнения и эффективности

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.

2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный.

Тема №3 ***Баскетбол. Краткие правила игры в баскетбол. Остановка прыжком и остановка двумя шагами. Повороты вперёд, назад после остановки прыжком. Повороты вперёд, назад после остановки двумя ногами. Техника передвижений в защитной стойке. Развитие координационных способностей.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |

Цель практического занятия:
заключается в оценке степени освоения учащимися техники остановок, поворотов и передвижений в защитной стойке, а также в развитии их координационных способностей. Это позволяет выявить сильные и слабые стороны каждого ученика и внести необходимые коррективы в учебный процесс.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине.

Самостоятельная работа: Анализ эффективности тренировочных занятий и корректировка плана. Работа с литературой.

Методы контроля полученных знаний и навыков: непосредственное наблюдение за выполнением упражнений и анализ результатов.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный.

Тема №4 ***Баскетбол. УКН СФП: передвижение в защитной стойке на время реакции: игровые упражнения («Парные пятнашки», «Вызов»). Подвижные игры («Салки в кругу», «Борьба за теннисный мяч», «Увернись»). ОФП.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Цель практического занятия:
заключается в оценке способности учеников эффективно и быстро перемещаться в защитной стойке, сохраняя устойчивость и контроль над игровой ситуацией. Это позволяет выявить уровень освоения техники передвижений и стойки, а также способность реагировать на действия соперников.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося подразумевает подготовку и заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Для контроля полученных знаний и навыков используются следующие методы:

1. **Педагогическое наблюдение**: тренер наблюдает за техникой выполнения защитных передвижений, обращая внимание на устойчивость, скорость и правильность стойки. Это включает в себя оценку способности игроков сохранять стойку во время движения и быстро реагировать на действия соперников
2. **Объективная и экспертная оценка**: используются видеозаписи и статистика игр для оценки эффективности защитных действий. Это позволяет объективно оценить качество передвижений и стойки в реальных игровых ситуациях
3. **Контрольные упражнения и тесты**: применяются специальные упражнения для оценки техники передвижения в защитной стойке. Например, игроки выполняют упражнения на передвижение в защитной стойке с последующим реагированием на действия нападающего

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный.

Тема №5 ***Баскетбол. Прыжок толчком одной ногой и двумя ногами. Передача мяча двумя руками на месте и в движении различными способами: сверху, от плеча (и с отскоком), от груди (и с отскоком), снизу (и с отскоком), в прыжке, на одном уровне. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении различными способами: в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Развитие прыгучести.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |

Цель практического занятия:
является развитие у обучающихся навыков выполнения прыжков толчком одной и двумя ногами, передачи мяча двумя руками различными способами, а также ловли мяча в различных условиях. Это направлено на совершенствование техники передач и ловли, повышение точности и эффективности игровых действий в различных ситуациях. Кроме

того, занятие направлено на развитие прыгучести, что важно для успешного выполнения бросков и других игровых действий в баскетболе.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине.

Самостоятельная работа обучающегося подразумевает оценку физического состояния. Заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Для контроля полученных знаний и навыков используются следующие методы:

Педагогическое наблюдение: тренер наблюдает за техникой выполнения прыжков и передач мяча, обращая внимание на правильность положения тела, точность и скорость выполнения действий. Это включает в себя оценку способности игроков сохранять равновесие и координацию во время прыжков и передач.

Объективная и экспертная оценка: используются видеозаписи и статистика тренировок для оценки эффективности выполнения упражнений. Это позволяет объективно оценить качество прыжков и передач в реальных условиях.

Контрольные упражнения и тесты: применяются специальные упражнения для оценки техники прыжков и передач мяча. Например, игроки выполняют упражнения на передачу мяча сверху, от плеча и от груди как на месте, так и в движении, а также ловят мяч в прыжке и при встречном движении.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный.

**Тема №6 Баскетбол. Прыжок толчком одной ногой и двумя ногами. Ловля мяча одной рукой на месте и в движении различными способами: в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Передача мяча одной рукой на месте и в движении различными способами: сверху, от головы, от плеча (с отскоком), с боку (с отскоком), снизу (с отскоком), в прыжке, встречная, поступательная, на одном уровне. Развитие силовых способностей.**

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |

Цель практического занятия:
заключается в оценке способности учеников правильно выполнять прыжки толчком одной и двумя ногами, ловить и передавать мяч различными способами как на месте, так и в движении. Это позволяет выявить уровень освоения техники этих элементов и способность развивать силовые качества.

| |
|---|
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине |
| Самостоятельная работа обучающегося заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>Для контроля полученных знаний и навыков используются следующие методы:<br>1. **Педагогическое наблюдение**: тренер наблюдает за техникой выполнения прыжков и передач мяча, обращая внимание на правильность положения тела, точность и скорость выполнения действий. Это включает в себя оценку способности игроков сохранять равновесие и координацию во время прыжков и передач.<br>2. **Объективная и экспертная оценка**: используются видеозаписи и статистика тренировок для оценки эффективности выполнения упражнений. Это позволяет объективно оценить качество прыжков и передач в реальных условиях. |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный. |
| Тема №7 ***Баскетбол. УКН: передачи мяча на время и точность*** |

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

| |
|---|
| Цель практического занятия:<br>заключается в оценке способности учеников точно и быстро передавать мяч различными способами, а также в развитии их скоростных и координационных способностей. Это позволяет выявить уровень освоения техники передач и способность применять их в игровых ситуациях. |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине. |
| Самостоятельная работа обучающегося заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>1. **Педагогический контроль**:<br>• **Визуальный контроль**: наблюдение за техникой выполнения упражнений и общим состоянием учащихся. |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для |

<table>
<tr><td colspan="2">студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Тема № 8 Баскетбол. Учебная игра</td></tr>
<tr><td>Продолжительность практического занятия (в академических часах):</td><td>2</td></tr>
<tr><td colspan="2">Цель практического занятия:<br>является формирование и совершенствование технических и тактических навыков в баскетболе посредством учебной игры, а также развитие физических качеств и способностей учащихся.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине</td></tr>
<tr><td colspan="2">Самостоятельная работа обучающегося: Подготовка к учебной игре: самостоятельное выполнение подводящих упражнений для освоения техники баскетбола, таких как ведение мяча, броски с места и в движении.<br>Анализ игровых ситуаций: Анализ тактических действий и игровых ситуаций в баскетболе для лучшего понимания игры.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>Практические упражнения: Контроль выполнения технических упражнений, таких как штрафные броски, ведение мяча правой и левой рукой.<br>Игровые ситуации: Оценка способности применять тактические действия в учебной игре.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный</td></tr>
<tr><td colspan="2">Тема № 9 Баскетбол. Ведение мяча на месте различными способами: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем, без зрительного контроля</td></tr>
</table>

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |
| Цель практического занятия:<br>является развитие и совершенствование технических навыков ведения мяча в баскетболе на месте с использованием различных техник, таких как ведение с высоким и низким отскоком, со зрительным контролем и без него. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине | |
| Самостоятельная работа обучающегося:<br>Изучение теоретического материала: Изучение разделов учебников и учебных пособий по теме «Техника ведения мяча в баскетболе» с акцентом на ведение с разной высотой отскока и контроль мяча.<br>Практические упражнения: Выполнение упражнений на ведение мяча на месте с использованием различных техник:<br>Ведение с высоким отскоком (60-80 см) и низким отскоком (15-20 см).<br>Ведение со зрительным контролем и без него.<br>Перевод мяча между руками во время ведения. | |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>Практические упражнения: Контроль правильности выполнения техники ведения мяча с разной высотой отскока и контролем.<br>Игровые ситуации: Оценка способности применять различные техники ведения мяча в игровых ситуациях. | |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный | |
| Тема № 10 ***Баскетбол. УКН ОФП: 1) прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин, 2) наклон вперёд из положения сед ноги прямые шире плеч (см).*** | |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |
| Цель практического занятия:<br>является развитие общей физической подготовки учащихся посредством выполнения упражнений на прыжки на скакалке и наклон вперед, что способствует улучшению координации, выносливости и гибкости, необходимых для игры в баскетбол. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине | |

Самостоятельная работа обучающегося:
Изучение теоретического материала: Изучение разделов учебников и учебных пособий по общей физической подготовке с акцентом на упражнения для развития координации и выносливости.
Практические упражнения: Выполнение упражнений на прыжки на скакалке и наклоны вперед из положения сидя с прямыми ногами, расставленными шире плеч.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Практические упражнения: Контроль правильности выполнения прыжков на скакалке и наклонов вперед, оценка количества прыжков в минуту и глубины наклона.
Тестирование: Проведение тестов на общую физическую подготовку для оценки выносливости и гибкости.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема № 11 ***Баскетбол. Ведение мяча по прямой различными способами: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем, без зрительного контроля. Развитие выносливости.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |

Цель практического занятия:
совершенствование технических навыков ведения мяча в баскетболе по прямой с использованием различных техник, таких как ведение с высоким и низким отскоком, со зрительным контролем и без него, а также развитие выносливости учащихся посредством интенсивных упражнений.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося:
1. **Изучение теоретического материала:** Изучение разделов учебников и учебных пособий по технике ведения мяча в баскетболе с акцентом на ведение с разной высотой отскока и контроль мяча.
2. **Практические упражнения:** Выполнение упражнений на ведение мяча по прямой с использованием различных техник:
- Ведение с высоким отскоком (60-80 см) и низким отскоком (15-20 см).
- Ведение со зрительным контролем и без него.
- Перевод мяча между руками во время ведения.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Практические упражнения: Контроль правильности выполнения техники ведения мяча с разной высотой отскока и контролем.
Игровые ситуации: Оценка способности применять различные техники ведения мяча в игровых ситуациях.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема № 12 ***Баскетбол. Ведение мяча по дугам, по кругам, зигзагом. Развитие гибкости.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |

Цель практического занятия:
является совершенствование технических навыков ведения мяча в баскетболе по сложным траекториям, таким как дуги, круги и зигзаги, а также развитие гибкости и координации движений учащихся.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося:
1. **Изучение теоретического материала:** Изучение разделов учебников и учебных пособий по технике ведения мяча в баскетболе с акцентом на ведение по сложным траекториям.
2. **Практические упражнения:** Выполнение упражнений на ведение мяча по дугам, кругам и зигзагами:
- Ведение мяча по кругу одной рукой с поворотом на осевой ноге.
- Ведение по дугам с изменением направления движения.
- Ведение зигзагом с переводом мяча из руки в руку.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Практические упражнения: Контроль правильности выполнения техники ведения мяча по сложным траекториям.
Игровые ситуации: Оценка способности применять различные техники ведения мяча в игровых ситуациях.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва :

Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема № 13 ***Баскетбол. УКН СФП: скоростное ведение.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Цель практического занятия:
совершенствование скоростных и координационных способностей, а также формирование двигательных навыков и умений в игровых ситуациях, соответствующих учебно-контрольным нормам специальной физической подготовленности.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося:

1. **Выполнение упражнений на скоростное ведение мяча в разных направлениях и с различной скоростью.**
2. **Тренируйтесь вести мяч обеими руками, используя разные части руки (пальцы, ладонь).**

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Контроль правильности выполнения техники ведения мяча

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

**2 СЕМЕСТР**

Тема №14 ***Баскетбол. Обводка соперника с изменением высоты отскока, изменением направления, изменением скорости.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Цель практического занятия:
является развитие у обучающихся навыков обводки соперника с изменением высоты отскока, направления и скорости. Это направлено на совершенствование техники ведения мяча и повышение эффективности игровых действий в различных ситуациях.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине.

Самостоятельная работа обучающегося

1. **Самостоятельное изучение и отработка технических приёмов**: обучающиеся должны самостоятельно практиковаться в обводке соперника, изменяя высоту отскока, направление и скорость ведения мяча. Это можно делать с помощью видеороликов с идеальной техникой ведения мяча[3].
2. **Разработка комплексов упражнений**: студенты могут разработать свои собственные комплексы упражнений для обучения обводке соперника в движении, учитывая различные игровые ситуации

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Учебные игры: организация учебных игр, в которых обучающиеся могут применять на практике изученные навыки обводки соперника в реальных игровых ситуациях

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

**Тема №15 Баскетбол. УКН ОФП: поднимание туловища (сед) из положения, лёжа на спине, руки за головой (кол-во раз).**

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Целью является развитие у обучающихся силы и выносливости мышц кора, что важно для успешной игры в баскетбол. Упражнение «поднимание туловища (сед) из положения лёжа на спине, руки за головой» направлено на укрепление мышц живота и улучшение общей физической подготовки.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося
Отработка упражнения в домашних условиях: обучающиеся должны регулярно выполнять подъёмы туловища из положения лёжа на спине, руки за головой, стремясь увеличить

количество повторений.

Разработка комплекса упражнений для укрепления мышц кора: студенты могут разработать комплекс упражнений, включающий подъёмы туловища, скручивания и другие упражнения для укрепления мышц живота.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Для контроля полученных знаний и навыков используются следующие методы:

Тестирование: выполнение контрольных нормативов по количеству повторений упражнения «поднимание туловища» и оценка правильности выполнения.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема №16 ***Баскетбол. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча, с переводом мяча под ногой, с переводом мяча за спиной. Обводка соперника с использованием нескольких приёмов подряд (сочетание). Развитие координационных способностей.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |

Продолжительность практического занятия (в академических часах):

Цель практического занятия:
является развитие у обучающихся навыков обводки соперника с использованием различных техник, таких как поворот и перевод мяча, перевод мяча под ногой и за спиной, а также сочетание этих приёмов для повышения эффективности игровых действий. Кроме того, занятие направлено на развитие координационных способностей и совершенствование техники ведения мяча.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине.

Самостоятельная работа:
Отработка техники обводки: обучающиеся должны самостоятельно практиковаться в обводке соперника с использованием различных приёмов, таких как поворот и перевод мяча, перевод мяча под ногой и за спиной.

Методы контроля полученных знаний и навыков: непосредственное наблюдение за выполнением упражнений и анализ результатов. Учебные игры: организация учебных игр, в которых обучающиеся могут применять на практике изученные навыки и технику обводки в реальных игровых ситуациях

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

**Тема №17** ***Баскетбол. УКН ОФП: прыжок в длину с места.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Продолжительность практического занятия (в академических часах):

Цель практического занятия:
является развитие у обучающихся способности выполнять прыжок в длину с места, что важно для улучшения общей физической подготовки и координационных способностей. Это упражнение помогает укрепить мышцы ног и развить взрывную силу, необходимые для эффективных игровых действий в баскетболе.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося
Отработка техники прыжка: обучающиеся должны самостоятельно практиковать прыжок в длину с места, отрабатывая правильную технику выполнения, включая подготовительный замах, отталкивание, полёт и приземление.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Тестирование

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема №18 ***Баскетбол. Броски в корзину двумя руками сверху, двумя руками от груди, двумя руками с отскоком от щита. Развитие гибкости.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |
| Цель практического занятия:<br>развитие у обучающихся навыков выполнения различных бросков в корзину, таких как броски двумя руками сверху, двумя руками от груди и двумя руками с отскоком от щита. Это направлено на совершенствование техники бросков, повышение точности и эффективности атак по корзине. Кроме того, занятие направлено на развитие гибкости и общей физической подготовки, что важно для успешной игры в баскетбол. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине. | |
| Самостоятельная работа обучающегося<br>Отработка техники бросков: обучающиеся должны самостоятельно практиковать различные виды бросков, такие как броски двумя руками сверху, от груди и с отскоком от щита, используя видеоролики или тренировки с партнёрами.<br><br>Разработка комплекса упражнений для развития гибкости: студенты могут разработать комплекс упражнений для улучшения гибкости, который включает растяжку и мобилизацию суставов, необходимых для эффективных бросков.<br><br>Ведение дневника тренировок: обучающиеся должны вести дневник тренировок, в котором они отражают свои успехи и трудности в освоении техники бросков и упражнений на гибкость. | |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>Учебные игры: организация учебных игр, в которых учащиеся могут применять на практике изученные навыки и технику бросков в реальных игровых ситуациях. | |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный | |
| Тема №19 **Баскетбол. Броски в корзину двумя руками и одной рукой прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту. Штрафной бросок. Развитие силовых способностей.** | |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |
| Цель практического занятия:<br>является развитие у обучающихся навыков выполнения различных бросков в корзину, таких как броски двумя руками и одной рукой прямо перед щитом, под углом к щиту и параллельно щиту, а также штрафной бросок. Это направлено на совершенствование | |

| |
|---|
| техники бросков, повышение точности и эффективности атак по корзине. Кроме того, занятие направлено на развитие силовых способностей, что важно для успешной игры в баскетбол. |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине. |
| Самостоятельная работа обучающегося заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом. Работа с литературой |
| Методы контроля полученных знаний и навыков<br>1. **Отработка техники бросков**: учащиеся должны самостоятельно практиковать различные виды бросков, такие как броски двумя и одной рукой из разных положений относительно щита, используя видеоролики или тренировки с партнёрами.<br>2. **Разработка комплекса упражнений для укрепления силовых способностей**: студенты могут разработать комплекс упражнений для укрепления мышц, необходимых для бросков, таких как приседания, выпады и силовые упражнения для рук и плеч.<br>3. **Ведение дневника тренировок**: обучающиеся должны вести дневник тренировок, в котором они отражают свои успехи и трудности в освоении техники бросков и упражнений для укрепления силовых способностей. |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный |
| Тема №20 ***Баскетбол. УКН СФП: штрафной бросок.*** |

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |
| Цель практического занятия:<br>является развитие у обучающихся навыков выполнения штрафного броска, что является важнейшим элементом специальной физической подготовки в баскетболе. Это направлено на совершенствование техники бросков, повышение точности и эффективности штрафных бросков в реальных игровых ситуациях. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине. | |
| Самостоятельная работа обучающегося<br>1. **Отработка штрафных бросков**: обучающиеся должны самостоятельно практиковать штрафные броски, стремясь улучшить свою точность и стабильность. | |

2. **Разработка комплекса упражнений для укрепления силовых способностей**: студенты могут разработать комплекс упражнений для укрепления мышц, необходимых для бросков, таких как приседания, выпады и силовые упражнения для рук и плеч.
3. **Ведение дневника тренировок**: обучающиеся должны вести дневник тренировок, в котором они отражают свои успехи и трудности в освоении техники штрафного броска.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
**тестирование**

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема № 21 ***Баскетбол. Учебная игра***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Цель практического занятия:
является формирование и совершенствование технических и тактических навыков в баскетболе посредством учебной игры, а также развитие физических качеств и способностей учащихся.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося: Подготовка к учебной игре: самостоятельное выполнение подводящих упражнений для освоения техники баскетбола, таких как ведение мяча, броски с места и в движении.
Анализ игровых ситуаций: Анализ тактических действий и игровых ситуаций в баскетболе для лучшего понимания игры.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Практические упражнения: Контроль выполнения технических упражнений, таких как штрафные броски, ведение мяча правой и левой рукой.
Игровые ситуации: Оценка способности применять тактические действия в учебной игре.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.

2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема №22 ***Баскетбол. Броски в корзину одной рукой сверху, одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от щита.***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Цель практического занятия:
является развитие у обучающихся навыков выполнения различных бросков в корзину одной рукой, таких как броски сверху, от плеча и с отскоком от щита. Это направлено на совершенствование техники бросков, повышение точности и эффективности атак на корзину в различных игровых ситуациях.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине.

Самостоятельная работа обучающегося

1. **Отработка техники бросков**: обучающиеся должны самостоятельно практиковать различные виды бросков одной рукой, такие как броски сверху, от плеча и с отскоком от щита, используя видеоролики или тренировки с партнёрами.
2. **Разработка комплекса упражнений для укрепления силовых способностей**: студенты могут разработать комплекс упражнений для укрепления мышц, необходимых для бросков, таких как приседания, выпады и силовые упражнения для рук и плеч.
3. **Ведение дневника тренировок**: обучающиеся должны вести дневник тренировок, в котором они отражают свои успехи и трудности в освоении техники бросков одной рукой.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Учебные игры: организация учебных игр, в которых учащиеся могут применять на практике изученные навыки и технику бросков в реальных игровых ситуациях.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

| | |
|---|---|
| Тема № 23 ***Баскетбол. УКН ОФП: бег 100 метров (сек).*** | |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |
| Цель практического занятия:<br>является оценка общей физической подготовленности обучающихся с помощью учебно-контрольного норматива «бег на 100 метров». Это направлено на развитие скоростных способностей, необходимых для успешной игры в баскетбол. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине | |
| Самостоятельная работа обучающегося<br>Отработка техники бега: обучающиеся должны самостоятельно практиковать правильную технику бега, включая старт, ускорение и поддержание скорости на дистанции 100 метров.<br><br>Разработка комплекса упражнений для развития скоростных способностей: студенты могут разработать комплекс упражнений для улучшения скорости, таких как спринтерские забеги на короткие дистанции, челночный бег и другие скоростные упражнения. | |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>Тестирование | |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный | |
| Тема № 24 ***Баскетбол. Броски в корзину двумя руками ближние, средние, дальние. Развитие выносливости.*** | |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |
| Цель практического занятия:<br>является развитие у обучающихся навыков выполнения бросков в корзину двумя руками на ближних, средних и дальних дистанциях. Это направлено на совершенствование техники бросков, повышение точности и эффективности атак на корзину в различных игровых ситуациях. Кроме того, занятие направлено на развитие выносливости, что важно для поддержания высокого уровня игры на протяжении всего матча. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине | |

Самостоятельная работа обучающегося
Отработка техники бросков: учащиеся должны самостоятельно практиковать различные виды бросков двумя руками на разных дистанциях, используя видеоролики или тренировки с партнёрами.

Разработка комплекса упражнений для развития выносливости: студенты могут разработать комплекс упражнений для улучшения выносливости, таких как бег на длинные дистанции, интервальные тренировки и силовые упражнения для укрепления мышц ног и корпуса.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Учебные игры: организация учебных игр, в которых учащиеся могут применять на практике изученные навыки и технику бросков в реальных игровых ситуациях.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный

Тема № 25 ***Баскетбол. УКН СФП: броски с дистанции***

| | |
|---|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 2 |

Цель практического занятия:
является оценка специальной физической подготовленности обучающихся с помощью учебно-контрольного норматива «броски с дистанции». Это направлено на совершенствование техники бросков, повышение точности и эффективности атак корзины в различных игровых ситуациях.

Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине

Самостоятельная работа обучающегося
Отработка техники бросков: учащиеся должны самостоятельно практиковать различные виды бросков с дистанции, используя видеоролики или тренировки с партнёрами.

Разработка комплекса упражнений для укрепления силовых и координационных способностей: студенты могут разработать комплекс упражнений для улучшения силы и координации, например силовые упражнения для рук и плеч, а также упражнения на ловкость и быстроту.

Методы контроля полученных знаний и навыков:
Тестирование: выполнение контрольных нормативов по количеству попаданий из 10 бросков с дистанции для оценки точности и эффективности бросков.

Рекомендованная литература:
1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.

| | |
|---|---|
| 2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный | |
| Тема № 26 Баскетбол. Броски в корзину одной рукой ближние, средние, дальние. Развитие прыгучести. | |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах): | 4 |
| Цель практического занятия:<br>является развитие у обучающихся навыков выполнения бросков в корзину одной рукой на ближних, средних и дальних дистанциях. Это направлено на совершенствование техники бросков, повышение точности и эффективности атак на корзину в различных игровых ситуациях. Кроме того, занятие направлено на развитие прыгучести, что важно для успешного выполнения бросков и других игровых действий в баскетболе. | |
| Условия для проведения занятия: аудитории, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем, наличие методических разработок по дисциплине | |
| Самостоятельная работа обучающегося<br>Отработка техники бросков: учащиеся должны самостоятельно практиковать различные виды бросков одной рукой на разных дистанциях, используя видеоролики или тренировки с партнёрами.<br><br>Разработка комплекса упражнений для развития прыгучести: студенты могут разработать комплекс упражнений для улучшения прыгучести, таких как плиометрические упражнения, прыжки вверх и другие силовые упражнения для укрепления мышц ног. | |
| Методы контроля полученных знаний и навыков:<br>Учебные игры: организация учебных игр, в которых учащиеся могут применять на практике изученные навыки и технику бросков в реальных игровых ситуациях. | |
| Рекомендованная литература:<br>1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 336 с. – ISBN 978-5-4468-7232-5. – Текст : непосредственный.<br>2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-534-04492-8. – Текст : непосредственный.<br>3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под редакцией Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 520 с. – ISBN 978-5-4468-7772-6. – Текст : непосредственный | |

## 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ТЕКУЩЕГО И ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

Таблица 3. Методические указания к проведению текущего и промежуточного контроля по дисциплине Б1. В.ДВ.06.03 Баскетбол

| Вид контроля | Форма контроля |
|---|---|
| Текущий контроль | - проверка и оценка выполнения заданий на практических занятиях;<br>- проверка и оценка выполнения самостоятельных и контрольных заданий на практических занятиях;<br>- проверка «Дневника самоконтроля». |
| Промежуточный контроль | проводится в форме тестирования |

## 5 ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

5.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

5.2. Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

5.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины (модуля) доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

5.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

## 6. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Состав научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности 31.05.01 Лечебное дело и размещен на сайте образовательной организации.