

Федеральное государственное бюджетное учреждение  
профессиональная образовательная организация  
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)  
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ А.А.Солонкин

« 30 » августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**Избранный вид спорта. Баскетбол**

**СПЕЦИАЛЬНОСТЬ**  
**49.02.02 АДАПТИВНАЯ**  
**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Брянск 2023

Программа по дисциплине « . »  
разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 28 августа 2023 г. N 640.

**Разработчики:**

**Межгородский Геннадий Михайлович** - председатель цикловой комиссии практических дисциплин ФБГУ ПОО «БГУОР»

**Колесникова Ирина Владимировна** - преподаватель комиссии практических дисциплин ФБГУ ПОО «БГУОР»

**Колесников Алексей Иванович** - преподаватель комиссии практических дисциплин ФБГУ ПОО «БГУОР»

**Филатов Константин Валерьевич** - преподаватель комиссии практических дисциплин ФБГУ ПОО «БГУОР»

Рассмотрена на заседании **ПЦК практических дисциплин**  
Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Председатель ПЦК  Межгородский Г.М.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

  
\_\_\_\_\_ Моисеев А.Н.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	10
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	11

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ, БАСКЕТБОЛ»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СОО.02.02 «Избранный вид спорта. Баскетбол» является частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01., ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.; ПК 3.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>– использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</li> <li>– проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки;</li> <li>- методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</li> </ul>

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

**Иметь практический опыт** тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта (баскетбол):

1. Тренировочных занятий не менее 2 раз в неделю
2. Официальных игр (пер-во района, города, области, в т. ч. среди студентов СПО и основного отборочного этапа АССК) – 6
3. Судейство игр (пер-во района, города, области, в т. ч. среди студентов СПО и основного отборочного этапа АССК) - 4

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	90
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	90
в том числе:	
теоретические занятия	10
практические занятия	80
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	-
Итоговая аттестация в форме: <b>дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Избранный вид спорта (баскетбол)»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формирование которых способствует элемент программы
<b>ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА (БАСКЕТБОЛ)</b>		<b>90</b>	
<b>Раздел 1. Предмет и задачи курса</b>		<b>10</b>	
<b>Тема 1.1. Введение в предмет</b>	<b>Содержание материала:</b> <i>Программа, задачи курса ИВС.</i> <i>История развития баскетбола.</i> <i>Классификация техники и тактики баскетбола.</i>	<b>10</b>	ОК 01;; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.5.; ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- ПК 3.3.;

			<b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.4.;
<b>Раздел 2. Общие основы подготовки в баскетболе</b>		<b>80</b>	
<b>Тема 2.1.</b> <b>Физическая подготовка в баскетболе.</b>	<b>Содержание материала:</b> <i>Развитие силы.</i> <i>Развитие выносливости.</i> <i>Развитие быстроты.</i> <i>Развитие ловкости.</i> <i>Развитие гибкости.</i> <i>Развитие прыгучести.</i> <i>Развитие скоростной выносливости.</i>	<b>20</b>	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.1.- <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1.- ПК 3.5; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.1.- ПК 3.6
<b>Тема 2.2.</b> <b>Обучение технической подготовке в баскетболе.</b>	<b>Содержание материала:</b> <i>Техника работы ног,</i> <i>Техника остановок и поворотов,</i> <i>Техника передачи мяча на месте и в движении,</i> <i>Техника ведения мяча на месте и в движении,</i> <i>Техника бросков мяча с места и в прыжке,</i> <i>Техника бросков мяча в движении,</i> <i>Техника вырывания и выбивания,</i> <i>Техника перехвата,</i> <i>Техника подбора мяча,</i> <i>Техника накрывания и блокшота.</i>	<b>40</b>	ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.



<p><b>Тема 2.3.</b> <b>Обучение тактической подготовке в баскетболе.</b></p>	<p><b>Содержание материала:</b> <i>Индивидуальные действия в нападении,</i> <i>Индивидуальные действия в защите,</i> <i>Групповые действия в нападении,</i> <i>Групповые действия в защите.</i></p>	<p><b>20</b></p>	<p>ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ПК 2.1; <b>ВД 3(1):</b> ПК 3.3.; <b>ВД 3(2):</b> ПК 3.1; <b>ВД 3(3):</b> ПК 3.4.; ПК 3.</p>
--	---	------------------	--

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Реализация программы требует наличия учебного кабинета базовых видов спорта, а также универсального спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- АРМ преподавателя,
- набор учебно-методических таблиц, медиатека;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением,
- мультимедиапроектор, сканер, принтер.

Инвентарь и оборудование спортивного зала спортивных игр:

- Табло электронное игровое (для волейбола, баскетбола) с защитным экраном;
- Комплект скамеек;
- Раздевалки для хранения вещей обучающихся;
- Стеллажи для инвентаря;
- Сетки на баскетбольные кольца;
- Комплект мячей баскетбольных женских и мужских
- Манишки (жилетка) игровая;
- Сетка для хранения баскетбольных мячей;
- Комплект обручей;
- Скакалки;
- Комплект набивных мячей;
- Комплект гимнастических палок.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Баскетбол: программа примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2016. – 97 с.
2. Годик, М. А. Комплексный контроль в спортивных играх / М. А. Годик, А. П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2016. – 336 с.
3. Гомельский, А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский. - М.: Гранд ФАИР-пресс, 2017. - 338 с.
4. Железняк, Ю.Д. Совершенствование спортивного мастерства / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов В. П. Савин. - М.: Академия, 2017. – 400 с.
5. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов. - М.: Академия, 2018. -520 с.
6. Межгородский Г. М. Рабочая программа учебной дисциплины «избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов / Межгородский, И. В. Колесникова, А. И. Колесников. - Брянск, 2019. - 32 с.
- б. Козаков, С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. – Ростов н/Д: Феникс, 2017. - 448 с.

7. Краузе, Д. Баскетбол – навыки и упражнения / Д. Краузе, Д. Мейер, Дж.
8. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие
9. Федоров, Л. Баскетбол олимпийский / Л. Федоров. - М.: Книга по требованию, 2019. - 925 с.
10. Шустиков, Г. С. Особенности тренировочного процесса в школьном баскетболе: учебное пособие / Г. С. Шустиков. – М.: Наталис, 2017. – 44 с.
11. Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов. Учебное пособие / Е.Р. Яхонтов, - СПб.: Аврора. - 2019. – 58 с.

**Дополнительные источники:**

12. Железняк Ю.Д. Спортивные игры / Ю.Д Железняк, Ю.Н. Портнов. –М.: - 2018.
13. Жуков М.Н. Подвижные игры. Учебник для студентов педагогических ВУ-Зов / М.Н. Жуков.- М.: Академия. - 2018.
14. Правила соревнований по баскетболу. – М, Спортакадемпредс. – 2018.
15. Спортивные игры на уроках физкультуры. Под общей редакцией О. Листова. – М.: методическое пособие для преподавателей. Спорт академия Пресс. - 2019.

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов	- использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями; - описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.	оценка результатов выполнения практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации

<p>физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p>		
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p>		
<p>выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике;</p> <p>- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники</p>	<p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>тестирование;</p> <p>оценка заданий при проведении</p>
<p>использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>текущего контроля;</p> <p>промежуточной аттестации</p>
<p>применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</p>	<p>базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	
<p>использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями</p>	<p>физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия;</p> <p>- применение различных способов организации</p>	

эксплуатации	для рационального размещения занимающихся	
проводить	в зале с учетом задач и содержания занятий по	
тренировочные занятия	базовым и новым видам физкультурно-	
по базовым и новым	спортивной деятельности;	
видам физкультурно-	- соблюдение требований к качественному	
спортивной деятельности	показу упражнений и демонстрации техники	
	выполнения двигательных действий по	
	базовым и новым видам физкультурно-	
	спортивной деятельности;	
	-соблюдение методической	
	последовательности при проведении занятий	
	по базовым и новым видам физкультурно-	
	спортивной деятельности;	
	- выявление и своевременность исправления	
	ошибок при выполнении двигательных	
	действий с учетом требований к технике по	
	базовым и новым видам физкультурно-	
	спортивной деятельности.	