

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по УМР

А.А. Панфилов

« 02 » 04 _____ 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

Направление подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профиль подготовки «Адаптивное физическое воспитание»

Уровень высшего образования бакалавриат

Форма обучения очная

Семестр	Трудоем- кость зач. ед, час.	Лек- ций, час.	Практич. занятий, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экс./зачет)
1	2 ЗЕТ / 72 час.	18	54	-	зачет
Итого	2 ЗЕТ / 72 час.	18	54	-	зачет

Владимир, 2015

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» создать представление о теоретических основах использования баскетбола в процессе обучения и как фактора обеспечения здоровья, организационных и нормативных основах соревновательной деятельности; овладеть технологиями планирования и проведения занятий, спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части Блока 1. Для освоения данного модуля необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися по дисциплине «История физической культуры и спорта».

Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» будет способствовать освоению таких дисциплин как «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонением в состоянии здоровья», «Частные методики адаптивной физической культуры», «Элективные курсы по физической культуре».

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» направлен на формирование общекультурных компетенций (ОК) и в результате обучения обучающийся должен получить следующие результаты образования

знать:

- историю возникновения и развития баскетбола в России и за рубежом (ОК-7);
- основы техники и тактики игры в баскетбол, а также требования к использованию их рациональных вариантов (ОК-8);
- основные принципы, средства и методы обучения и начальной тренировки по баскетболу (ОК-8);
- нормы и правила безопасной организации и проведения занятий по баскетболу с различными категориями населения (ОК-8);

уметь:

- формулировать конкретные задачи преподавания баскетбола в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий (ОК-10);
- подбирать и применять на занятиях по баскетболу адекватные поставленным задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и начальной тренировки, организационные приемы работы с занимающимися (ОК-10);
- определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения (ОК-8);
- осуществлять организацию и проведение соревнований, индивидуальных и коллективных занятий по баскетболу с различными категориями населения (ОК-8);

владеть:

- навыком практического выполнения упражнений по баскетболу (ОК-7);
- приемами рациональной организации при проведении занятий в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся (ОК-10);
- технологиями подготовки и проведения соревнований по баскетболу, а также методикой их организации, проведения и судейства (ОК-8).

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общий объем учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» составляет 2 ЗЕТ, 72 часа .

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости и (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы, коллоквиумы	СРС	КП / КР		
1	Место баскетбола в российской системе физического воспитания и адаптивного спорта.	1	1	2	2					2/50	
2	История, современное состояние и перспективы развития баскетбола.	1	2-3	2	4					4/66	
3	Правила игры. Методика судейства.	1	3-4	2	4					4/66	
4	Классификация игры и терминология в баскетболе.	1	5-6	2	4					4/66	Рейтинг-контроль 1
5	Организация и проведение соревнований по баскетболу.	1	6-8	2	8					6/60	
6	Методика обучения техническим приемам в баскетболе.	1	9-11	2	8					2/20	
7	Средства и методы технической подготовки при игре в баскетбол.	1	11-13	2	8					-	Рейтинг-контроль 2
8	Методика обучения тактическим взаимодействиям в баскетболе.	1	14-16	2	8					2/20	
9	Средства и методы тактической подготовки в баскетболе.	1	16-18	2	8					-	Рейтинг-контроль 3
Всего				18	54					24/33	зачет

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Учебный процесс дисциплины «Физическая культура и спорт» осуществляется с использованием активных и интерактивных форм проведения занятий (ролевые игры, разбор конкретных ситуаций и др.) с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Для оценки учебной деятельности студентов на кафедре используется балльно-рейтинговая система. Предусмотрен текущий контроль успеваемости в форме рейтинг-контроля и промежуточная аттестация в форме зачета.

Темы заданий для рейтинг контроля студентов (текущий контроль)

Рейтинг-контроль 1

1. Место баскетбола в российской системе физического воспитания и адаптивного спорта.
2. История, современное состояние и перспективы развития баскетбола.
3. Правила игры. Методика судейства.
4. Классификация игры и терминология в баскетболе.

Рейтинг контроль 2

1. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
2. Методика обучения техническим приемам в баскетболе.
3. Средства и методы технической подготовки при игре в баскетбол.

Рейтинг контроль 3

1. Методика обучения тактическим взаимодействиям в баскетболе.
2. Средства и методы тактической подготовки в баскетболе.

Перечень контрольных вопросов и заданий для подготовки к зачету

1. Возникновение и развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Содержание игры, характеристика баскетбола, как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта.
3. Значение правил игры в баскетбол, их историческое развитие.
4. Изменение правил баскетбола, как объективная необходимость, вызываемая развитием игры.
5. Значение квалифицированного судейства в показе высоких спортивных достижений.
6. Состав судейской бригады в баскетболе, распределение их ролей и обязанностей.
7. Основы методики и механики судейства в баскетболе.
8. Типы и виды спортивных соревнований по баскетболу.
9. Положение и регламент о соревнованиях по баскетболу.
10. Способы проведения соревнований, ранжирование результатов и определение победителя в соревнованиях по баскетболу.
11. Понятие о технике в баскетболе.
12. Особенности современной баскетбольной техники и её значение для роста спортивного мастерства.
13. Классификация техники игры в баскетбол и ее терминология.
14. Особенности обучения технике баскетбола.
15. Развитие физических качеств, специфических для игры в баскетбол, как предпосылки успешного овладения техникой.
16. Подготовительные, подводящие упражнения при обучении техническим приемам в баскетболе.
17. Последовательность изучения технических приемов в нападении.
18. Последовательность изучения технических приемов в нападении в защите.
19. Физические упражнения как основное средство подготовки баскетболистов. Повторный метод, как основа совершенствования технического мастерства баскетболистов.

20. Особенности техники передвижений при игре в баскетбол.
21. Особенности индивидуальной техники владения мячом в нападении.
22. Особенности тактики игры в баскетбол и её классификация.
23. Способы и формы тактической спортивной борьбы в баскетболе и их рациональное применение против конкретного соперника.
24. Функциональные обязанности игроков в баскетбольной команде как основа командной тактики.
25. Средства и методы тактической подготовки баскетболистов.
26. Индивидуальные тактические действия игрока без мяча и с мячом.
27. Групповые тактические взаимодействия игроков баскетбольной команды в нападении.
28. Групповые тактические взаимодействия игроков баскетбольной команды в защите.
29. Особенности тактики командных действий в быстром и позиционном нападении.
30. Индивидуальные тактические действия против игрока, не владеющего мячом и против игрока с мячом.
31. Групповые тактические действия при страховке, противодействию комбинациям соперника.
32. Понятия тактических защитных построений при личной, зонной и смешанной форм защиты.

Вопросы для самостоятельной работы студентов (темы рефератов):

1. Баскет: история возникновения, этапы развития, выдающиеся спортсмены.
2. Методика использования тренажеров при обучении техническим приемам.
3. Методы и методические приемы силовой тренировки.
4. Методика обучения перемещениям по площадке.
5. Воспитание координации на примере различных методов.
6. Воспитание скоростных качеств у баскетболиста.
7. Методика обучения игре в нападении в группах начального обучения.
8. Методика обучения игре в защите в группах начального обучения.
9. Совершенствование командных взаимодействий на чужой половине площадки.
10. Совершенствование командных взаимодействий на своей половине площадки.
11. Травматизм при занятиях баскетболом: причина, предупреждение, оказание первой помощи.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

1. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки: организационная культура личности юного спортсмена [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко, К.М. Эссеббар. – М.: Прометей, 2013. – 230 с. – <http://old.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223283.html>
2. Губа, В.П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): научно-методич. пособие / В.П. Губа. – М.: Советский спорт, 2012. – 384 с. – <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805779.html>.
3. Роуз, Л. Баскетбол чемпионов: основы [Электронный ресурс] / Роуз Ли; Пер. с англ. – М.: Человек, 2014. – 272 с. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131225.html>

Дополнительная литература

1. Методические рекомендации к разработке интегрированных образовательных программ, актуализирующих познавательную активность, интеллектуальные способности и личностные качества обучающихся спортсменов [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2014. – 140 с. – <http://old.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704225157.html>
2. Физическая культура [Электронный ресурс] / Ю.И. Евсеев. – Изд. 8-е, испр. – Ростов на Дону: Феникс, 2012. – 226 с. – <http://studentlibrary.ru/book/ISBN9785222194645.html>.
3. Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс] / М.А. Годик, А.П. Скородумова. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с. – <http://studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804703.html>.

Периодические издания

- Журнал «Спорт: экономика, право, управление», 2014, 2015.
Журнал «Теория и практика физической культуры», 2014, 2015.
Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», 2015.

Интернет-ресурсы

- [www. bmsi.ru](http://www.bmsi.ru) – библиотека международной спортивной информации;
[www. lib.sportedu](http://www.lib.sportedu) – центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

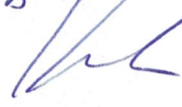
Практические занятия по модулю проводятся в игровом зале спортивного корпуса № 3 ИФКС ВлГУ (ул. Университетская, 1, ауд. 202). На занятиях используются баскетбольные мячи (№6 и №7), стойки для обводки, баскетбольные щиты, кольца с сетками.

Контрольные занятия проводятся с использованием материально-технических и информационных ресурсов кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры, в том числе: мультимедийный проектор, ноутбук, учебные плакаты и таблицы (ауд. 109-3ск).

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО направления подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль «Адаптивное физическое воспитание».


Рабочую программу составила к.п.н., доцент Власов А.В. 

Рецензент

Канд. нар. наук, ст. преподаватель кафедр,
БГТУ ВПО «Вестник» Клеветов А.В. 

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

протокол № 9/1 от 10.04.2015 года.

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений 49.03.01 и 49.03.02.


протокол № 5/1 от 20.04.2015 года.

Председатель комиссии  Батоцыренова Т.Е.

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

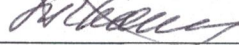
Рабочая программа одобрена на 2015-16 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 21.08.2015 года

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 2016-17 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 22.08.2016 года

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на _____ учебный год

Протокол заседания кафедры № _____ от _____ года

Заведующий кафедрой _____ Батоцыренова Т.Е.