

Аннотация рабочей программы дисциплины
«Баскетбол»

Цели и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья.

Задачами дисциплины являются: сформировать готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения; развить индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности; развить знания по теории, истории и методике физической культуры.

Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине (модулю)

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК - 7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК – 7.1. Знать: значение физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности, укрепления и развития человека, обеспечения здоровья и подготовке к профессиональной деятельности; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. УК – 7.2. Уметь: рационально использовать средства и методы физического воспитания для поддержания должного уровня физической подготовленности, физического саморазвития и самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. УК – 7.3. Владеть: системой практических умений и навыков обеспечивающих: поддержание должного уровня физической подготовленности, сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Содержание разделов дисциплины

Правила игры.

Техника игры в нападении. Передвижение (бег обычный и приставными шагами по прямой, зигзагообразный, по дугам, спиной вперёд и боком, с изменением направления, по зрительным и слуховым сигналам; сочетание различных видов ходьбы, бега, прыжков и остановок; прыжки на месте и в движении, с отталкиванием одной и двумя ногами, с поворотом на 90° и 180°, вверх, вперёд и в сторону; остановки; повороты);

Ловля мяча (летающего на средней высоте, высоко, низко, после отскока от пола двумя и одной рукой).

Передача мяча (двумя руками от груди, сверху; одной рукой от плеча, снизу; скрытые передачи (одной рукой за спиной, снизу назад, под рукой, над плечом).

Броски в корзину: одной рукой от плеча (с места и в движении, в прыжке.

Ведение – высокое и низкое, по прямой по дуге, по кругу, с изменением направления, скорости, высоты отскока, с переводом мяча перед собой и за спиной.

Финты: без мяча, с мячом, имитация передачи мяча, имитация броска в корзину, имитация перехода на ведение (прохода).

Техника игры в защите. Техника перемещений: стойка, передвижение; овладения мячом: перехватывание мяча, вырывание, выбивание, накрывание.

Тактика игры в нападении. Индивидуальные действия: выбор места и освобождение от опеки защитника, передача мяча, ведение, броски, финты. Групповые действия: заслоны, выполняемые игроками, действующими без мяча; действующими с мячом. Командные действия: быстрый отрыв, позиционное нападение (через центрального, произвольное).

Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: против игрока без мяча, с мячом. Групповые действия: переключение, проскальзывание, подстраховка. Командные действия: зонная защита, рассредоточенная защита, прессинг.

Судейство соревнований.

Тематическое планирование учебного материала по баскетболу

№	Содержание	1 се- местр	2 се- местр	3 се- местр	4 се- местр	5 се- местр	6 се- местр	К-во часов
1	Основные этапы развития баскетбола. Площадка, оборудование, инвентарь. Правила игры Организация и проведение соревнований. Техника безопасности и правила поведения Новости баскетбола (сообщения, доклады).	1	1	1	1	1	0.5	5.5
2	Общая физическая подготовка:	8	6	6	6	4	2	32
3	Специальная физическая подготовка	3	4	5	4	7	2	25
4	Обучение технике игры в нападении:							
	Передвижение, повороты: (бег обычный и приставными шагами по прямой, зигзагообразный, по дугам, спиной вперёд и боком, с изменением направления, по зрительным и слуховым	4	2	4	2	4	2	18

	сигналам; сочетание различных видов ходьбы, бега, прыжков и остановок; прыжки на месте и в движении, с отталкиванием одной и двумя ногами, с поворотом на 90° и 180°, вверх, вперед и в сторону; остановки; повороты);							
	- Ловля мяча (летающего на средней высоте, высоко, низко, после отскока от пола двумя и одной рукой). - Передача мяча (двумя руками от груди, сверху; одной рукой от плеча, снизу; скрытые передачи (одной рукой за спиной, снизу назад, под рукой, над плечом).	6	4	6	4	6	3	29
	- Броски в корзину: одной рукой от плеча (с места и в движении, в прыжке.	10	8	12	8	11	5/5	55.5
	- Ведение – высокое и низкое, по прямой по дуге, по кругу, с изменением направления, скорости, высоты отскока, с переводом мяча перед собой и за спиной.	6	4	6	4	4	2	26
	- Финты : без мяча, с мячом, имитация передачи мяча, имитация броска в корзину, имитация перехода на ведение (прохода).	1						1
5	Техника игры в защите:	8	4	7	4	8	1	32
6	Тактика игры в нападении	1	7	1	7	2	6	24
	- Индивидуальные действия : выбор места и освобождение от опеки защитника, передача мяча, ведение, броски, финты. - Групповые действия : заслоны, выполняемые игроками, действующими без мяча; действующими с мячом. - Командные действия : быстрый отрыв, позиционное нападение (через центрального, произвольное).							
7	Тактика игры в защите:	2	6	2	6	2	6	24

[illegible]