

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту

Кафедра спорту та фітнесу

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи
 О.Б. Жильцов
“ 25 ” 09 2018 року


РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Фізичне виховання

СЕКЦІЇ

«БАСКЕТБОЛЬ»

спеціальності – для всіх спеціальностей
освітнього рівня першого (бакалаврського)
освітньої програми – для всіх освітніх програм

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02136554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти
Протокол № 0591/18
 (прізвище, ініціали)
« » 20 18 р.

Київ - 2018

Розробники:

Сабутський Олександр Григорович, старший викладач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту Київського університету імені Бориса Грінченка

Викладачі:

Сабутський Олександр Григорович, старший викладач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту Київського університету імені Бориса Грінченка

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту
Протокол від 30 серпня 2018 р. № 1

Завідувач кафедри _____ (Л.В. Ясько)
(підпис)

Робочу програму перевірено

_____.2018 р.
Заступник декана _____ (О.С. Комоцька)
(підпис)

Проланговано :

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__»__ 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__»__ 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__»__ 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__»__ 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р _____ (_____) . «__»__ 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання		
	Денна	Заочна	
Вид дисципліни	вибіркова		
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська		
Загальний обсяг кредитів/годин	4/120		
Курс	2		
Семестр	3	4	
Кількість модулів	4		
Обсяг кредитів	2	2	
Обсяг годин, в тому числі:	60	60	
Практичні	28	28	
Модульний контроль	4	4	
Семестровий контроль	--	--	
Самостійна робота	28	28	
Форма семестрового контролю	залік	залік	

2.Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни – формування загальних компетентностей бакалаврів. Формування здоров'язберігальної компетентності забезпечує зміцнення здоров'я студентів, сприяє гармонійному фізичному розвитку, підвищенню фізичної підготовленості та працездатності засобами баскетболу.

Завдання дисципліни:

Вивчення дисципліни спрямовано на досягнення компетенцій:

1. Здатність до зміцнення та збереження власного здоров'я, профілактики захворювань, розвитку рухових якостей в процесі занять баскетболом.
2. Здатність до формування стійких звичок до щоденних занять фізичними вправами.
3. Здатність проводити систематичні фізичні тренування з баскетболу з оздоровчою або спортивною спрямованістю з метою забезпечення належного рівня підготовленості та працездатності протягом всього періоду навчання.
4. Здатність використовувати засоби баскетболу для підвищення рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості.

3. Результати навчання за дисципліною.

Під час практичних занять та самостійної роботи студенти *набувають уміння та навички:*

Здатен: виконувати стійки та пересування, ведення м'яча, прийом та передачу м'яча від грудей двома руками, прийом та передачу м'яча двома руками із-за голови, кидки із близької та середньої відстані, прийом та передачу м'яча «від грудей та із-за голови двома руками», кидок с середньої відстані після ведення та зупинки, штрафний кидок, кидки з дальньої відстані, подвійний крок. Здійснювати суддівство змагань з баскетболу, грати у нападі та захисті, здійснювати швидкісну атаку.

При заняттях студенти розподіляються на підгрупи. Контрольні нормативи складені у відповідності до вікових та індивідуальних закономірностей формування та розвитку студента.

4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1 Баскетбол							
Тема 1.Історія баскетболу. Техніка безпеки на заняттях.	2			2			
Тема 2.Техніка стійок та пересувань. Техніка ведення м'яча.	2			2			
Тема 3. Техніка прийому та передачі м'яча від грудей двома руками.	2			2			
Тема 4. Техніка прийому та передачі м'яча двома руками із-за голови.	2			2			
Тема 5.Техніка виконання кидків із близької відстані	2			2			
Тема 6.Техніка виконання кидків із середньої відстані.	2			2			
Тема 7. Загальна фізична підготовка та спеціальна фізична підготовка	16			2			14
Модульний контроль	2						

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Разом	30			14			14
Змістовий модуль 2 Техніка гри у баскетбол							
Тема 8. Ведення та передачі м'яча.	2			2			
Тема 9. Прийом та передача м'яча «від грудей та із-за голови двома руками».	2			2			
Тема 10. Виконання кидків з близької відстані	2			2			
Тема 11. Виконання кидків із середньої відстані.	2			2			
Тема 12. Кидок с середньої відстані після ведення та зупинки.	2			2			
Тема 13. Техніка штрафного кидка.	2			2			
Тема 14. ЗФП та СФП	16			2			14
Модульний контроль	2						
Разом	30			14			14
Змістовий модуль 3 Основні технічні дії							
Тема 15. Техніки виконання кидків з дальньої відстані.	2			2			
Тема 16. Удосконалення техніки штрафного кидка.	2			2			
Тема 17. Техніка виконання подвійного кроку	2			2			
Тема 18. Правила гри та суддівство.	2			2			
Тема 19. Взаємодії гравців у нападі.	2			2			
Тема 20. Взаємодії гравців у захисті	2			2			
Тема 21. СФП та ЗФП	16			2			14
Модульний контроль	2						
Разом	30			14			14
Змістовий модуль 4 Навчання технічним навичкам							
Тема 22. Техніка виконання подвійного кроку				2			
Тема 23. Техніка виконання кидка з місця після руху.				2			
Тема 24. Взаємодія гравців у нападі та захисті.				2			

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Тема 25. Ознайомлення з виконанням обманних дій під час гри в баскетбол.				2			
Тема 26. Швидкісна атака.				2			
Тема 27. Змагання в середині групи				2			
Тема 28. ЗФП та СФП	16			2			14
Модульний контроль	2						
Разом	30			14			14
Усього	120			56			56

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Баскетбол

Практичне заняття 1.

Основні питання / ключові слова: Історія баскетболу. Техніка безпеки на заняттях.

Практичне заняття 2.

Основні питання / ключові слова: Техніка стійок та пересувань. Техніка ведення м'яча.

Практичне заняття 3.

Основні питання / ключові слова: Техніка прийому та передачі м'яча від грудей двома руками.

Практичне заняття 4.

Основні питання / ключові слова: Техніка прийому та передачі м'яча двома руками із-за голови.

Практичне заняття 5.

Основні питання / ключові слова: Техніка виконання кидків із близької відстані.

Практичне заняття 6.

Основні питання / ключові слова: Техніка виконання кидків із середньої відстані.

Практичне заняття 7.

Основні питання / ключові слова: Загальна фізична підготовка та спеціальна фізична підготовка.

Змістовий модуль 2. Техніка гри у баскетбол.

Практичне заняття 8.

Основні питання / ключові слова: Ведення та передачі м'яча.

Практичне заняття 9.

Основні питання / ключові слова: Прийом та передача м'яча «від грудей та із-за голови двома руками».

Практичне заняття 10.

Основні питання / ключові слова: Виконання кидків з близької відстані.

Практичне заняття 11.

Основні питання / ключові слова: Виконання кидків із середньої відстані.

Практичне заняття 12.

Основні питання / ключові слова: Кидок с середньої відстані після ведення та зупинки.

Практичне заняття 13.

Основні питання / ключові слова: Техніка штрафного кидка.

Практичне заняття 14.

Основні питання / ключові слова:ЗФП та СФП.

Змістовий модуль 3. Основні технічні дії**Практичне заняття 15, 16.**

Основні питання / ключові слова: Техніка виконання кидків з дальньої відстані. Удосконалення техніки штрафного кидка.

Практичне заняття 17, 18.

Основні питання / ключові слова: Техніка виконання подвійного кроку. Правила гри та суддівство.

Практичне заняття 19, 20.

Основні питання / ключові слова: Взаємодії гравців у нападі. Взаємодії гравців у захисті.

Практичне заняття 21.

Основні питання / ключові слова: СФП та ЗФП

Змістовий модуль 4. Навчання технічним навичкам**Практичне заняття 22.**

Основні питання / ключові слова: Техніка виконання подвійного кроку.

Практичне заняття 23.

Основні питання / ключові слова: Техніка виконання кидка з місця після руху.

Практичне заняття 24.

Основні питання / ключові слова: Взаємодія гравців у нападі та захисті.

Практичне заняття 25.

Основні питання / ключові слова: Ознайомлення з виконанням обманних дій під час гри в баскетбол.

Практичне заняття 26.

Основні питання / ключові слова: Швидкісна атака.

Практичне заняття 27.

Основні питання / ключові слова: Змагання в середині групи.

Практичне заняття 28.

Основні питання / ключові слова: ЗФП та СФП.

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів	Модуль 1		Модуль 2	
		Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів
Відвідування практичних занять	1	7	7	7	7
Робота на практичному занятті	10	7	70	7	70
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25
Разом			107		107
Максимальна кількість балів за III семестр: 214					
Розрахунок коефіцієнта : $214 / 100 = 2,14$					
Відвідування практичних занять	1	7	7	7	7
Робота на практичному занятті	10	7	70	7	70
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25
Разом			107		107
Максимальна кількість балів за IV семестр: 214					
Розрахунок коефіцієнта : $214 / 100 = 2,14$					

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання

Змістовий модуль теми курсу	Академічний контроль	Бали
Змістовий модуль 1. Баскетбол. (14 год.)		
Техніка безпеки та самоконтроль під час занять баскетболом.	Поточний	5
Змістовий модуль 2. Техніка гри у баскетбол. (14 год.)		
Взаємодії гравців та розташування на майданчику.	Поточний	5
Змістовий модуль 3. Основні технічні дії. (14 год.)		
Види передач та ведення м'яча.	Поточний	5

Змістовий модуль 4. Навчання технічним навичкам. (14 год.)		
ЗФП та СФП	Поточний	5

За кожен самостійну роботу студент може отримати від 1 до 5 балів.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- ✓ своєчасність виконання навчальних завдань;
- ✓ повний обсяг їх виконання;
- ✓ якість виконання навчальних завдань;
- ✓ самостійність виконання;
- ✓ творчий підхід у виконанні завдань;
- ✓ ініціативність у навчальній діяльності.

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання
Форма контролю — оцінка рівня фізичної підготовленості (рухові тести).

Критерії оцінювання модульного тестування:

Навчальні нормативи та вимоги

Модуль 1. Баскетбол.

№	Нормативи	Стать	«13»	«17»	«20»	«23»	«25»
1	Передача м'яча (30сек.)	Ю	17	19	21	23	25
		Д	15	17	19	21	23

Модуль 2. Техніка гри у баскетбол

№	Нормативи	Стать	«13»	«17»	«20»	«23»	«25»
2	Штрафнийкидок (з 10 спроб)	Ю	1	2	3	4	5
		Д	1	2	3	4	5

Модуль 3. Основні технічні дії

№	Нормативи	Стать	«13»	«17»	«20»	«23»	«25»
3	Кидким'яча у кошик, стоячи збоку від щита (з 8 спроб)	Ю	2	3	4	6	7
		Д	2	3	4	6	7

Модуль 4. Навчання технічним навичкам

№	Нормативи	Стать	«13»	«17»	«20»	«23»	«25»
---	-----------	-------	------	------	------	------	------

4	Піднімання тулуба в сід (30сек.)	Ю	15	16	18	21	25
		Д	15	16	17	20	23

6.4. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість балів
Відмінно <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	90-100
Дуже добре <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	82-89
Добре <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	75-81
Задовільно <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	69-74
Достатньо <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	60-68
Незадовільно <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	35-59
Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-34

7. Навчально-методична картка дисципліни

Разом: 120 год.: практи. заняття - 56 год., самостійна робота - 56 год., модульн. контроль - 8 год., залік - 2 год.

Модулі	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3	Змістовий модуль 4
Назва модуля	Баскетбол.	Техніка гри у баскетбол.	Основні технічні дії.	Навчання технічним навичкам
Теми практичних занять	1. Історія баскетболу. Техніка безпеки на заняттях (2 год). 2. Техніка стійок та пересувань. Техніка ведення м'яча. Техніка прийому та передачі м'яча від грудей двома руками (6 год) 3. Техніка прийому та передачі м'яча двома руками із-за голови. Техніка виконання кидків із близької відстані. Техніка виконання кидків із середньої відстані. Загальна фізична підготовка та спеціальна (6 г год) фізична підготовка	1. Ведення та передачі м'яча. Прийом та передача м'яча «від грудей та із-за голови двома руками». Виконання кидків з близької відстані. (6 год) 2. Виконання кидків із середньої відстані. Кидок з середньої відстані після ведення та зупинки. Техніка штрафного кидка (8 год)	1. Техніки виконання кидків з дальньої відстані. Удосконалення техн штрафного кидка. Техніка виконання подвійного кроку (8 год) 2. Правила гри та суддівство. Взаємодії гравців у нападі. Взаємодії гравців у захисті (6 год)	1. Техніка виконання подвійного кроку. Техніка виконання кидка з місця після руху. Взаємодія гравців у нападі та захисті (6 год). 2. Ознайомлення з виконанням обманних дій під час гри в баскетбол. Швидкісна атака. Змагання в середині групи (8 год)
Відвідування практичних занять, бали	14		14	
Робота на практичному занятті, бали	140		140	
Самостійна робота, бали	10		10	
Модульний контроль	50		50	
Підсумковий контроль	залік		залік	

8. Рекомендована література:

Основна:

1. Козіна ЖЛ, Поярков ЮМ, Церковна ОВ, Воробйова ВО. Спортивні ігри: Загальні основи теорії і методики спортивних ігор [навч. посібник]. Харків; 2010; т1. 200 с.
2. Мітова ОО, Грюкова ВВ. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання [навчально-метод. посібник]. Дніпро: «Інновація»; 2016. 194 с.
3. Офіційні Правила Баскетболу 2017. Центральне бюро FIBA, 2017. 96 с.
4. Поплавський ЛЮ. Баскетбол [підручник]. Київ: Олімпійська література; 2004. 447 с.

Додаткова:

1. Баскетбол для молодых игроков [под ред. Хосе Мариа Бусета]. Николаев: ФИБА; 2000. 360 с.
2. Гомельский АЯ. Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений. М.: «Сксмо»; 2015. 256 с.

Електронні ресурси:

1. Всесвітня федерація баскетболу. Офіційний сайт. Код доступу: <http://www.fiba.com/>
2. Федерація баскетболу України. Офіційний сайт. Код доступу: <http://www.fbu.ua/>