ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1060A5DD076C1D70B8BBAD48EDF7B4FB
Владелец: ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА"
Действителен: с 18.04.2024 до 12.07.2025

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Исторический факультет

Кафедра всеобщей истории

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29» мая 2024 г., протокол № 8

Рабочая программа дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки
История; обществознание

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная / заочная

Год начала подготовки –2023
(по учебному плану)

Карачаевск, 2024

Составитель: ст.преп. Катаев К.А.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 №126, образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилямиподготовки), профиль – История; обществознание; локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физического воспитания и общественного здоровья на 2024-2025 учебный год, протокол № 10 от 07.06.2024г.

Заведующий кафедрой _____Каракотов А.К.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля) 4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы 5
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 5
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся 6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий 7
5.1 разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий 7
(в академических часах) 7
5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий 11
5.2. Примерная тематика курсовых работ 11
6. Образовательные технологии 11
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) 13
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций 13
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы 14
7.2.1. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров 21
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) 22
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) 23
9.1 Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям 27
9.2 Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям 27
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем 29
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) 29
12. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья 31

1. Наименование дисциплины (модуля)

Элективные курсы по физической культуре «Баскетбол»

Целью освоения дисциплины Элективные дисциплины по физической культуре «Баскетобл» студентов вузов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Для достижения цели ставятся задачи:

− понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

− знание научно - биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

− формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

− обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; воспитание положительных нравственных и волевых качеств личности (смелости, товарищества, взаимопомощи, гуманности, самоутверждения, ответственности и т.д.);

− приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей, для работы с группой;

− понимание студентами значимости качественных спортивно-оздоровительных услуг для организации полноценного досуга ;

− воспитание волевых качеств личности (настойчивость в достижении целей, стрессоустойчивость, честность и порядочность, коммуникативность и т.д.);

− воспитание эстетических качеств (гармонически развитое тело человека и егодвижения).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

о профессиональных заболеваний и вредных привычек; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

Уметь:

выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

Владеть:

приобретенными знаниями и умениями в практической деятельности и повседневной жизни; средства и методы повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;

подготовки к профессиональной деятельности и в службе в Вооруженных силах Российской Федерации; организации и проведения индивидуального, коллективного семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре «Баскетбол» Б1.В.01 относится к вариативной части Б1.
Дисциплина (модуль) изучается на 1-3 курсах в 2-6 семестре.
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» - учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки в течение всего периода обучения. Свои образовательные и развивающие функции «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Баскетбол» наиболее полно осуществляют в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные обще дидактические принципы сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности. Программа курса ориентирована на теоретическую, методическую и практическую подготовку в области физической культуры и спорта, а также на психофизическую подготовку к будущей профессиональной деятельности. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается особый порядок освоения дисциплин по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья.
Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: учебный курс логически связан с теоретическими основами истории физической культуры, биологии и безопасности жизнедеятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «История Северного Кавказа (до XX века)» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения в соответствии с установленными индикаторами
УК- 7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Выбирает проверенные и эффективные технологии и практики для поддержания здорового образа жизни с учетом задач и условий реализации профессиональной деятельности УК-7.2. Планирует свое личное и рабочее время с учетом необходимости поддерживать физическую активность УК-7.3. Поддерживает уровень физической подготовленности,	**Знать:** виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни **Уметь:** применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического

		необходимый для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни **Владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 5 ЗЕТ, 328 академических часов.

Объём дисциплины	**Всего часов**	
	для очной формы обучения	**для заочной формы обучения**
Общая трудоемкость дисциплины	328	
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* **(всего)**		
Аудиторная работа (всего): в том числе:	328	
лекции		
семинары, практические занятия	180	
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	Не предусмотрено	
Внеаудиторная работа:		
курсовые работы		
консультация перед экзаменом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	148	
Контроль самостоятельной работы		
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	зачет	

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1 разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

ДЛЯ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Курс/ семестр	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
			всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
				Лек	Пр.	Лаб			
2 семестр									
1.	**1/2**	**Техника игрыБаскетбол. Классификация.** Игра состоит из естественных движений (ходьбы, бега, прыжков), специфических двигательных действий без мяча (остановок, поворотов, передвижений переставными шагами, финтов и т.д.), и с мячом (ловли передач, ведения, бросков). Противоборство, целью которой является попадание мячом в корзину соперника и защита своей, вызывает проявление всех жизненно важных для человека физических качеств: скоростных, скоростно- силовых и координационных особенностей, гибкости и выносливости. В работу вовлекаются все функциональные системы организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижения спортивного результата требуют от играющих целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себя, чувство коллективизма.	**36**		**18**		18	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
2.	**1/2**	**Техника владениямячом** Ловля мяча на месте и в движении, на уровнегруди, высоко и низко летящего мяча, катящегося мяча; ловля мяча одной рукой. Передача мяча на месте и в движении двумя руками: от груди, сверху, снизу, одной рукой: от плеча, сверху, снизу, скрытые передачи. Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении, вперед. назад, в сторону: с изменением скорости, направления, высоты от броска, ритма, с поворотами, с переводами за спиной, под ногами. Броски: двумя руками: от груди, снизу, сверху, одной рукой от плеча, снизу, сверху, сбоку(крюком) на	**36**		**18**		18	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты

		месте и в движении, в прыжке после ведения, после поворотов, добивание мяча. Штрафные броски. Заслоны для броска, дляпрохода, для ухода. Техника перемещений: защитная стойка, перемещение обычными и приставными шагами, спиной вперед, в разных направлениях, противодействия и овладения мячом; вырывание, выбивание, накрывание, перехваты							
		Итого по 2 семестру:	**72**		**36**		36		
3 семестр									
3.	**2/3**	**Тактика игры внападении и защите** Нападение - основная функция команды в процессе игры. Тактика нападения многообразна. Чем шире арсенал тактических знаний, умений и навыков отдельных игроков и команды, тем лучше результат. Индивидуальные действия, действия игрока без мяча, действия игрока с мячом, групповые действия, взаимодействие двух, трех и более игроков, командные действия, позиционное нападение, специальное нападение. Тактика игры в защите: действия защитника против нападающего без мяча, опека игрока без защиты, блокирование нападающего, действия игрока против нападающего владеющего мячом, взаимодействия двух, трех и более игроков.	**36**		**18**		18	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
4.	**2/3**	**Командно- индивидуальныедействия** Командные действия: системы нападения - быстрый прорыв, варианты позиционного нападения, нападение с центровым, системой заслонов; Индивидуальные действия:, выбор места и передвижения защитников, против игрокас мячом и без мяча; взаимодействия двух, трех и более игроков: подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча, игра в численном меньшинстве; перехваты мяча, борьба за отскочивший от щита мяч. Командные действия системы защиты - личная, зонная, прессинг и их основные варианты; учебно- тренировочные двусторонние игры. Индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча:, выбор места, выход на свободное место, заслоны; групповые действия двух, трех и более игроков при численном перевесе 2:1,3:2.	**36**		**18**		18	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
		Итого по 2 семестру:	**36**		**36**		36		
4 семестр									
5.	**2/4**	**Стратегия и тактика игры** Стратегия и тактика игры строятся на взаимодействии всех игроков и	**36**		**18**		18	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты

		команды. Стремительное нападение, быстрый прорыв,позиционное нападение, пофазное выполнение групповых взаимодействий, медленное и быстроеманеврирование всех игроков, воспроизведениекомбинаций в целом, поочередное выполнениекомбинаций, нападение против зонной системы защиты и личного прессинга.							
6.	**2/4**	**Развитие двигательныхкачеств** Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные, релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости, координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Развитие двигательных качеств, методики определения объема и интенсивности двигательной активности человека. Развитие двигательных качеств, антропометрические измерения, тестирование физического развития.Диагностика	**36**		**18**		18	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
		Итого по 4 семестру:	**72**		**36**		36		
				5 семестр					
7.	**3/5**	**Совершенствование техники игры** Броски в кольцо, ведение мяча и передача мяча индивидуально и в парах, встречная передача мяча в движении, перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками, остановка, после ведения мяча, дистанционные броски, ведения мяча левой, правой рукой в движенииВперед, назад, в сторону; броски двумя руками отгруди снизу, сверху. Техника стоек, ловля мяча.	**30**		**18**		12	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
8.	**3/5**	**Развитие двигательныхкачеств** Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные, релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости,	**28**		**18**		10	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты

		координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока							
		Итого по 5 семестру:	**58**		**36**		22		
5 семестр									
9.	**3/6**	**Усвоение двигательныхкачеств** Упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, составлениеоздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, реабилитационные,релаксационные упражнения, направленные на развитие гибкости, координации, быстроты, общей и специальной выносливости, развитие двигательных качеств, комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности, упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока.	**26**		**18**		8	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
10.	**3/6**	**Физическая подготовка** Упражнения для развития силы, быстроты и 10 координации движений, силовой и скоростной выносливости, прыгучести; упражнения с преодолением собственного веса тела, веса тела партнера, сопротивления партнера; упражнения с набивными мячами, на гимнастической скамейке, стенке.; ускорения на короткие дистанции от 5 до 20 м из разных стартовых положений по звуковым и зрительным сигналам.; прыжки толчком одной и двумя ногами, в том числе с использованием гимнастической скамейки иподкидной доски; с разбега с доставанием различных предметов, касанием щита, корзины и т.д.; упражнения со скакалкой; акробатические упражнения, жонглирование мячом, стретчинг.	**28**		**18**		10	**УК-7;**	Наблюдение, двигательные тесты
		Итого по 6семестру:	**54**		**36**		18		
		ИТОГО по курсу	**328**		**180**		148		

ДЛЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Обучение по заочной форме в рамках данного направления подготовки отсутствует.

5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.2. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

-задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5…. 10 ошибок);

-ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

-назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивания			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-7					
	знать:	**не знает**	**в целом знает**	**знает**	
Базовый	принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации.	принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации.	принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации.	принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации	
	уметь:	**не умеет**	**в целом умеет**	**умеет**	
	применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; Грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки.	применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки.	применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки.	применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки.	
	владеть:	**не владеет**	**в целом владеет**	**владеет**	
Повышенный	**Владеть:** Практическими навыками поиска, анализа и синтеза информации.	Не владеет практическими навыками поиска, анализа и синтеза информации.	В целом владеет практическими навыками поиска, анализа и синтеза информации.	Владеет практическими навыками поиска, анализа и синтеза информации	
	Знать: Принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации Принципы и методы системного подхода				В полном объеме знает принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации Принципы и методы системного подхода
	Уметь: применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки. Отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях				Умеет в полном объеме применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки. Отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в

	других участников деятельности; применять принципы и методы системного подхода для решения поставленных задач.				рассуждениях других участников деятельности; применять принципы и методы системного подхода для решения поставленных задач.
	Владеть: Практическими навыками выбора оптимальных способов решения задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.				В полном объеме владеет практическими навыками поиска, анализа и синтеза информации. Практическими навыками выбора оптимальных способов решения задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Задания для промежуточного контроля по дисциплине:

Практическая работа №1
Техника игры в баскетбол. Классификация. Задания:
1) Техническая подготовка обучения игры в баскетбол.
2) Классификацию техники игры в баскетбол.
3) Основные приемы техники игры в баскетбол.
4) Техника передвижения: стойки, ходьба, бег, прыжки.
5) Техника противодействия и овладения мячом: выбивание, отбивание, перехват. 6)Техника владения мячом: ловля, передача, броски, ведение.
7) Техника игры: способы, разновидности, условия выполнения.

Практическая работа №2 Техника владения мячом Задания:
1) Основные приемы техники владения мячом.
2) Техника перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками.
3) Техника ведения мяча левой, правой рукой на месте и в движении.
4) Техника бросков двумя руками от груди снизу, сверху. Двухсторонняя игра. 5)Техника стоек: стойка баскетболиста в нападении.
6) Техника стоек: стойка баскетболиста в защите. 7)Техника бросков в корзину.

Практическая работа №3

Тактика игры в нападении и защите Задания:
1) Тактика игры в нападении, индивидуальные действия.
2) Тактика игры в нападении, групповые действия.
3) Тактика игры в нападении, командные действия.
4) Техника и тактика в двухсторонней игре.
5) Командные действия: система защиты - личная, зонная, прессинг 6)Блок упражнений для обучения игровых приемов техники защиты.
7) Блок упражнений для обучения игровых приемов техники нападении.

Практическая работа №4
Командно- индивидуальные действия Задания:
1) Командные действия.
2) Групповые действия. 3)Индивидуальные действия.
4) Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении.
5)Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите.
6) Индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.
7) Групповые действия: двух, трех и более игроков. Двухсторонняя игра.
8) Командные действия: система нападения - быстрый прорыв. Двухсторонняя игра.
9) Индивидуальные действия: выбор места и передвижение с мячом и без мяча.
10) Учебно-тренировочная двухсторонняя игра. Эстафеты.

Практическая работа №5
Стратегия и тактика игры Задания:
1) Индивидуальные тактические действия в нападении.
2) Индивидуальные тактические действия в защите.
3) Тактические действия защитника, против нападающего владеющего мячом. 4)Тактика личной системы защиты.
5)Тактика зонной системы защиты. 6)Тактика лично- командной защиты.
7) Действия игрока с мячом и без мяча в нападении.
8) Учебно- тренировочная двухсторонняя игра. Эстафеты. Подвижные игры.

Практическая работа №6
Развитие двигательных качеств Задания:
1) Развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости, прыгучести, координации.
2) Развитие двигательных качеств. Верхний плечевой пояс. Нижней части тела. 3)Составление комплексов упражнений в тренажерном зале.
4) Развитие двигательных качеств, определение объема и интенсивности двигательной активности игрока. Двухсторонняя игра.
5) Развитие двигательных качеств, оценка функционального состояния сердечно – сосудистой и дыхательной систем игрока. Кардиотренажеры.
6) Развитие двигательных качеств, общая физическая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты.
7) Развитие двигательных качеств, упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.

Практическая работа №7
Совершенствование техники игры Здания:
1) Совершенствование техники бросков в кольцо со штрафной линии.
2) Совершенствование техники ведения мяча и передачи мяча индивидуально и в парах.
3) Совершенствование техники перемещения баскетболиста, передача мяча одной, двумя руками.
4) Совершенствование техники ведения мяча левой, правой рукой в движении вперед, назад, в сторону.
5) Совершенствование техники бросков двумя руками от груди снизу, сверху.

6) Развитие и совершенствование принципов технико- тактических действий команды в нападении и защите. Двухсторонняя игра.

Практическая работа №8
Развитие двигательных качеств Задания:
1) Упражнения для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Двухсторонняя игра.
2) Развитие двигательных качеств, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале.
3) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп. Тренажерный зал.
4) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие координации. Двухсторонняя игра.
5) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие быстроты. Двухсторонняя игра.
6) Развитие двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом. Двухсторонняя игра.

Практическая работа №9
Усвоение двигательных качеств Задания:
1) Усвоение двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости, прыгучести, координации.
2) Усвоение двигательных качеств. Верхний плечевой пояс. Нижней части тела.
3) Составление комплексов упражнений в тренажерном зале.
4) Усвоение двигательных качеств, определение объема и интенсивности двигательной активности игрока. Двухсторонняя игра.
5) Усвоение двигательных качеств, общая физическая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты.
6) Усвоение для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Двухсторонняя игра.
7) Усвоение двигательных качеств, упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.
8) Усвоение двигательных качеств, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале.
9) Усвоение двигательных качеств, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, координации, быстроты, выносливости.
10) Усвоение двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом. Двухсторонняя игра.

Практическая работа №10
Физическая подготовка Задания:
1) Развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом.
2) Самотестирование физического и психоэмоционального состояний после интенсивной нагрузки.
3) Антропометрические измерения, тестирование физического развития занимающегося.
4) Демонстрация и разучивание самостоятельно подготовленных комплексов ОРУ.
5) Реабилитационные, релаксационные упражнения, комплексы упражнений, направленных на развитие гибкости **.**
6) Комплексы упражнений, направленных на развитие координации, выносливости, силы.
7) Комплексов упражнений профессионально – прикладной направленности.

Практическая работа №11
Закрепление двигательных качеств Задание:
1) Закрепление двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости, прыгучести, координации.
2) Закрепление двигательных качеств. Верхний плечевой пояс. Нижней части тела.
3) Закрепление комплексов упражнений в тренажерном зале.
4) Закрепление двигательных качеств, определение объема и интенсивности двигательной активности игрока. Двухсторонняя игра.
5) Закрепление двигательных качеств, общая физическая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты.
6) Закрепление для развития психофизиологических профессионально значимых качеств, умений и навыков игрока. Двухсторонняя игра.
7) Закрепление двигательных качеств, упражнения, направленные на индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча. Двухсторонняя игра.
8) Закрепление двигательных качеств, составление оздоровительных комплексов и упражнений в тренажерном зале.
9) Закрепление двигательных качеств, комплексы упражнений, направленные на развитие силы различных мышечных групп, координации, быстроты, выносливости.
10) Закрепление двигательных качеств, комплексы упражнений, направленных на развитие общей и специальной выносливости, приемы оказания доврачебной помощи при занятиях спортом. Двухсторонняя игра.

Примерные вопросы для устного опроса

1. Возникновение и развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Эволюция правил игры в баскетболе.
3. Классификация техники игры в баскетбол.
4. Классификация тактики игры баскетбол.
5. Физическая подготовка в баскетболе.
6. Развитие физических качеств, специфичных для игры в баскетбол.
7. Специальная физическая подготовка в баскетболе.
8. Техническая подготовка в баскетболе.
9. Тактическая подготовка в баскетболе.
10. Теоретическая, психологическая, интегральная подготовка в баскетболе.
11. Средства и методы воспитания общей выносливости баскетболистов.
12. Средства и методы воспитания быстроты в баскетболе.
13. Средства и методы воспитание скоростно-силовых качеств баскетболиста.
14. Средства и методы воспитание ловкости в баскетболе.
15. Методика обучения технике игры в защите (на примере баскетбола).
16. Материально-техническое и информационное обеспечение занятий баскетболом.
17. Составление положения о соревнованиях по баскетболу в общеобразовательной школе.
18. Урок баскетбола в общеобразовательной школе.
19. Терминология и жестикуляция в баскетболе.
20. Механика и методика судейства в баскетболе.

Контрольные вопросы

1. Каковы размеры баскетбольной площадки?
2. Сколько длится перерыв между 2 и 3 периодами игры?
3. Кто из членов команды имеет право просить тайм-аут?
4. Сколько шагов может сделать игрок с мячом в руках?
5. За какое время команда должна перевести мяч из тыловой зоны в передовую?
6. За сколько неспортивных фолов игрок удаляется с площадки?
7. Сколько замен может произвести команда за период?
8. За какое время игрок должен выполнить штрафной бросок после того, как судья передал
9. мяч в его распоряжение?

10. Как в протоколе обозначается технический фол игрока?
11. Сколько длится дополнительный период?
12. За какое время до начала матча должен быть подготовлен протокол игры?
13. Можно ли играть с цепочкой на шее?
14. После какого командного фола соперник будет пробивать штрафные броски, за каждый
15. последующий фол?
16. Сколько времени дается игроку, чтобы ввести мяч в игру из-за пределов площадки?
17. Можно ли в баскетболе отбивать мяч кулаком?
18. Нарисуйте или опишите жесты судей в баскетболе: пробежка, три секунды, неспортивный
19. фол, окончание игрового времени, замена, технический фол.
20. Высота кольца в баскетболе составляет...
21. Какое максимальное количество игроков в составе одной команды может быть внесено в
22. протокол игры?
23. Сколько может быть дополнительных периодов в игре?
24. За сколько минут до начала матча тренер команды должен подписать протокол?
25. Сколько игроков может располагаться вдоль линий, ограничивающих трехсекундную зону,
26. во время пробития штрафных бросков, не считая игрока, выполняющего штрафные броски?
27. Как в протоколе обозначается реализованный двухчасовой бросок?
28. В течение какого времени должен передать мяч плотноопекаемый игрок?
29. Где должен находиться дисквалифицированный игрок?
30. Можно ли игроку с мячом в руках перекатываться по площадке?
31. За сколько фолов игрок удаляется с площадки?
32. Должны ли игроки заправлять майки в шорты?
33. Какой буквой в протоколе обозначается неспортивный фол?
34. Сколько минут длится один период в игре?
35. Сколько тайм-аутов предоставляется одной команде во второй половине игры (в 3 и 4
36. периодах)?
37. Можно ли игроку при выбрасывании мяча из-за пределов площадки наступать на
38. ограничивающую линию?
39. Нарисуйте или опишите жесты судей в баскетболе: пять секунд, замена, персональный фол
40. игрока, неспортивный фол, неправильное ведение мяча, технический фол тренеру.

Критерии оценки устного ответа на вопросы

✓ 30 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 20 - баллов - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 10 баллов – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 0 – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

Контрольные тесты определения уровня физическойподготовленности

I курс Девушки

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
	Силовая подготовка: поднимание туловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
	Выносливость: бег 2000 м. (мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5
	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Юноши

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
	Выносливость: бег 3000 м. (мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0
	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

II курс Девушки

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
2.	Силовая подготовка: подниманиетуловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
3.	Выносливость: бег 2000 м.(мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5
5.	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
6.	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Юноши

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
2.	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
3.	Выносливость: бег 3000 м.(мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0
5.	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
6.	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

III курс Девушки

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
. 1	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
2	Силовая подготовка: поднимание туловища, руки за головой, ногизакреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
3	Выносливость: бег 2000 м. (мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
. 4	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки(см.)	25	20	15	10	5

Юноши

№	Тесты	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
2	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
3	Выносливость: бег 3000 м. (мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
. 4	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0

Контрольные задания по дисциплине

№ п.п.	Баскетбол	Баллы			
		11	9	6	4
1.	Игровые броски:				
	6 попаданий из 10	+			
	5 попаданий из 10		+		
	4 попаданий из 10			+	

	3 и менее попаданий из 10				+
2.	Броски с 10 точек расположенных 4,5-5 м. от корзины (Даются 2 попытки, засчитывается лучший результат):				
	6 попаданий	+			
	5 попаданий		+		
	4 попаданий			+	
	3 и менее попаданий				+
3.	Ведение и броски в движении:				
	Ведение и броски в движении. Ведение правой от точки пересечения линии, ограничивающей штрафную площадку с лицевой линией правой рукой, обводка штрафной площадки по дуге, вход в штрафную площадку между 1-ым и 2-ым усами, бросок в движении правой рукой. Подобрать мяч, ведение левой рукой в обратном направлении,вход в штрафную площадку между 1-ым и 2-ым усами, бросоклевой рукой. Все повторить, чтобы в сумме было выполнено 10 бросков (5 правой и 5 левой). Броски повторяются до попадания.Выполнено				
	за 10"	+			
	за 13"		+		
	за 16"			+	
	более 18"				+

7.2.1. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров и магистров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная учебная литература

1. Физическая культура: учебник для вузов. Гриф Московского педагогического гос. Университета / А.Б. Муллер. - М.: Юрайт, 2013. - 424 с.
2. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении: учеб. пособие для студентов МГУУ Правительства Москвы всех направлений подготовки (степень бакалавр) / под ред. В.А. Баранова. - М.: МГУУ ПМ, 2014. - 140с.
3. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
4. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник / А.А. Бишаева. - М.: Академия, 2018. - 256 с.
5. Олимпийский спорт и олимпийское движение [Текст]: учебное пособие для студентов МГУУ Правительства Москвы всех направлений подготовки (степень "бакалавр") / А. В. Николаев [и др.]. - М.: МГУУ ПМ, 2013-152 с.
6. Евсеев Ю. И. Физическая культура [Текст]: учебное пособие. Гриф МО РФ. Соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту (третьего поколения) / Ю.И. Евсеев. - 8-е изд., испр. - Ростов н/Д: Феникс, 2012. - 445 с.

б) дополнительная учебная литература

1. Баскетбол: Учебник для ВУЗов физической культуры под ред. Ю.М. Портнова. М.: Астра семь, 2000 http://basketlessons.net/
2. Вуден Д. Современный баскетбол. М: Физкультура и спорт, 1987
3. Гомельский А. Управление командой в баскетболе; изд-е 2-е доп., М.: Физкультура и спорт, 1989
4. Гомельский А.Я. Тактика в баскетболе. М.: Физкультура и спорт,1990.
5. Давыдов М.А. Судейство в баскетболе. М.: Физкультура и спорт, 1983
6. Дулин А.Л. Баскетбол в школе: Ижевск: Изд-во Удмуртский университет, 1996, 399с.
7. Спортивные игры: Пособие для тренеров/Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. М.:
8. Академия, 2001, 519с. http://www.twirpx.com/file/134430/
9. Юный баскетболист: Пособие для тренеров/Под ред. Е.Р. Яхонтова. М.: ФиС, 1987
10. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения. – М.: ФиС, 1999 – 136с.
11. Чернова Е.А., Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами в системе подготовки баскетбола.
12. Методическое пособие для тренеров ДЮСШ по баскетболу, а так же специалистов в области ФКЛС. М.: 2003, 102с.
13. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений. Пер. с польск. – М.: ФиС, 1998 – 412с.
14. Терминология спорта. Толковый словарь спортивных терминов. – М.: СпортАкадемПресс, 2001 – 480с.
15. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для вузов рек. УМО вузов России / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин [и др.] ; под ред.: Ю. Д.
16. Железняка, Ю. М. Портнова. - М. : Академия, 2004
17. Совершенствование бросков в баскетболе : учеб.-метод. пособие / А. М. Пушкарева, ФГБОУ ВПО "Удмуртский государственный университет", Кафедра физического воспитания. -
18. Ижевск : Удмурт. ун-т, 2011 - 33 с. : ил. - Библиогр.: с. 32-33. - + Электрон. ресурс. - Лицензионный договор № 356ис от 09.12.2011 (Интернет: без ограничений). – Режим доступа: http://elibrary.udsu.ru/xmlui/handle/123456789/8191.

в) Электронные ресурсы

1. **ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»** [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн- энциклопедии, словари] : сайт. – URL:http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.
2. **ЭБС издательства «Лань»** [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств] : сайт. – URL: http://e.lanbook.com.
3. **ЭБС «Юрайт»** [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB.

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросов, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание понятийному аппарату дисциплины и

	др.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом источника и др. Прослушивание аудио-, просмотр видеозаписей по заданной теме и др. Готовиться к практическим занятиям необходимо в определенной последовательности. Прежде всего, следует ознакомиться с темой, планом занятия, просмотреть список источников и литературы. Особо студентам следует обратить внимание на те вопросы плана, которые не освещались в лекции преподавателя. По таким вопросам желательно изучить всю предложенную литературу, так как она излагает разные точки зрения на ту или иную проблему. Это, в свою очередь, позволит студентам более эффективно подготовиться к выполнению заданий, предназначенных для самостоятельной работы. К тому же глубокий анализ источников и литературы, вкупе с осмыслением исторических явлений, помогает подготовить рефераты по указанным темам. Сложность работы с литературой иногда заключается в том, что, порой, встречаются диаметрально противоположные точки зрения на те или иные события или явления. Это, безусловно, несколько затрудняет работу студента с литературой и усиливает роль аналитическо-творческого подхода к ней. К тому же при изучении вопросов всего курса целесообразно и необходимо использовать в качестве источников материалы периодической печати и других средств массовой информации. Прежде чем приступить к изучению документов и литературы необходимо выделить из списка документальные источники, воспоминания, монографические издания, а затем журнальные и газетные статьи. После изучения учебников и учебных пособий первым этапом подготовки к практическим занятиям является ознакомление с документами. Следующий этап подготовки – ознакомление с монографиями и статьями. Важна работами с разными типами литературы и источников, их сопоставление и анализ. Особое внимание следует обращать на специализированные журналы по соответствующему направлению подготовки, где публикуются новейшие исследования по изучаемым проблемам.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, с отечественными и зарубежными источниками, конспектами основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими для конкретной темы. Составление аннотаций к прочитанным литературе, источникам и др.
доклад	Цель доклада – самостоятельное овладение методикой и навыками работы с источниками и литературой, приобретение умения научно и логично обосновывать свои выводы. Кроме того, написание доклада – одна из ступеней подготовки студента к будущей работе над курсовой, а затем и над выпускной квалификационной работой.Работу над докладом следует начать с подбора литературы и источников по изучаемому вопросу. Вначале необходимо ознакомиться с учебниками и учебными пособиями, затем перейти к изучению источниковой базы, монографической литературы, научных статей. При этом важно обратить внимание на время, условия, цели появления монографии или статьи, разобраться в их методологии, источниковедческой базе, понять аргументацию основных положений авторов. В процессе работы с источниками важно подвергнуть их анализу в целом, а не рассматривать только отдельные стороны, касающиеся изучаемого вопроса, и только затем использовать для определенных выводов. Дальнейшая работа студента связана с составлением плана изложения обозначенной темы, в котором рекомендуется иметь следующие разделы: введение, основная часть, заключение, список использованных источников и литературы. Во введении следует четко изложить исследовательские задачи, дать краткий обзор литературы. В основной части доклада, разделенной на параграфы, излагается содержание материала и проводится его анализ. Как правило, параграфы заканчиваются краткими

	выводами по рассмотренному в них вопросу или его части. В заключение работы необходимо сделать развернутые, обобщающие выводы по всем аспектам исследованной темы, аргументируя при этом свою точку зрения. В конце доклада обязательно приводится список источников и литературы. При оформлении списков источников, литературы и цитат следует придерживаться принятых правил. Приводимые в тексте цитаты заключаются в кавычки, к ним даются сноски с указанием фамилии и инициалов автора, названия книги, места и года издания, страницы. Если цитата взята из статьи, то указываются фамилия и инициалы автора, название статьи, название сборника (журнала, газеты) и выходные данные (для сборника – место, год издания, для журнала – год, число, месяц). При пользовании материалами, размещенными в сети Интернет, также необходимо делать ссылки с указанием конкретного сайта, послужившего источником информации. Кроме того, следует обращать внимание на то, что при оформлении доклада важно аккуратно и грамотно набирать текст и нумеровать листы.
Реферат/курсовая работа	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Перед написанием реферата необходимо ознакомиться с его структурой и правилами оформления. Последние практически идентичны оформлению докладов (см. выше). Курсовая работа предполагает изучение научной, учебной, нормативной и другой литературы. Отбор необходимого материала; формирование выводов и разработка конкретных рекомендаций по решению поставленной цели и задачи; проведение практических исследований по данной теме. Использование методических рекомендаций по выполнению и оформлению курсовых работ
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к экзамену (зачету)	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Самостоятельная работа студентов предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- подготовка рефератов и докладов к практическим занятиям;
- выполнение исследовательских проектов;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к зачету/экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников - ориентировать магистранта в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оценивается активность студентов на практических занятиях, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, исследовательских проектов и презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится зачет или экзамен по предложенным вопросам и заданиям. (По условиям бально–рейтинговой системы, задействованной в вузе, зачет может быть выставлен по итогам работы студента в семестре по совокупности набранных баллов).

Вопросы, выносимые на зачет/экзамен, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету/экзамену. В случае, если дисциплина заканчивается экзаменом, он выступает формой проверки качества всего процесса учебной деятельности студента.

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенным вопросам, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенных на зачете/экзамене вопросов обучающемуся предлагается повторная сдача в установленном порядке.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;

2) все рассматриваемые на практических занятиях темы обязательно конспектировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;

3) обязательно выполнять все домашние задания;

4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту;

5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

9.1 Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям

Лекция - ведущая форма организации учебного процесса в вузе. Умение работать на них - насущная необходимость студента. Принято выделять три этапа этой работы. Первый - предварительная подготовка к восприятию, в которую входит просмотр записей предыдущей лекции, ознакомление с соответствующим разделом программы и предварительный просмотр учебника по теме предстоящей лекции, создание целевой установки на прослушивание.

Второй - прослушивание и запись, предполагающие внимательное слушание, анализ излагаемого, выделение главного, соотношение с ранее изученным материалом и личным опытом, краткую запись, уточнение непонятного или противоречиво изложенного материала путем вопросов лектору. Запись следует делать либо на отдельных пронумерованных листах, либо в тетради. Обязательно надо оставлять поля для методических пометок, дополнений. Пункты планов, формулировки правил, понятий следует выделять из общего текста. Целесообразно пользоваться системой сокращений наиболее часто употребляемых терминов, а также использовать цветовую разметку записанного при помощи, например, фломастеров.

Третий - доработка лекции: перечитывание и правка записей, параллельное изучение учебника, дополнение выписками из рекомендованной литературы.

9.2 Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» разрабатывается учебным заведением самостоятельно, а именно: преподавателем физической культурой, на основе примерной программы. Общий объем учебных часов на учебную дисциплину «Физическая культура» зависит от числа учебных недель, предусмотренных учебным планом конкретной профессии или специальности. На основании данных о состоянии здоровья студенты распределяются для занятий физической культурой на медицинские группы: основную, подготовительную, специальную. Студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам, занимаются физической культурой вместе. Для юношей и девушек, отнесенных к подготовительной группе, исключается выполнение учебных нормативов в противопоказанных им видах физических упражнений. Для студентов отнесенных к специальной медицинской группе, занятия проводят по специальным учебным программам.

Структура рабочей программы предполагает освоения в первый год обучения раздела Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков, который обязателен для изучения и в котором предусматривается изучение тем:

- Физическое состояние человека и контроль за его уровнем;
- Основы физической подготовки;
- Эффективные и экономичные способы овладения жизненно важными умениями и навыками.
- Способы формирования профессионально значимых физических качеств, двигательных умений и навыков

Необходимый теоретический материал излагается на каждом занятии в форме бесед и рекомендаций.

Во второй год обучения планируется формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры: изучение социально-биологических основ физической культуры и здорового образа жизни развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств обучающихся, профессионально-прикладная физическая подготовка; освоение специальных двигательных умений и навыков. Третий и четвертый год обучения предусматривают совершенствование полученных ранее навыков и умений и активное участие студентов в качестве организаторов и руководителей спортивно-оздоровительных мероприятий.

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» образовательного учреждения должна быть составлена с учётом материально-технических условий, учебно-методического,

информационного и кадрового обеспечения, имеющихся в образовательном учреждении, и использовать различные средства и методы физической культуры и спорта, виды спорта с целью формирования общих и профессиональных компетенций обучающихся. Практический раздел программы реализуется на практических занятиях в учебных группах.

Практические занятия предусматривают освоение и творческое воспроизведение студентами основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов. В качестве форм методико-практической подготовки могут использоваться ролевые игры, тренинг, тематические задания для самостоятельного выполнения и др.

Занятия базируются на широком использовании теоретических знаний и методических умений, применении разнообразных средств физической культуры и спорта для совершенствования спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки студентов для приобретения индивидуального и коллективного практического опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Одной из задач преподавателя, ведущего занятия по дисциплине «Физическая культура», является выработка у студентов осознания важности, необходимости и полезности знаний и умений дисциплины для дальнейшей жизни и работы по избранной специальности (профессии). Методическая модель преподавания дисциплины основана на применении активных методов обучения.

Принципами организации учебного процесса являются:

- объединение нескольких методов в целях повышения эффективности процесса обучения;
- активное участие студентов в учебном процессе;
- приведение примеров применения изучаемого материала к реальным практическим ситуациям.

С целью более эффективного усвоения студентами материала данной дисциплины рекомендуется при проведении практических занятий использовать наглядные пособия и технические средства обучения.

Контрольное тестирование включает в себя проверку овладения жизненно важными умениями и навыками и уровня развития физических качеств. Критерием оценки успешности освоения учебного материала выступает экспертная оценка преподавателя и оценка результатов соответствующих тестов, результаты которых рассматриваются с учетом динамики контролируемых показателей.

Примерное распределение часов на освоение основных разделов и тем учебной дисциплины «Физическая культура» приведены в рабочих программах.

Примерные контрольные нормативы по проверке овладения жизненно важными умениями и навыками приведены в таблице 1. Требования к физической подготовленности граждан, поступающих на военную службу по контракту, приведены в таблице 2.

Таблица 1

Примерные контрольные нормативы по проверке овладения студентами жизненно важными умениями и навыками

Мужчины

Тесты	Оценка				
	5	4	3	2	1
Бег 100 м (сек)	13.2	13.8	14,4	14.3	14.6
Бег 3000 м (мин, сек)	12.00	12.35	13.10	13.50	14.00
Прыжок в длину с места (см)	250	460	435	223	215
Прыжок в длину с разбега	480	460	435	410	390

В висе понимание ног до касания 1ерекладины (кол-во раз)	10	7	5	3	2
Приседание за 1 минуту (кол-во раз)	60	55	50	45	40
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	35	30	20	19	18
Подтягивание (кол-во)	15	12	9	7	5

Женщины

Тесты	Оценка				
	5	4	3	2	1
Бег 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18.7
Бег 2000 м (мин, сек)	10.15	10.50	11.15	11.50	18.7
Прыжок в длину с места (см)	190	180	168	160	150
Прыжок в длину с разбега	365	350	325	300	280
Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см)	20	16	10	6	4
Приседание за 1 минуту (кол-во раз)	50	45	40	35	30
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	25	20	16	10	8
Поднимание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (за 1 м.)	60	50	40	30	2

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2023/2024 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 915 ЭБС от 12.05.2023г.	до 15.05.2024г.
2023/2024 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № СЭБ НВ-294 от 1 декабря 2020 года.	Бессрочный
2023/2024 учебный год	Электронная библиотека КЧГУ (Э.Б.).Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г.Протокол № 1). Электронный адрес: https: kchgu.ru/biblioteka - kchgu/	Бессрочный

2023/2024 Учебный год	Электронно-библиотечные системы: Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - https://www.elibrary.ru. Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014 г. Бесплатно. Национальная электронная библиотека (НЭБ) – https://rusneb.ru. Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г.Бесплатно. . Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» – https://polpred.com. Соглашение. Бесплатно.	Бессрочно

Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. ABBY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
2. Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
3. GNU Image Manipulation Program (GIMP) (лицензия: №GNU GPLv3), бессрочная.
4. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
5. Kaspersky Endpoint Security (Договор №56/2023 от 25 января 2023г.). Действует до 03.03.2025г.
6. Microsoft Office (лицензия №60127446), бессрочная.
7. Microsoft Windows (лицензия №60290784), бессрочная.

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Площади кафедры: малый спортивный зал площадью 9м х 18м, большой зал - 26м х 18м, тренажерный зал – 6м х 18м.

Площади кафедры:
Уличная многофункциональная площадка. Наименование:
Ворота гандбол/мини – футбол разборные
Сетка для футбольных ворот
Сетка заградительная
Щит баскетбольный 2 шт.
Стойка баскетбольная уличная 2 шт.
Тренажер «Жим вверх»
Тренажер «Стол для армрестлинга»
Уличное силовое устройство
Брусья уличные

Большой спортивный зал площадью 26м х 18м. Наименование:
Сетка на окно 6 шт.
Сетка волейбольная 2шт.
Кольцо баскетбольное 2 шт.
Вышка судейская разборная
Акустическая система
Радиосистема вокальная с проигрывателем и микрофоном
Стойка волейбольная 2 шт.
Стол для настольного тенниса.

9 Стойка баскетбольная профессиональная мобильная 2 шт.
Табло универсальное БТ-530
Стенка гимнастическая
Перекладина навесная
Штанга

Тренажерный спортивный зал площадью 6м х 18м. Наименование:
Тренажер для мышц груди (баттерфляй)
Жим ногами + Гак машина
Тяга верхняя-нижняя
Станок комбинируемый
Тренажер универсальный
Скамья для жима универсальная
Стойка для приседаний
Турник навесной усиленный
Стенка шведская (полупрофи)
Скамья регулируемая
Гриф для штанги прямой D=50мм, 2200
Гриф для штанги прямой
W-обр. D=50мм, 1410
Диски для штанги обрез D26мм
Диски для штанги обрез D51мм
Гантели разборные стальные (пара)

Малый спортивный зал площадью 9м х 18м. Наименование:
Ростовая кукла «Человечек»
Зеркала настенные 3 шт.
Щиты баскетбольные 2 шт.
Стойки волейбольные 2шт.
Сетка волейбольная

12. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для лиц с ОВЗ и/или с инвалидностью РПД разрабатывается на основании «Положения об организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева»