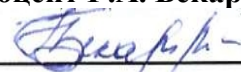


**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ В.М.КОКОВА»**

**ФАКУЛЬТЕТ ЭКОНОМИКИ И УПРАВЛЕНИЯ
КАФЕДРА «ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»**

**УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
доцент Г.А. Бекаров**



« 27 » мая 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ - БАСКЕТБОЛ**

Направление подготовки **20.03.02 Природообустройство и водопользование**

Направленность (профиль) программы **Инженерные системы сельскохозяйственного водоснабжения, обводнения и водоотведения**

Квалификация выпускника - **бакалавр**

Курс обучения – **1-3**

Семестр **1- 5**

Форма обучения - **очная**

Рабочая программа дисциплины «Элективная дисциплина (модуль) по физической культуре и спорту – баскетбол» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 20.03.02 Природообустройство и водопользование утвержденного приказом Минобрнауки России от 26 мая 2020г. N 685 (далее – ФГОС ВО) и рабочего учебного плана подготовки бакалавров по данному направлению.

Составитель (и) рабочей программы:

с.т. преподаватель  А.Б.Сохов

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания.

протокол от «22» мая 2025 г. № 10

Заведующий кафедрой

к.п.н., доцент  Э.Б.Яхутлова

Одобрено методической комиссией факультета экономики и управления

протокол от «23» мая 2025 г. № 9

Председатель МК факультета экономики и управления

к.э.н., профессор  Г.А.Бекаров.

Согласовано:

/ Директор научной библиотеки  И.А. Шогенова

«22» мая 2025 г.

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: содействие формированию у студентов универсальной компетенции путем овладения специальными знаниями, практическими умениями и навыками в спортивно игровой деятельности обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, совершенствование психофизических способностей, профессионально значимых качеств необходимых в будущей профессиональной деятельности.

Задачами дисциплины являются:

- обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.
- овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.
- способствование адаптации организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширению функциональных возможностей физиологических систем, повышению сопротивляемости защитных сил организма.
- создание основы для творческого и методически обоснованного применения методик проведения учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта и программ спортивно массовых мероприятий в целях последующих жизненных и профессиональных достижений

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

Код компет енций	Наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ИД-1 УК-7 Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	Знать: основы здорового образа жизни, факторы формирования личностью социального опыта приобретения мотивационно ценностного отношения к физической культуре и спорту. Уметь: организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях. Владеть: системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление индивидуального здоровья.
		ИД-2 УК-7 Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры	Знать: основы профессионально-прикладной физической культуры, правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. Уметь: преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения, повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье. Владеть: средствами и методами физического самосовершенствования

			психофизических способностей и качеств, для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.
--	--	--	--

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

«Элективная дисциплина (модуль) по физической культуре и спорту – баскетбол» входит в часть формируемую участниками образовательных отношений Блока 1. «Дисциплины (модули)» учебного плана направления подготовки 20.03.02 Природообустройство и водопользование, направленность (профиль) Инженерные системы сельскохозяйственного водоснабжения, обводнения и водоотведения.

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

Учебные занятия	Очная форма обучения					
	Всего часов	семестр				
		1	2	3	4	5
Контактная, работа, в том числе:	234	36	36	54	54	54
практические занятия	234	36	36	54	54	54
2. Самостоятельная работа	94	18	18	18	18	22
2.1 Самостоятельное изучение отдельных тем модуля, подготовка к практическим работам	88	18	18	16	16	20
2.2 Подготовка и прохождение промежуточной аттестации: зачет	6	-	-	2	2	2
Общая трудоемкость	328	54	54	72	72	76

4.1. Содержание дисциплины (модуля) структурированное по темам (разделам) с указанием отведенных на них количества часов и видов учебных занятий (очная форма обучения)

Наименование разделов и тем дисциплины		Аудиторные занятия		Самост. работа
		Лекции	Практические занятия	Сам. из уч. отд. тем
1.	Методика обучения избранного вида спорта - баскетбол и систем физических упражнений	0	12	10
2.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе	0	46	14
3.	Техническая подготовка в баскетболе	0	56	16
4.	Тактическая подготовка в баскетболе	0	28	14
5.	Специальная и волевая психическая подготовка	0	6	6
6.	Спортивная подготовка в баскетболе	0	60	16
7.	Профессионально-прикладная физическая подготовка	0	26	12

Итого по дисциплине:	0	234	88
-----------------------------	---	-----	----

4.2.Содержание разделов дисциплины (модуля)

4.2.1.Практические занятия (1-2 семестр)

№ раздела дисциплины	Наименование раздела (темы) дисциплины	№ занятия	Тематика практических занятий	Трудоемкость, час
				очно
1,2,3.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе.	Занятие 1	Основы избранного вида спорта: история развития, основные понятия и термины. Ознакомление с системой студенческих спортивных соревнований. Обучение технике остановок и поворотов, ловли мяча, технике держания мяча. Обучение тактическим приемом - подвижные игры.	2
		Занятие 2	Ознакомление с методикой перспективного, годичного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочных занятий по баскетболу. Совершенствование техники держания мяча, ловли, остановок и поворотов. Развитие координационных способностей и специальной выносливости. Обучение тактическим приемом - подготовительные игры.	2
		Занятие 3	Ознакомление с методикой эффективных и экономичных способов овладения специальными умениями и навыками игровых видов спорта. Ознакомление с основными правилами игры в баскетболе. (Размер площадки, количество игроков, продолжительность игры и перерывов). Обучение технике передвижений в защите – ходьба, равномерный бег, бег рывком с изменением направления и скорости, прыжки толчком одной и двумя ногами без поворота с поворотом, с разбега и на месте, остановки двумя шагами и прыжком, повороты вперед, назад в движении и на месте. Совершенствование технико-тактических действий - односторонняя учебная игра.	2
		Занятие 4	Ознакомление с простейшими методиками самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств избранного вида спорта для их направленной коррекции. Совершенствование техники передвижений в защите – ходьба, равномерный бег, бег рывком с изменением направления и скорости, прыжки толчком одной и двумя ногами без поворота с поворотом, с разбега и на месте, остановки двумя шагами и прыжком, повороты вперед, назад в движении и на месте. Совершенствование технико-тактических действий - подвижные игры, двусторонняя учебная игра.	2
1,2,3.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая	Занятие 5	Обучение методам оценки и коррекции осанки и телосложения. Обучение технике передвижений в нападении – ходьба, равномерный бег, бег рывком с изменением направления и скорости, прыжки толчком одной и двумя ногами без поворота с поворотом, с разбега и на месте, остановки двумя шагами и прыжком, повороты вперед, назад в движении и на месте. Развитие скоростно-силовых качеств (прыгучести) и ловкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебные игры по упрощенным правилам.	2

	подготовка в баскетболе.	Занятие 6	Обучение методам самоконтроля состояния здоровья и физического развития. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди, технике ловли мяча. Развитие скоростно-силовых качеств (прыгучести). Обучение тактическим действиям: учебные игры по упрощенным правилам.	2
		Занятие 7	Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма. Обучение технике передачи мяча двумя руками снизу (после остановок поворотов). Развитие силы мышц верхнего плечевого пояса. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 8	Ознакомление с методикой реализации взаимосвязи физической с технической и тактической подготовкой в избранном виде спорта. Обучение технике ведения мяча - с высоким и низким отскоком, с изменением направления и скорости, без зрительного контроля, с синхронным и асинхронным ритмом движения руки и ног с мячом, технике передачи мяча одной рукой от плеча. Развитие силы. Совершенствование технико-тактических действий – подвижные игры, двусторонняя учебная игра.	2
1,2,3,4.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Тактическая подготовка в баскетболе.	Занятие 9	Обучение методам сравнительного анализа собственных возможностей с модельными характеристиками спортсмена высокого класса. Совершенствование техники ловли мяча - одной и двумя руками на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча, котящегося мяча, с полукотскока. Развитие пассивной гибкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 10	Ознакомление с методикой проведения учебно-тренировочного занятия. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками снизу (после остановок и поворотов). Обучение правилам судейства - учебные игры по упрощенным правилам.	2
		Занятие 11	Ознакомление с методикой составления и проведения простейших самостоятельных занятий избранным видом спорта гигиенической или тренировочной направленности. Совершенствование техники передачи мяча одной рукой от плеча, остановки с ловлей мяча, остановки после ведения мяча. Развитие быстроты: челночный бег 3х 10 м. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 12	Ознакомление с методикой регулирования психоэмоционального состояния на занятиях игровыми видами спортом. Совершенствование техники передачи мяча - двумя руками от груди, сверху, снизу, одной рукой от плеча, сверху, снизу. Развитие общей выносливости: бег на средние дистанции. Совершенствование технико-тактических действий:– подвижные игры, двусторонняя учебная игра в баскетбол.	2
2,3,5,7.	. Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в	Занятие 13	Ознакомление с методикой этапного, текущего контроля учебно-тренировочных занятий. Совершенствование техники передачи мяча одной рукой снизу. Развитие активной гибкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2

	баскетболе, Специальная и волевая психическая подготовка. Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Занятие 14	Ознакомление с методикой оперативного контроля. Обучение технике передачи мяча отскоком от площадки. Совершенствование техники передачи мяча одной рукой снизу (после остановок и поворотов). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 15	Ознакомление с методикой самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП. Обучение технике ведения мяча (дриблинг). Развитие силы верхнего плечевого пояса: упражнения на тренажёрах. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 16	Ознакомление с методикой проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Развитие ловкости. Обучение технико-тактическим действиям индивидуальной защиты: учебная игра по упрощённым правилам.	2
		Занятие 17	Обучение технике броска мяча в кольцо - одной и двумя руками от груди, сверху, снизу, сверху – вниз. Обучение технике ведения мяча (дриблинг) Развитие быстроты. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам	2
		Занятие 18	Обучение технике броска мяча в кольцо без вращения, с вращением. Развитие силы. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам	2
Итого 1 семестр:		18		36
1,2,3.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе.	Занятие 19	Обучение технике броска мяча в кольцо без отскока от щита. Развитие ловкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 20	Обучение технике броска мяча в кольцо с последующим отскоком от щита. Совершенствование техники поворотов и остановок, держания мяча, техники стойки - с выставленной вперёд ногой, со ступнями на одной линии. Развитие силы. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
1,3,4,6.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Тактическая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 21	Совершенствование техники броска двумя руками от груди, техники броска двумя руками снизу. Развитие общей выносливости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 22	Совершенствование передвижения - ходьба и бег приставным шагом лицом вперёд, спиной вперёд, прыжки толчком одной и двумя ногами без поворота, с поворотом, с места, с разбега, остановки прыжком и двумя ногами, повороты вперёд, назад на месте в движении, техники броска двумя руками снизу, сверху. Развитие общей выносливости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 23	Обучение технике вырывания мяча, выбивание мяча – сбоку, снизу, сверху. Перехват мяча. Накрывание и отбивание мяча при броске. Взятие отскока. Развитие	2

			ловкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	
		Занятие 24	Обучение технике броска мяча одной рукой от плеча. Совершенствование техники броска мяча в кольцо двумя руками сверху. Развитие ловкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
3,7.	Техническая подготовка в баскетболе, Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Занятие 25	Совершенствование техники броска мяча одной рукой сверху, технике владения мячом в нападении. Развитие силовых качеств. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 26	Обучение технике броска мяча «крюком». Совершенствование техники противодействия и овладения мячом, броска мяча двумя руками сверху, одной рукой от плеча, броска мяча одной рукой сверху. Развитие ловкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 27	Совершенствование техники броска мяча «крюком». Обучение технике броска одной рукой в прыжке. Развитие общей выносливости. Совершенствование групповых тактических действий - взаимодействия двух игроков, взаимодействия трех игроков – учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 28	Совершенствование техники стойки и разновидностей передвижения в защите, броска одной рукой в прыжке. Развитие быстроты: челночный бег - 3x10 м. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
1,2,7.	Методика обучения избранного вида спорта, Техническая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 29	Обучение технике блокирования «накрывание мяча при броске». Развитие быстроты: челночный бег - 3x10 м. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 30	Обучение индивидуальным тактическим действиям: игрок без мяча, действия игрока с мячом. Развитие силы. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 31	Совершенствование техники перемещения, техники штрафного броска. Развитие специальной выносливости. Обучение групповым тактическим действиям - взаимодействия двух игроков, взаимодействия трех игроков - учебные игры по упрощенным правилам.	2
		Занятие 32	Совершенствование техники перемещения, техники штрафного броска. Развитие координационных способностей. Совершенствование тактики игры в нападении: командные тактические действия - стремительное нападение, позиционное нападение и разновидности специального нападения.	2
3,4,5.	Техническая подготовка в баскетболе, Тактическая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в	Занятие 33	Совершенствование индивидуальных тактических действий - против нападающего без мяча, против нападающего, владеющего мячом. Развитие силы. Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 34	Совершенствование техники передвижения - ведение мяча правой левой рукой. Развитие специальной выносливости. Совершенствование тактики командного нападения, тактики зонной защиты - учебно-	2

	баскетболе.		тренировочная игра по упрощенным правилам.	
		Занятие 35	Ознакомление с видами соревнований и закрепление знаний по правилам соревнований. Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие быстроты: челночный бег - 3х10 м. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
		Занятие 36	Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие общей выносливости. Совершенствование технико - тактических действий командного нападения - учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.	2
Итого 2 семестр:		18		36
4.2.2.Практические занятия (3 семестр)				
1,2,3.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе.	Занятие 37	Обучение тактике игры с учетом физической подготовленности, индивидуальных особенностей и психологического характера. Развитие силы рук: подтягивание на низкой перекладине (девушки), на высокой перекладине (юноши). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 38	Совершенствование ведения мяча, правой, левой рукой. Развитие силы рук: подтягивание на низкой перекладине (девушки), на высокой перекладине (юноши). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 39	Ознакомление с тактикой игры с учетом особенностей отдельных соревнований (характер судейства, поведение болельщиков, состояние мест соревнований, возможности своих противников). Развитие силы. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
1,2,3.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе.	Занятие 40	Формирование индивидуального стиля и технической манеры дополнительных движений и действий. Развитие специальной выносливости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 41	Совершенствование техники броска в кольцо в движении, поворотов и остановок в баскетболе. Развитие ловкости и координационных способностей. Совершенствование общих и локальных задач тактики игры: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 42	Совершенствование техники держание мяча: системно усложненные двигательные задания. Развитие быстроты: бег на короткие дистанции (100 м.). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
2,3,4.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе.	Занятие 43	Совершенствование техники поворотов и остановок в баскетболе: системно усложненные двигательные задания. Развитие общей выносливости: бег на длинные дистанции (2000 м. - девушки, 3000 м. - юноши). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 44	Совершенствование техники броска в кольцо: системно усложненные двигательные задания. Развитие общей	2

	Тактическая подготовка в баскетболе.		выносливости: бег на длинные дистанции (2000 м. - девушки, 3000 м. - юноши). Совершенствование технико-тактических действий: учебная игра.	
1,2,4,6.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Тактическая подготовка, Спортивная подготовка.	Занятие 45	Совершенствование основных технико-тактических приемов игры в баскетбол. Аутогенная тренировка. Развитие активной гибкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 46	Совершенствование основных технико-тактических приемов игры в баскетбол: идеомоторная тренировка (точность мысленного образа, связь с мышцами, словестное описание выполняемых упражнений, представление нового навыка, правильное положение тела). Развитие общей выносливости: бег на длинные дистанции. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 47	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди. Сенсорная репродукция образов. Развитие общей выносливости: бег на длинные дистанции. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
1,2,3,5.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Специальная и волевая психическая подготовка.	Занятие 48	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди: системно усложненные двигательные задания. Развитие пассивной гибкости. Совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол. Нервно - мышечная релаксация.	2
		Занятие 49	Совершенствование индивидуальных тактических приемов с мячом и без мяча. ОФП, СФП развитие быстроты: челночный бег. Совершенствование тактики группового нападения: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 50	Обучение выбору способа ловли мяча, в зависимости от направления и силы полета. Совершенствование техники передвижения при нападении. ОФП, СФП развитие специальной выносливости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 51	Совершенствование техники передвижения: системно усложненные двигательные задания. ОФП, СФП развитие динамической гибкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
2,3,6.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 52	Обучение технике броска в кольцо с одного шага: идеомоторная тренировка (точность мысленного образа, связь с мышцами, словестное описание выполняемых упражнений, представление нового навыка, правильное положение тела). ОФП, СФП развитие скоростно - силовых качеств (прыгучести). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 53	Совершенствование техники передачи мяча. Развитие скоростно - силовых качеств (прыгучести). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 54	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху и снизу. Формирование координационных способностей. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
2,3,6.	Общая	Занятие	Совершенствование техники передачи мяча двумя	2

	физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	55	руками снизу и сверху, после поворотов и остановок. Развитие быстроты: челночный бег 3х10 м. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	
		Занятие 56	Совершенствование технико-тактических приёмов спортивной игры - баскетбол. Комплексы упражнений для формирования двухкомпонентных связей между навыками техники игры и физическими качествами.	2
		Занятие 57	Совершенствование техники броска в кольцо с одного шага Формирование координационных способностей. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 58	Совершенствование техники ловли и передачи мяча: системно усложненные двигательные задания. Формирование координационных способностей. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
1,2,6.	Методика обучения избранного вида спорта, Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 59	Ознакомление с правилами судейства игры в баскетболе. Развитие статической гибкости. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 60	Совершенствование техники ведения мяча. ОФП, СФП развитие силы мышц верхнего плечевого пояса. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 61	Совершенствование техники броска мяча с места, в движении. ОФП, СФП развитие специальной гибкости – упражнения с большой амплитудой в суставах и направлениях, соответствующих спортивной игре – баскетбол. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 62	Совершенствование техники передачи мяча одной рукой снизу. Развитие силы: подтягивание на высокой перекладине (юноши), поднимание и опускание туловища из положения, лежа на спине (девушки). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 63	Совершенствование техники ведения и передачи мяча одной рукой снизу. Развитие силы: подтягивание на высокой перекладине (юноши), поднимание и опускание туловища из положения, лежа на спине (девушки). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
Итого 3 семестр:		27		54
4.2.3. Практические занятия (4семестр)				
2,3,6.	Общая физическая и специальная подготовка, Техническая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 64	Комплексы упражнений для формирования многокомпонентных связей технико-тактической, физической и психофизической подготовки. Совершенствование технико-тактических действий в баскетболе: целостная игра.	2
		Занятие 65	Совершенствование техники передачи мяча отскоком от площадки. Развитие силы: подтягивание на высокой перекладине (юноши), поднимание и опускание туловища из положения, лежа на спине (девушки). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
3.6.	Техническая	Занятие	Совершенствование техники ведения мяча (дриблинг).	2

	подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	66	Развитие силы мышц живота (пресса) и верхнего плечевого пояса. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	
		Занятие 67	Совершенствование техники ведения мяча (дриблинг). Развитие силы мышц живота (девушки) и верхнего плечевого пояса(юноши). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 68	Совершенствование техники передачи мяча отскоком от площадки. Развитие силы: приседание на одной ноге: с опорой у стенки «девушки», без опоры у стенки «юноши». Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
5,6.	Специальная и волевая психическая подготовка Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 69	Совершенствование техники броска мяча в кольцо двумя руками от груди. Развитие силы: приседание на одной ноге: с опорой у стенки «девушки», без опоры у стенки «юноши». Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 70	Совершенствование техники передачи мяча одной рукой снизу. Развитие силовых качеств - подтягивание на высокой перекладине (юноши), поднимание-опускание туловища из положения, лежа на спине (девушки). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
1,3,7.	Методика обучения избранного вида спорта, Техническая подготовка в баскетболе, Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Занятие 71	Совершенствование техники передачи мяча одной, двумя руками снизу. Развитие скоростно-силовых качеств (прыгучести). Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 72	Совершенствование техники передачи мяча одной рукой от плеча. Развитие быстроты: челночный бег 3х10 м. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 73	Совершенствование техники броска мяча «крюком». Развитие силы мышц живота (пресса) и верхнего плечевого пояса. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 74	Совершенствование техники броска мяча «крюком». Развитие быстроты: челночный бег 3х10 м. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 75	Совершенствование техники броска мяча «крюком» Развитие ловкости. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 76	Совершенствование техники броска мяча «крюком». Развитие быстроты. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
4,6.	Тактическая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 77	Совершенствование техники броска мяча одной рукой в прыжке. Развитие силы мышц живота (пресса) и верхнего плечевого пояса. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 78	Совершенствование техники ведения мяча правой, левой рукой. Развитие общей выносливости. Совершенствование технико-тактических действий – контрольная игра.	2
		Занятие 79	Совершенствование техники ведения мяча правой, левой рукой. Развитие гибкости и силы: пронос ног за голову с касанием пола (девушки), удержание прямых ног на перекладине под углом 90 градусов (юноши). Совершенствование технико-тактических действий –	2

			учебно-тренировочная игра.	
6,7.	Спортивная подготовка в баскетболе. Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Занятие 80	Совершенствование техники броска мяча в кольцо, одной рукой в прыжке. Развитие гибкости и силы: пронос ног за голову с касанием пола (девушки), удержание прямых ног на перекладине под углом 90 градусов (юноши). Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 81	Совершенствование техники броска мяча «крюком» и одной рукой в прыжке: идеомоторная тренировка (точность мысленного образа, связь с мышцами, словестное описание выполняемых упражнений, представление нового навыка, правильное положение тела). Развитие мышц брюшного пресса – упражнения на тренажёрах. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 82	Совершенствование техники броска мяча «крюком» и одной рукой в прыжке. Развитие мышц брюшного пресса, силы рук – упражнения на тренажёрах. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 83	Совершенствование техники штрафного броска. Развитие гибкости и силы: пронос ног за голову с касанием пола (девушки), удержание прямых ног на перекладине под углом 90 градусов (юноши). Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
2,6.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 84	Совершенствование техники броска мяча одной рукой с места. Развитие специальной выносливости. Совершенствование технико-тактических действий игры.	2
		Занятие 85	Совершенствование техники броска мяча одной рукой в прыжке. Развитие скоростно-силовых качеств (прыгучести). Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 86	Совершенствование техники броска мяча одной рукой в прыжке. Комплексы упражнений для формирования многокомпонентных связей технико-тактической, физической и психофизической подготовки: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 87	Совершенствование техники штрафного броска и броска мяча одной рукой в прыжке. Развитие силы и гибкости: пронос ног за голову с касанием пола (девушки), удержание прямых ног на перекладине под углом 90 градусов (юноши). Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
1,2,3.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе.	Занятие 88	Совершенствование техники штрафного броска и броска мяча одной рукой в прыжке. Развитие силы и гибкости: пронос ног за голову с касанием пола (девушки), удержание прямых ног на перекладине под углом 90 градусов (юноши). Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 89	Совершенствование техники броска мяча «крюком» и одной рукой в прыжке. Развитие мышц брюшного пресса, силы рук: упражнения на тренажёрах. Совершенствование технико-тактических действий – контрольные игры .	2

		Занятие 90	Совершенствование техники броска мяча «крюком» и одной рукой в прыжке. Развитие мышц брюшного пресса, силы рук: упражнения на тренажёрах. Совершенствование технико-тактических действий – контрольные игры.	2
Итого 4 семестр:		27		54
4.2.4. Практические занятия (5семестр)				
2,3.5.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Специальная и волевая психическая подготовка.	Занятие 91	Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие силовых качеств: упражнения на тренажёрах. Инструкторская и судейская практика.	2
		Занятие 92	Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие пассивной гибкости: упражнения на тренажёрах. Инструкторская и судейская практика	2
		Занятие 93	Совершенствование техники блокирования мяча при броске в кольцо. Развитие силы: жим штанги, лежа: юношши-32 кг, девушки-15кг. Совершенствование технико-тактических действий – контрольная игра.	2
		Занятие 94	Совершенствование техники блокирования мяча при броске. Развитие силы: жим штанги, лежа (юношши-32 кг, девушки-15кг). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 95	Совершенствование техники «двойного шага» и броска мяча в кольцо: идеомоторная тренировка (точность мысленного образа, связь с мышцами, словестное описание выполняемых упражнений, представление нового навыка, правильное положение тела). Развитие силы: жим штанги, лежа на гимнастической скамейке (юношши-32 кг, девушки-15кг). Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 96	Совершенствование техники «двойного шага» и броска мяча в кольцо. Развитие силовых качеств: жим штанги двумя руками от груди, лежа на гимнастической скамейке. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 97	Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие профессионально прикладных физических качеств: средства и методы ППФП. Совершенствование технико-тактических действий: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 98	Совершенствование техники «двойного шага» и броска мяча в кольцо. ОФП, СФП развитие силы мышц нижних конечностей. Совершенствование технико-тактических действий: внутригрупповые соревнования.	2
3,7.	Техническая подготовка в баскетболе, Профессионально-прикладная физическая	Занятие 99	Совершенствование основных технических приемов игры. Совершенствование технико-тактических действий: комплексы упражнений для формирования двухкомпонентных связей между навыками техники игры и физическими качествами, внутригрупповые соревнования.	2
		Занятие 100	Совершенствование техники блокирования мяча при броске. ОФП, СФП развитие силовой выносливости. Совершенствование групповых действий в нападении и защите: учебно-тренировочная игра.	2

	подготовка.	Занятие 101	Совершенствование техники штрафного броска. ОФП, СФП развитие силовой и специальной выносливости. Совершенствование технико-тактических действий – учебно-тренировочная игра.	2
2,3,5,7.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Специальная и волевая психическая подготовка Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Занятие 102	Совершенствование техники блокирования мяча при броске - идеомоторная тренировка (точность мысленного образа, связь с мышцами, словестное описание выполняемых упражнений, представление нового навыка, правильное положение тела). Развитие общей выносливости. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 103	Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие координационных способностей. Совершенствование индивидуальных тактических действий (выбор места, тактика передач, тактика броска мяча в кольцо).	2
		Занятие 104	Совершенствование основных технических приемов игры. Развитие координационных способностей. Совершенствование индивидуальных тактических действий (выбор места, тактика передач, тактика броска мяча в кольцо): учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 105	Совершенствование техники штрафного броска. Развитие силы рук и плечевого сустава: отжимание от пола. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
3,7.	Техническая подготовка в баскетболе, Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Занятие 106	Совершенствование техники штрафного броска. Развитие силы рук и плечевого сустава: отжимание от пола. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 107	Совершенствование тактики командной и личной защиты. Развитие скоростно-силовых качеств (прыгучести). Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 108	Совершенствование тактики командной и личной защиты. Развитие скоростно-силовых качеств (прыгучести). Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 109	Совершенствование техники броска мяча в кольцо, в прыжке. Развитие силовых качеств: упражнение на тренажерах. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 110	Совершенствование техники броска мяча в кольцо, в прыжке. Развитие силовых качеств: упражнение на тренажерах. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 111	Совершенствование техники броска мяча в кольцо, в прыжке. Развитие силовых качеств: упражнение на тренажерах. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
2,3,5.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Специальная	Занятие 112	Совершенствование техники ведения мяча правой, левой рукой. Развитие силы рук (подтягивание на перекладине - девушки; сгибание рук в упоре - юноши). Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра	2
		Занятие 113	Совершенствование техники ведения мяча правой, левой рукой. Развитие быстроты: бег на короткие дистанции (бег 100м.). Развитие силы рук (подтягивание на перекладине - девушки, сгибание рук в упоре - юноши).	2

	и волевая психическая подготовка.		Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	
		Занятие 114	Совершенствование техники ведения мяча правой, левой рукой. Развитие быстроты: бег на короткие дистанции (бег 100м.). Развитие силы рук (подтягивание на перекладине - девушки, сгибание рук в упоре - юноши). Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
2,3,4,6.	Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе, Техническая подготовка в баскетболе, Тактическая подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в баскетболе.	Занятие 115	Совершенствование техники броска мяча в кольцо, в прыжке. Развитие силовых качеств: упражнение на тренажёрах. Совершенствование тактических действий в защите и нападении: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 116	Совершенствование техники броска мяча с разных точек 3-х секундной зоны. Развитие быстроты - бег на короткие дистанции. Совершенствование тактических действий в защите и нападении: учебно-тренировочная игра.	2
		Занятие 117	Совершенствование техники броска мяча в кольцо, в прыжке. Развитие силовых качеств: упражнение на тренажёрах. Совершенствование технико-тактических действий - учебно-тренировочная игра.	2
Итого 4 семестр:		27		54
Всего по дисциплине:		117		234

5.Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Для самостоятельной работы обучающихся по элективной дисциплине физическая культура и спорт - баскетбол в научной библиотеке университета имеется достаточное количество учебников и учебных пособий. Кроме этого, надо отметить, что для полноты обеспечения самостоятельной работы учебно – методической документацией по данной дисциплине разработано для внутривузовского пользования следующее учебное пособие:

- Мусакаев, В.М. Учебное пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» для студентов всех направлений подготовки программы бакалавриат очной и заочной форм обучения: [Электронный ресурс]. / В.М. Мусакаев, Э. Б. Яхутлова, Нальчик, 2019.

На самостоятельную работу при изучении данной дисциплины отводится по очной форме обучения 94 часа, из них 88 часа выделяется на самостоятельное изучение отдельных тем (модулей). При самостоятельном изучении отдельных вопросов и тем основными видами самостоятельной работы обучающихся являются: проработка учебников, учебных пособий, учебно-методической литературы и информационно-образовательных ресурсов, конспектирование материалов, подготовка к тестированию, к контрольным мероприятиям, подготовка к промежуточной аттестации.

Объем часов выделяемых для подготовки и прохождения промежуточной аттестации (6 ч. по очной форме обучения), используется для самостоятельной подготовки обучающихся к зачету.

№ разд.	Тема и вопросы самостоятельной работы студентов	Объем часов очно	Перечень учебно-методичес	Форма контроля
---------	---	------------------	---------------------------	----------------

			кого обеспечен ия	
1.	Тема: Методика обучения избранного вида спорта 1. Организационно-правовые основы избранного вида спорта, история развития, основные понятия и термины. 2. Методика перспективного, годового, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочных занятий. 3. Методики эффективных и экономичных способов овладения специальными умениями и навыками. 4. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств избранного вида спорта для их направленной коррекции. 5. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения. 6. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития. 7. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма. 8. Методика реализации взаимосвязи физической с технической и тактической подготовкой в избранном виде спорта. 9. Методы сравнительного анализа собственных возможностей с модельными характеристиками спортсмена высокого класса. 10. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. 11. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий избранным видом спорта гигиенической или тренировочной направленности. 12. Методика регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и спортом. 13. Методика этапного, текущего и оперативного контроля учебно-тренировочных занятий. 14. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП. 15. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда.	10	[1] [2] [6]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.
2.	Тема: Общая физическая и специальная подготовка 1. Средства и методы физического воспитания. 2. Основы обучения движениям. 3. Этапы обучения движениям. 4. Воспитание физических качеств. 5. Общая физическая подготовка. 6. Специальная физическая подготовка. 7. Интенсивность физических нагрузок. 9. Общая и моторная плотность занятия.	14	[1] [2]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.
3.	Тема: Техническая подготовка 1. Техника нападения 1.1 <i>Разновидности передвижений в нападении</i> – ходьба, равномерный бег, бег рывком с изменением направления и скорости, прыжки толчком одной и двумя ногами без поворота с поворотом, с разбега и на месте, остановки двумя шагами и прыжком, повороты вперед, назад в движении и на месте. 1.2 <i>Техника владения мячом в нападении</i> . Ловля мяча - одной и двумя руками на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча, котящегося мяча, с полуотскока. Остановки с ловлей мяча. Остановки после ведения мяча Передачи мяча - двумя руками от груди, сверху, снизу, одной рукой от плеча, сверху, снизу. Ведение мяча - с высоким и низким отскоком, с изменением направления и скорости, без зрительного контроля, с синхронным и асинхронным ритмом движения руки с мячом и ног. 1.3 Второстепенные элементы движений характерные для отдельных спортсменов. 2. Техника защиты. 2.1 <i>Стойки и разновидности передвижений в защите</i> . Стойки - с выставленной вперед ногой, со ступнями на одной линии. Передвижения - ходьба и бег приставным шагом лицом вперед, спиной вперед, прыжки толчком одной и двумя	16	[1] [2]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.

	ногами без поворота, с поворотом, с места, с разбега, остановки прыжком и двумя ногами, повороты вперёд, назад, на месте, в движении. 2.2 <i>Техника противодействия и овладения мячом.</i> Вырывание мяча. Выбивание мяча – сбоку, снизу, сверху. Перехват мяча. Накрывание и отбивание мяча при броске. Взятие отскока. 3.Дополнительные движения и действия, для формирования индивидуального стиля и технической манеры спортсмена.			
4.	Тема: Тактическая подготовка 1.Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия игрока без мяча, действия игрока с мячом, сочетания индивидуальных тактических действий. Групповые тактические действия - взаимодействия двух игроков, взаимодействия трех игроков. Командные тактические действия - стремительное нападение, позиционное нападение и разновидности специального нападения. 2.Тактика игры в защите. Индивидуальные тактические действия - действия против нападающего без мяча , действия против нападающего, владеющего мячом. Групповые тактические действия. Командные тактические действия.3.Общие и локальные задачи тактики игры: тактика игры с учетом физической подготовленности, индивидуальных особенностей и психологического характера, обучающегося;- тактика игры с учетом особенностей отдельных соревнований (характер судейства, поведение болельщиков, состояние мест соревнований, возможности своих противников).	14	[1] [2]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.
5.	Тема: Специальная и волевая психическая подготовка 1. Системно усложненные двигательные задания. 2. Соревнования и соревновательный метод. 3 Нервно - мышечная релаксация.4 Аутогенная тренировка. 5 Идеомоторная тренировка. 6. Сенсорная репродукция образов.	6	[1] [2] [6]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.
6.	Тема: Спортивная подготовка 1. Предупреждение травматизма. 2 Комплексы упражнений для формирования двухкомпонентных связей между навыками техники игры и физическими качествами. 3. Комплексы упражнений для формирования многокомпонентных связей технико-тактической, физической и психофизической подготовки. 4. Целостная игровая деятельность. 5. Подготовительные игры, подвижные игры, учебные игры по упрощенным правилам, учебно-тренировочные игры, контрольные игры. 6. Виды и правила соревнований. 7. Система студенческих спортивных соревнований. 8. Инструкторская и судейская практика.	16	[1] [2]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.
7.	Тема: Профессионально-прикладная физическая подготовка 1. Общая, специальная, спортивная и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. 2.Средства и методы ППФП. 3. Развитие основных и профессионально-прикладных физических качеств и способностей, двигательных умений и навыков. 4.Комплексы физических упражнений с профессионально-прикладной направленностью. 5. Прикладные элементы и упражнения избранного вида спорта. 6. Тестирование рофессионально-прикладной подготовленности.	12	[1] [2] [6]	Подготовка к текущим контрольным мероприятиям и к сдаче зачёта.
Итого:		88		

6. Фонд оценочных средств, для проведения текущего контроля обучающихся по дисциплине

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования при текущем контроле знаний обучающихся.

№ модуля	Структурированные модули	Коды формируемых компетенций	Этапы формирования компетенции в процессе освоения дисциплины
В 3 семестре			
1.	Раздел 1. Методика обучения избранного вида спорта - баскетбол и систем физических упражнений.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе.		
	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе.		
2.	Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе.		
	Раздел 4. Тактическая подготовка в баскетболе.		
3.	Раздел 5. Специальная и волевая психическая подготовка.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 6. Спортивная подготовка в баскетболе.		
	Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка.		
В 4 семестре			
1.	Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе.		
	Раздел 4. Тактическая подготовка в баскетболе.		
2.	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 4. Тактическая подготовка в баскетболе.		
	Раздел 5. Специальная и волевая психическая подготовка.		
3.	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 6. Спортивная подготовка в баскетболе.		
	Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка.		
В 5 семестре			
1.	Раздел 1. Методика обучения избранного вида спорта - баскетбол и систем физических упражнений.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе.		
	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе.		
2.	Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в баскетболе.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 3. Техническая подготовка в баскетболе		

	Раздел 4. Тактическая подготовка в баскетболе.		
3.	Раздел 5. Специальная и волевая психическая подготовка.	УК-7; ИД-1; ИД-2.	Текущие контрольные мероприятия: тестирование физических качеств, оценка технико-тактических умений и навыков, проверка выполнения комплексов прикладных упражнений
	Раздел 6. Спортивная подготовка в баскетболе.		
	Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка.		

6.2. Показатели и критерии оценивания сформированности компетенций на различных этапах их формирования, шкалы и процедуры оценивания при текущем контроле знаний обучающихся.

Процедура оценивания сформированности компетенций по элективной дисциплине, построена на основе традиционной системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения элективной дисциплины.

Текущий контроль - это непрерывное отслеживание освоения индикаторов достижения универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций по дисциплине.

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

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Рабочей программой дисциплины «Элективная дисциплина (модуль) по физической культуре и спорту - баскетбол» предусмотрено участие дисциплины в формировании следующей компетенции: УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. В процессе освоения образовательной программы 20.03.02 Природообустройство и водопользование компетенция УК-7 формируется при изучении дисциплин, практики и ГИА.

Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Дисциплины, практики, ГИА, через которые формируется компетенция (компоненты)	Этапы формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы
УК-7	Б1.О.05 Физическая культура и спорт	2
	Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту	5
	Б3.01 Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	8

* Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы определяются семестром изучения дисциплин и прохождения практик и ГИА.

7.2. . Описание показателей индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Для оценки знаний, умений, навыков и формирования компетенции по дисциплине применяется система текущего контроля и оценки успеваемости студентов, промежуточная аттестация знаний.

Промежуточная аттестация - зачет.

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка

преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий и выполнение установленных на данный семестр контрольных нормативов общей физической и спортивной - технической подготовки.

Индикаторы достижения компетенции*

Код и наименование индикатора достижения компетенции, этапы освоения	Планируемые результаты обучения	Соответствие индикатора достижения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания			
		минимальный	пороговый	средний	высокий
		Оценка			
		не зачтено	зачтено	зачтено	зачтено
УК-7-ИД-1 (пятый этап) Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	Знать: основы здорового образа жизни, факторы формирования личностью социального опыта приобретения мотивационно ценностного отношения к физической культуре и спорту.	Не знает: основы здорового образа жизни, факторы формирования личностью социального опыта приобретения мотивационно ценностного отношения к физической культуре и спорту.	Частично знаком основами здорового образа жизни, факторами формирования личностью социального опыта приобретения мотивационно ценностного отношения к физической культуре и спорту.	Достаточно владеет знаниями об основах здорового образа жизни, факторах формирования личностью социального опыта приобретения мотивационно ценностного отношения к физической культуре и спорту.	В полной мере владеет знаниями об основах здорового образа жизни, факторах формирования личностью социального опыта приобретения мотивационно ценностного отношения к физической культуре и спорту
	Уметь: организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях.	не обладает умениями организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях.	Частично обладает умениями организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях.	Умеет фрагментарно организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях.	Умеет организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях.
	Владеть навыками: практических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление индивидуального здоровья.	Не владеет - навыками практических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление индивидуального здоровья.	Не в полной мере владеет навыками практических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление индивидуального здоровья.	Способен обеспечить на достаточном уровне практические умения сохранять и укреплять индивидуальное здоровье.	Владеет на высоком уровне практическими умениями, сохранения и укрепления индивидуального здоровья.
УК-7-ИД-2 (пятый этап) Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровитель	Знать: основы профессионально-прикладной физической культуры, правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	Не знает основы профессионально-прикладной физической культуры, правила и способы планирования индивидуальных	Частично знает основы профессионально-прикладной физической культуры, правила и способы планирования	Знает на достаточно высоком уровне основы профессионально-прикладной физической культуры, правила и	На высоком уровне знает основы профессионально-прикладной физической культуры, правила и способы планирования

Код и наименование индикатора достижения компетенции, этапы освоения	Планируемые результаты обучения	Соответствие индикатора достижения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания			
		минимальный	пороговый	средний	высокий
		Оценка			
		не зачтено	зачтено	зачтено	зачтено
ьной или адаптивной физической культуры		занятий различной целевой направленности.	индивидуальных занятий различной целевой направленности.	способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	индивидуальных занятий различной целевой направленности.
	Уметь: преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения, повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье.	Не умеет преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения, повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье.	Не в полной мере умеет преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения, повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье.	На достаточно хорошем уровне умеет преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения, повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье.	На высоком уровне умеет преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения, повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье.
	Владеет навыками: физического самосовершенствования психофизических способностей и качеств, для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	Не владеет навыками: физического самосовершенствования психофизических способностей и качеств, для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	Знаком с некоторыми элементами: физического самосовершенствования психофизических способностей и качеств, для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	Владеет навыками: физического самосовершенствования психофизических способностей и качеств, для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	В полной мере владеет: методами физического самосовершенствования психофизических способностей и качеств, для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

7.3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения индикаторов достижения компетенции ИД-1ук-7, ИД-2ук-7 в процессе освоения образовательной программы

7.3.1. Тесты (контрольные нормативы) для подготовки к текущим контрольным мероприятиям

3,5 – семестр

№п/п	Характеристика направленности тестов	Муж./Жен	Оценка в баллах									
			2 курс					3 курс				
1.	Бег 100м (сек)		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		М	13,2	13,8	14,	14,3	14,6	13,2	13,8	14,	14,3	14,6
		Ж	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7	15,8	16,0	16,5	17,0	18,0
2.	Штрафной бросок из десяти (кол-во попаданий)	М	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3
		Ж	6	5	4	3	2	6	5	4	3	2
3.	Бег 2000 м (мин/сек) вес до 70 кг, вес более 70 кг	Ж	10.15 10.25	10.50 11,05	11,15 11,25	11,50 12,05	12,10 12.25	10.15 10.25	10.50 11,05	11,15 11,25	11,50 12,05	12,10 12.25
	Бег 3000 м (мин/сек) вес до 85 кг, вес более 85 кг	М	12,00 12,10	12,35 13,45	13,10 13,20	13,50 14,00	14,00 14.10	12,00 12,10	12,35 13,45	13,10 13,20	13,50 14,00	14,00 14.10

№п/п	Характеристика направленности тестов	Муж./Жен	Оценка в баллах									
			2 курс					3 курс				
1.	Прыжок в длину с места		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		М	250	240	230	223	215	250	240	230	223	215
		Ж	190	180	168	160	150	190	180	168	160	150
2.	Челночный бег 3х10м (сек)	М	7,1	7,2	7,3	7,4	7,5	7,1	7,2	7,3	7,4	7,5
		Ж	7,3	7,5	8,0	8,5	9,0	7,3	7,5	8,0	8,5	9,0
3.	Ведение мяча, «двойной шаг» бросок в кольцо в движении.(кол-во попаданий из 5 попыток)	М	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Ж	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1

№п/п	Характеристика направленности тестов	Муж. /Жен	Оценка в баллах									
			2 курс					3 курс				
1.	Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз) - вес до 85 кг - вес более 85 кг,		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		М	15 12	12 10	9 7	7 4	5 2	15 12	12 10	9 7	7 4	5 2
	Поднимание (сед) и опускание туловища из положения, лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	Ж	60	50	40	30	20	60	50	40	30	20
2.	Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди в круг на стене диаметром 30 см на высоте 1,5м. Расстояние 2,5м, кол-во попаданий за 30 с.	М	18	16	14	10	7	18	16	14	10	7
		Ж	15	12	9	7	5	15	12	9	7	5
3.	Приседание на одной ноге, без опоры (кол-во раз на каждой)	М	12	10	8	6	4	14	12	10	8	6
	Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой)	Ж	12	10	8	6	4	14	12	10	8	6

4 – семестр

№п/п	Характеристика направленности тестов	Муж. /Жен	Оценка в баллах									
			2 курс					3 курс				
1.			5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
	Поднимание прямых ног в висе до перекладины (кол-во)	М	7	5	3	2	1	7	5	3	2	1
	Пронос ног за голову лежа на гимнастическом коврике до касания стопами пола за головой за 60сек. (кол-во)	Ж	25	23	20	18	16	25	23	20	18	16
2.	Броски баскетбольного мяча в кольцо от «усов» 3-х секундной зоны (кол-во попаданий из 8 попыток)	М	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Ж	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
3.	Бег – 1000м. (мин/сек)	М	3,20	3,30	3,50	4,00	4,10	3,20	3,30	3,50	4,00	4,10
	Бег – 500м. (мин/сек)	Ж	1,50	2,00	2,10	2,20	2,30	1,50	2,00	2,10	2,20	2,30

№п/п	Характеристика направленности тестов	Муж. /Жен	Оценка в баллах									
			2 курс					3 курс				
1.			5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
	Отжимание на брусьях	М	14	11	8	6	4	15	12	9	7	5
	Подтягивание на н/перекладине	Ж	19	15	9	5	3	20	16	10	6	4
2.	Ведение мяча, «двойной шаг» бросок в кольцо в движении. кол-во попаданий из 5 попыток)	М	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		Ж	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
3.	Жим штанги, лежа от г/скамейке (вес штанги - 32кг)	М	35	30	25	20	15	40	35	30	25	20
	Жим штанги, лежа от г/скамейке (вес штанги - 15кг)	Ж	18	16	14	12	10	20	18	16	14	12

№п/п	Характеристика направленности тестов	Муж. /Жен	Оценка в баллах									
			2 курс					3 курс				
1.			5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
	Отжимание от пола (кол-во)	М	40	35	30	25	20	40	35	30	25	20
	Отжимание от г/скамейки (кол-во)	Ж	20	18	16	14	12	20	18	16	14	12
2.	Штрафной бросок из десяти (кол-во попаданий)	М	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3
		Ж	6	5	4	3	2	6	5	4	3	2
3.	Бег 2000 м (мин/сек) вес до 70 кг, вес более 70 кг	Ж	10,15 10,25	10,50 11,05	11,15 11,25	11,50 12,05	12,10 12,25	10,15 10,25	10,50 11,05	11,15 11,25	11,50 12,05	12,10 12,25
	Бег 3000 м (мин/сек) вес до 85 кг, вес более 85 кг – 5б	М	12,00 12,10	12,35 13,45	13,10 13,20	13,50 14,00	14,00 14,10	12,00 12,10	12,35 13,45	13,10 13,20	13,50 14,00	14,00 14,10

7.3.2 Тесты для текущего контроля знаний обучающихся

*Сколько игроков обеих команд одновременно участвуют в спортивной игре - баскетбол:

1. 8 игроков
2. 6 игроков
3. 5 игроков
4. 10 игроков

*Назовите размеры баскетбольной площадки:

1. 9 x 18 м
2. 10 x 15 м
3. 20 x 40 м
4. 26 x 14 м

*Высота баскетбольного кольца равна:

1. 2 м 50 см
2. 3 м 50 см
3. 4 м
4. 3 м 5 см

*Сколько длится баскетбольный матч:

1. 2 тайма по 20 мин
2. 2 тайма по 30 мин
3. четыре четверти по 15 мин
4. четыре тайма по 10 мин

*Может ли в спортивной игре - баскетбол быть ничейный счет:

1. да
2. нет
3. может быть в финальной части турнира
4. может быть в предварительной части турнира

*По правилам спортивной игры – баскетбол, игрок с мячом в руках может сделать не более:

1. одного шага
2. двух шагов
3. трех шагов
4. четырех шагов

*Что такое “тайм-аут” в спортивной игре - баскетбол:

1. минутный перерыв в игре
2. окончание игры
3. замена игроков
4. штрафной бросок

*Сколько “тайм-аутов” может быть у одной команды в спортивной игре - баскетбол:

1. 2 в одном тайме
2. 2 в игре
3. 4 в одном тайме
4. неограниченное количество

*Правило “трех секунд” в спортивной игре – баскетбол это:

1. время выбрасывания мяча из-за линии площадки
2. время для исполнения штрафного броска
3. время нахождения игрока нападающей команды в трехсекундной зоне соперников
4. время для замены игроков

*Сколько очков в спортивной игре - баскетбол получает команда, забросившая мяч в кольцо с дистанции более 6 метров:

1. одно
2. два

3. три
4. четыре

*Сколько фолов может получить игрок за одну игру (баскетбол):

1. один
 2. два
 3. пять
 4. десять
- +11050010

*Физические упражнения как основное средство учебно-тренировочных занятий по баскетболу это:

1. такие двигательные действия, которые направлены на формирования двигательных умений и навыков
2. виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма
3. такие двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям
4. виды двигательных действий, направленных на изменения форм разьяснение, доказательство телосложения и развитие физических качеств

*Размеры баскетбольного щита:

1. 1м x 2м
2. 1м 20см x 1м 80см
3. 1м x 1м 50см
4. 1м 27см x 1м 85см

* "Дриблинг" в спортивной игре – баскетбол это:

1. бросок мяча
2. ведение мяча
3. нарушение правил выбрасывания мяча в игру
4. штрафной бросок

*Правило пяти секунд в спортивной игре – баскетбол характеризуется тем, что:

1. в течение 5 секунд игрок, владеющий мячом, не предпринимает никаких действий
2. в течение 5 секунд была проведена замена игроков
3. в течение 5 секунд игроки команды нападения перевели мяч из зоны защиты в зону нападения
4. в течение 5 секунд игрок команды нападения находится без мяча в штрафной зоне соперника

* В спортивной игре – баскетбол, тактические действия в зоне защиты характеризуются тем, что:

1. игроки защищающейся команды находятся в зоне защиты
2. защитная тактика, когда игроки защищающейся команды опекают определенный участок площадки

3. игроки-защитники находятся в зоне нападения
4. игроки-защитники находятся в 3-х секундной зоне

* «Технический фол» в спортивной игре – баскетбол это:

1. невозможность продолжать игру по причине технических неполадок на площадке
2. преднамеренное нарушение правил спортивной этики
3. перерыв в игре по причине травмы игрока
4. неправильное применение атаки игрока

7.3.3.Перечень тестов (контрольных нормативов) выносимых на промежуточную аттестацию 2 курс 3 семестр

№ п\п	Характеристика	Оценка (баллы)
-------	----------------	----------------

	направленности тестов	мужчины					женщины				
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1	Штрафные броски из десяти (кол-во попаданий)	7	6	5	4	3	6	5	4	3	2
2	Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз) - вес до 85 кг - вес более 85 кг	15 12	12 10	9 7	7 4	5 2					
	Поднимание (сед) и опускание туловища из положения, лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)						60	50	40	30	20
3	Бег-3000м. (м/с)	12,00	12,35	13,00	13,50	14,30					
	Бег-2000м. (м/с)-						10,15	10,50	11,15	11,50	12,15

2- курс 4 семестр

№ п/п	Характеристика направленности тестов	Оценка (баллы)									
		мужчины					женщины				
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1	Ведение мяча, «двойной шаг» бросок в кольцо в движении. (кол-во попаданий из 5 попыток)	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
2	Бег – 1000м. (мин/сек)	3,20	3,30	3,50	4,00	4,10					
	Бег – 500м. (мин/сек)						1,50	2,00	2,10	2,20	2,30
3	Отжимание от пола (кол-во)	40	35	30	25	20					
	Отжимание от г/скамейки (кол-во)						20	18	16	14	12

3курс 5семестр

№п/п	Характеристика направленности тестов	Оценка (баллы)									
		мужчины					женщины				
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1	Ведение и бросок мяча в кольцо, в прыжке (кол-во из 6)	6	5	4	3	2	6	5	4	3	2
2	Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз) - вес до 85 кг - вес более 85 кг	15 12	12 10	9 7	7 4	5 2					
	Поднимание (сед) и опускание туловища из положения, лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)						60	50	40	30	20
3	Бег-2000м. (м/с)						10,15	10,50	11,15	11,50	12,15
	Бег-3000м. (м/с)	12,00	12,35	13,00	13,50	14,30					

7.4.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Методическими материалами, определяющими процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций являются внутривузовские локальные нормативные акты: «Положение о промежуточной аттестации обучающихся».

Формирование основных типов контроля студента осуществляется в ходе текущего, контроля и промежуточной аттестации знаний.

Система контроля элективной дисциплины требует обеспечение объективности и оценки знаний путем установления стандартных критериев, процедуры оценивания, правила ее проведения должны быть хорошо известны обучающимся. Это достигается ознакомлением каждого обучающегося с вышеуказанным положением.

График и даты проведения контрольных мероприятия промежуточной аттестации, по курсам и семестрам, отражены в утвержденных проректором по УР календарных учебных графиках и расписаниях промежуточной аттестации по направлению подготовки (специальности), которые размещаются на информационных стендах факультета и на сайте университета в установленные сроки

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы **Основная литература**

1. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов / ред.: Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов. - М.: Академия, 2004. - 400 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-1411-6 (в пер.): Текст: непосредственный.

2. Ковыршин, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / Е.Ю. Ковыршин, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск : Издательство СибГУФК, 2017. – 108 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – RL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

Дополнительная литература

3. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта : учебное пособие для студ. вузов / Б. Р. Голощапов. - 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 312 с. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с.308-310 . - ISBN 5-7695-2396-4 (в пер.). - Текст: непосредственный.

4. Турманидзе, В.Г. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон: / В.Г. Турманидзе, Л.М. Иванова, Г.С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – 2018. – 216 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142>. – ISBN 978-5-7779-2258-8. – Текст: электронный.

5.. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие для вузов / Д. И. Нестеровский. - 4-е изд., стер. - М.: Изд. центр Академия, 2008. - 336 с. - (Высшее профессиональное образование) - ISBN 978-5-7695-5040-9 (в пер.) - Текст: непосредственный.

6. . Физическая культура студента: уч. для студ. вузов / М. Я. Виленский [и др.]. - М. : Гардарики, 2004. - 448 с. : рис., табл. - ISBN 5-8297-0010-7 (в пер.) - Текст : непосредственный

7. Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 6-е изд., стер. - М.: Изд. центр Академия, 2008. - 479 с.: табл., рис. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с.472 . - ISBN 978-5-7695-4866-6 (в пер.) - Текст: непосредственный.

8. - Мусакаев, В.М. Учебное пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» для студентов всех направлений подготовки программы бакалавриат очной и заочной форм обучения: [Электронный ресурс]. / В.М. Мусакаев, Э. Б. Яхутлова, Нальчик, 2019. – 223с

9. Перечень современных профессиональных баз, данных и информационных справочных систем

- ЭБС «Издательства Лань»
Коллекция «Единая профессиональная база знаний для аграрных вузов»
ООО «Издательство Лань».
Лицензионный договор № 003/2025-44ФЗ от 22.05.25 г сроком на 1 год
<http://e.lanbook.com/>
- ЭБС «Издательства Лань». Коллекция «ФПУ. 10-11 кл. Изд-во «Просвещение».
Общеобразовательные предметы»
ООО «ЭБС Лань».
Договор № 023/2024-223ФЗ от 24.05.24 г сроком на 1 год
<http://e.lanbook.com/>
- Сетевая электронная библиотека
ООО «ЭБС ЛАНЬ»
Договор № СЭБ НВ-164 от 17.12.2019 г. – бессрочный
<http://e.lanbook.com/>
<http://seb.e.lanbook.com/>
- ЭБС «Университетская библиотека online». Базовая часть
ООО «Директ-Медиа»
Контракт № 51-04/2025 от 22.05.2025 г сроком на 1 год
<http://biblioclub.ru>
- ЭБС «ЮРАЙТ» Пакет СПО
ООО «Электронное издательство Юрайт»
Лицензионный договор № 6703 от 27.08.2024 г. сроком на 1 год
<https://urait.ru/>
- Научная электронная библиотека e-LIBRARY.RU (SCIENCE INDEX)
ООО Научная электронная библиотека.
Лицензионный договор № SIO-2114/2025 от 06.05.2025 сроком на 1 год
<http://elibrary.ru>
- Сертификат ИТС ПО САБ ИРБИС64
ООО «Эй Ви Ди - Систем»
Договор № А-12933 от 12.04.2024 г. сроком на 1 год
- Антиплагиат.ВУЗ 5.0
Модуль поиска «Объединенная коллекция 2020»
АО «Антиплагиат»
Лицензионный договор № 10023 от 12.05.2025 г. сроком на 1 год
- Гарант
ООО «Гарант-КБР» Договор № 305-2025г. от 09.01.2025 г. сроком на 1 год

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

Система университетского обучения основывается на рациональном сочетании нескольких видов учебных занятий, к ним относятся практические занятия, проводимые в различной форме, работа на которых обладает определенной спецификой и самой емкой

учебной нагрузкой, обеспечивающей связь теории и практики. Практические занятия представляют собой, как правило, занятия по решению различных прикладных задач. Отбирая систему задач физического воспитания, для практических занятий по элективной дисциплине физическая культура и спорт, преподаватель стремится к тому, чтобы это давало целостное представление о предмете и его методах. Нельзя на практических занятиях ограничиваться выработкой только технико-тактических приемов и практических навыков, студент должен всегда видеть идею курса, связь ее с практикой, знать профессионально-прикладную и оздоровительную направленность занятий избранным видом спорта, развивать познавательные интересы и творческие способности.

Для изучения элективных дисциплин формируются студенческие группы из числа студентов записавшихся (на добровольной основе, исходя из индивидуальных образовательных интересов и потребностей обучающихся по данному направлению подготовки, специальности) на посещение данных дисциплин. Запись производится в деканатах факультетов для студентов первых курсов – в первые две недели с начала занятий, для студентов вторых-третьих курсов – в марте текущего года на дисциплины по выбору следующего учебного года.

Учебные спортивные группы формируются с учетом пола, физической и спортивно-технической подготовленности студентов. Наполняемость групп зависит от специфики дисциплин по выбору, но не менее 10 человек в группе. Если численность студентов, записавшихся на курс по выбору, менее 10 человек - такой курс исключается из программы подготовки по данному направлению, а студентам, записавшимся для его посещения, предлагается выбрать другой курс по выбору. Если численность студентов, записавшихся на курс по выбору более 30, то лицам, записавшимся в последнюю очередь, предлагается выбрать другой курс по выбору (преимущества имеют студенты, записавшиеся первыми).

Изучение элективной дисциплины по физической культуре и спорту, на которую студент записался, становится для него обязательным.

Студент должен готовиться к практическим занятиям путем самостоятельной проработки теоретического и практического учебного материала, по теме рекомендуемых учебников, учебных пособий, дополнительной литературы, интернет - источников. Для подготовки к практическим занятиям студенту следует завести дневник самоконтроля.

Раздел «Самостоятельная работа» информирует студента о том, какие вопросы раздела (модуля) выносятся на самостоятельное изучение, об их учебно-методическом обеспечении. Самостоятельная работа студента является основным средством овладения учебным материалом во время, свободное от обязательных учебных занятий. Самостоятельная работа студента над усвоением учебного материала по элективной дисциплине может выполняться в спортивном и тренажерном залах, библиотеке университета, учебных кабинетах, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Содержание самостоятельной работы студента определяется учебной программой элективной дисциплины, методическими материалами, заданиями и указаниями преподавателя.

Самостоятельная работа может осуществляться в аудиторной и внеаудиторной формах. Самостоятельная работа в аудиторное время может включать:

- работу со спортивным инвентарем и оборудованием в спортивных и тренажерных залах;
- работу со справочной и методической литературой;
- работу с нормативными правовыми актами;
- участие в оперативном (текущем) опросе по отдельным темам изучаемой дисциплины;
- участие в собеседованиях, деловых (ролевых) играх, дискуссиях, круглых столах, конференциях;
- участие в тестировании и др.

Самостоятельная работа во внеаудиторное время может включать:

- подготовку к практическим занятиям (утренняя гигиеническая гимнастика,

упражнения в течение вне учебного дня, самостоятельные тренировочные занятия, участие в соревнованиях);

- изучение учебной и научной литературы;
- изучение нормативных правовых актов (в т.ч. в электронных базах данных);
- подготовку к выполнению контрольных нормативов;
- подготовку дневников самоконтроля по заданию преподавателя;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме,
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний;
- коррекцию содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам самодиагностики организма и самооценки работоспособности.

Степень усвояемости вопросов самостоятельной работы определяется при текущем контроле и при промежуточной аттестации.

Студенту следует тщательно готовиться к тестированию и контрольным нормативам, контрольным опросам, прорабатывая рекомендуемую литературу, для планирования формы, содержания, объема и интенсивности двигательной активности и умственной учебной нагрузки.

Подготовка к промежуточной аттестации.

При подготовке к промежуточной аттестации целесообразно внимательно изучить перечень источников и рекомендованную литературу, в которой находятся сведения о вопросах планирования объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной нагрузки, расчета часов самостоятельных занятий, возрастных и индивидуальных особенностей, специфики занятий для женщин; корректировки тренировочных планов самоконтроля за эффективностью самостоятельных занятий.

«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» рассчитана на изучение в пяти семестрах и в соответствии с графиком контрольных мероприятий заканчивается контрольным опросом и выполнением контрольных нормативов (тестов).

11.Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

11.1 Лицензионное программное обеспечение

AutoDesk AutoCad 2012 Education Product Standalone б/н

Антиплагиат.ВУЗ 5.0 Модуль поиска «Объединенная коллекция 2020» лицензионный договор № 10023 от 12.05.2025 г. сроком на 1 год

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition № лицензии 26ЕС-241021-134643-810-2826, договор № 651/А от 18.10.2024 г. до 31.10.25 г

11.2 Интернет-ресурсы свободного доступа

Наименование ресурса сети «Интернет»	Электронный адрес ресурса
«Российское образование» - федеральный портал	http://www.edu.ru/index.php
Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"	http://window.edu.ru/
Спортивные ресурсы в сети Интернет	http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php
Культура физическая и здоровье	http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/
Советский спорт	www.sovsport.ru
Спорт в РТ - tatsport.com Спорт-экспресс	www.sport-express.ru
Агроакадемсеть- базы данных РАСХН.	http://www.vniikormov.ru/pub/0004/lektcii-poslevuzovskogo-obrazovaniia-pospetzialnosti-06-01-06-lugovodstvo-lekarstvennye-i-efirno-maslichnye-kultury-01.php

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п./п.	Вид учебной работы	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий	Перечень оборудования и технических средств обучения
1.	Практические занятия	стадион (110х60м) спортивные залы игровые-2; тренажерные залы -2	стандартный комплект тренажерных устройств) стойки, флажки, фишки мячи (футбольные-10 штук) мячи (волейбольные- 10 штук) мячи (баскетбольные- 15 штук) гимнастические коврики для – 10 штук. теннисные ракетки – 12 штук теннисные мячи - 20 штук. теннисные столы - 9 штук.
2.	Самостоятельная работа	Учебная аудитория (компьютерный класс с выходом в Интернет), для организации самостоятельной работы, читальный зал научной библиотеки.	Доска аудиторная, специализированная мебель, компьютеры с выходом в интернет.