

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТУ. БАСКЕТБОЛ**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика

Направленность (профиль): «Экономика кооперативных организаций»

Форма обучения: очная, заочная

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Срок обучения: очная форма - 4 года, заочная форма - 4 года 6 мес.

Вид учебной работы	Трудоемкость, часы	
	Очная форма	Заочная форма
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:	328	12
Аудиторные занятия, часов всего, в том числе:	328	10
• лекции	-	10
• практические занятия	328	-
Промежуточная аттестация (контактная работа)	-	2
2. Самостоятельная работа студентов, всего	-	314
• др. формы самостоятельной работы	-	314
3. Промежуточная аттестация: зачет	-	2
Итого	328	328

Мифтахов Р.А. Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол: Рабочая программа дисциплины (модуля). – Казань: Казанский кооперативный институт (филиал) Российского университета кооперации, 2018. – 42 с.

Рабочая программа по дисциплине (модулю) «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол» по направлению подготовки 38.03.01 Экономика составлена Мифтаховым Р.А., доцентом кафедры физической культуры и спорта Казанского кооперативного института (филиала) Российского университета кооперации в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки «Экономика», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» ноября 2015 г. № 1327, и учебными планами по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (год начала подготовки – 2018).

Рабочая программа:

**обсуждена и рекомендована** к утверждению решением кафедры физической культуры и спорта Казанского кооперативного института (филиала) Российского университета кооперации от 18.05.2018г., протокол № 10.

**одобрена** Научно-методическим советом Казанского кооперативного института (филиала) от 23.05.2018, протокол № 5.

**утверждена** Ученым советом Российского университета кооперации от 30.05.2018, протокол № 7.

© АНОО ВО ЦС РФ  
«Российский университет  
кооперации» Казанский  
кооперативный институт  
(филиал), 2018  
© Мифтахов Р.А., 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины (модуля) .....	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы .....	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) .....	4
4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы .....	5
5. Содержание дисциплины (модуля) .....	6
5.1. Содержание разделов, тем дисциплины (модуля) .....	6
5.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами (модулями) .....	8
5.3. Разделы, темы дисциплины (модуля) и виды занятий .....	9
6. Лабораторный практикум .....	10
7. Практические занятия (семинары) .....	10
8. Примерная тематика курсовых проектов (работ) .....	12
9. Самостоятельная работа студента .....	12
10. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) .....	13
11. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) .....	13
12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля) .....	14
13. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем (при необходимости) .....	14
14. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....	14
15. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) .....	15
16. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины для преподавателей, образовательные технологии .....	16
<b>ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....</b>	<b>17</b>
1. Паспорт фонда оценочных средств .....	18
1.1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины .....	18
1.2. Сведения об иных дисциплинах (преподаваемых, в том числе, на других кафедрах) участвующих в формировании данных компетенций .....	18
1.3. Этапы формирования и программа оценивания контролируемой компетенции .....	18
1.4. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкала оценивания .....	20
2. Типовые контрольные задания для оценки результатов обучения по дисциплине и иные материалы для подготовки к промежуточной аттестации .....	23
2.1. Материалы для подготовки к промежуточной аттестации .....	23
2.2. Комплект билетов для проведения промежуточной аттестации .....	30
Комплект тестовых заданий для проведения зачета по дисциплине .....	32
2.3. Критерии оценки для проведения зачета по дисциплине .....	34
2.4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания по дисциплине .....	35
<b>ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....</b>	<b>36</b>
<b>КОМПЛЕКТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ .....</b>	<b>37</b>
<b>ТЕМЫ ДОКЛАДОВ .....</b>	<b>38</b>
<b>КОМПЛЕКТ ВОПРОСОВ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ .....</b>	<b>40</b>

## **1. Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины — является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Задачи освоения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков в зависимости от выбранного вида спорта, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,
- самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- совершенствование спортивного мастерства студентов.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина относится к дисциплинам базовой части блока Б1.

Для изучения дисциплины необходимо обладать знаниями, полученными основной образовательной программы среднего (полного) общего образования.

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)**

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующей общекультурной компетенции:

ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины студент должен:

Формируемые компетенции (код компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций	Наименование оценочного средства
ОК-8	Знать основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности	Доклад
	Знать об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем	
	Знать о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие	
	Уметь использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	Практические задания
	Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
	Уметь использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	
	Владеть жизненно важными умениями и навыками	Контрольная работа
	Владеть навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	
	Владеть навыками применения средств физической культуры для коррекции	
	Владеть навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	

#### 4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

*очная форма обучения*

Вид учебной деятельности	Часов	По семестрам							
		Всего	1	2	3	4	5	6	7
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:	328	54	54	54	54	58	36	18	
Аудиторные занятия всего, в том числе:	328	54	54	54	54	58	36	18	
Практические занятия	328	54	54	54	54	58	36	18	
Вид промежуточной аттестации - зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
ИТОГО:	часов	328	54	54	54	54	58	36	18
Общая трудоемкость									

## *заочная форма обучения*

Вид учебной деятельности		Часов	
		Всего	По курсам 1
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:		12	12
Аудиторные занятия всего, в том числе:		10	10
Лекции		10	10
Промежуточная аттестация (контактная работа)		2	2
2. Самостоятельная работа студента всего, в том числе:		314	314
Другие виды самостоятельной работы		314	314
Вид промежуточной аттестации - зачет		2	2
ИТОГО:	часов	328	328
Общая трудоемкость			

### **5. Содержание дисциплины (модуля)**

#### **5.1. Содержание разделов, тем дисциплины (модуля)**

##### ***Раздел 1. Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности.***

Тема 1.1. Требования, которые предъявляет баскетбол к физическим кондициям занимающегося.

Тема 1.2. Ведущие физические качества и двигательные способности, характерные для баскетбола.

Тема 1.3. Средства и методы развития специальной физической подготовленности. Развитие специальной выносливости, скоростно-силовых, координационных способностей, ловкости, точности, прыгучести, ориентировки

Тема 1.4. Стартовые рывки с места.

Тема 1.5. Бег спиной и боком (правым, левым).

Тема 1.6. Рывки из различных исходных положений.

Тема 1.7. Бег с быстрой сменой направления.

Тема 1.8. Прыжки. С места толчком двумя ногами, с доставанием высоко подвешенных предметов (края сетки, щита, кольца и т.п.) одной и двумя руками; то же в движении толчком одной ногой (левой, правой). Серийные прыжки на максимальную высоту, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх и доставанием предметов, рывками и бегом к ориентирам.

Тема 1.9. Комбинированные упражнения с двумя/тремя мячами при встречном, параллельном, противоположном передвижениях, движении по кругу, восьмерке; передача мяча от одного, двух и трех партнеров. Салки с непрерывным ведением мяча одной и другой рукой по зрительному, слуховому или условному сигналу.

## ***Раздел 2. Методика развития специальной быстроты в баскетболе.***

Тема 2.1. Сущность понятия скоростные способности, виды, факторы их определяющие.

Тема 2.2. Основы методики развития специальной быстроты движений и скоростных способностей.

Тема 2.3. Средства и методы развития специальной быстроты, принципы определения и увеличения нагрузки интенсивности.

Тема 2.4. Диагностика специальных скоростных способностей в многолетней подготовке баскетболистов.

Тема 2.5. Методика развития специальной быстроты движений, скоростных способностей на этапах многолетней подготовки спортсменов.

Тема 2.6. Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия, направленного на воспитание специальной быстроты движений.

## ***Раздел 3. Методика развития специальной выносливости в баскетболе.***

Тема 3.1. Понятие о специальной выносливости, факторы определяющие выносливость, сенситивные периоды развития.

Тема 3.2. Методика и особенности развития специфических типов выносливости.

Тема 3.3. Средства и методы развития специальной выносливости, принципы определения и увеличения нагрузки и интенсивности.

Тема 3.4. Диагностика специальной выносливости на этапах многолетней подготовки баскетболистов.

Тема 3.5. Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия, направленного на развитие специальной выносливости.

## ***Раздел 4. Техника нападения.***

Тема 4.1. Техника передвижений: перемещение в защитной стойке приставными шагами; перемещение в защитной стойке приставными шагами; перемещение в защитной стойке по заданию (по прямым линиям, разметки, «зигзагом» и пр.); перемещение в защитной стойке с повторением действий партнера; перемещение в защитной стойке с применением остановок.

Тема 4.2. Сочетание различных способов перемещения с остановками и поворотами.

Тема 4.3. Передвижение в защитной стойке против игрока с мячом.

Тема 4.4. Совершенствование навыков.

## ***Раздел 5. Техника владения мячом.***

Тема 5.1. Ловля мяча двумя руками у груди на месте.

Тема 5.2. Ловля мяча одной рукой у плеча.

Тема 5.3. Передача мяча двумя руками от груди.

Тема 5.4. Передача мяча одной рукой от плеча.

Тема 5.5. Передача мяча двумя руками от головы.

- Тема 5.6. Передача мяча двумя руками от груди в движении.
- Тема 5.7. Обучение ведению мяча.
- Тема 5.8. Бросок мяча одной рукой от плеча.
- Тема 5.9. Бросок мяча одной рукой сверху.
- Тема 5.10. Бросок двумя руками от груди.
- Тема 5.11. Броски мяча в движении.
- Тема 5.12. Бросок мяча одной рукой сверху в прыжке.
- Тема 5.13. Совершенствование навыка.

#### ***Раздел 6. Техника защиты.***

- Тема 6.1. Обучение технике овладения мячом и противодействию.
- Тема 6.2. Вырывание мяча.
- Тема 6.3. Выбивание мяча из рук соперника.
- Тема 6.4. Выбивание мяча во время ведения.
- Тема 6.5. Перехват мяча при передаче мяча.
- Тема 6.6. Перехват мяча при ведении.
- Тема 6.7. Накрывание мяча при броске.
- Тема 6.8. Овладение мячом в борьбе за отскок у своего щита.
- Тема 6.9. Совершенствование навыков.

#### ***Раздел 7. Подготовка и проведение соревнований.***

- Тема 7.1. Правила соревнований.
- Тема 7.2. Подготовка спортсооружений, оборудований, инвентаря и формы к соревнованиям.
- Тема 7.3. Положение о соревнованиях и смета.
- Тема 7.4. Судейская бригада. Проведение судейской коллегии и составление отчета о проведении соревнований.

### **5.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами (модулями)**

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол» формирует компетенцию ОК-8, необходимую в дальнейшем для формирования компетенций преддипломной практики.



### 5.3. Разделы, темы дисциплины (модуля) и виды занятий

#### *очная форма обучения*

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			
		Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1 семестр					
1	Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности	-	54	-	54
	<b>Итого</b>	-	<b>54</b>	-	<b>54</b>
2 семестр					
2	Методика развития специальной быстроты в баскетболе	-	54	-	54
	<b>Итого</b>	-	<b>54</b>	-	<b>54</b>
3 семестр					
3	Методика развития специальной выносливости в баскетболе	-	54	-	54
	<b>Итого</b>	-	<b>54</b>	-	<b>54</b>
4 семестр					
4	Техника нападения	-	54	-	54
	<b>Итого</b>	-	<b>54</b>	-	<b>54</b>
5 семестр					
6	Техника владения мячом	-	58	-	58
	<b>Итого</b>	-	<b>58</b>	-	<b>58</b>
6 семестр					
7	Техника защиты	-	36	-	36
	<b>Итого</b>	-	<b>36</b>	-	<b>36</b>
7 семестр					
8	Подготовка и проведение соревнований	-	18	-	18
	<b>Итого</b>	-	<b>18</b>	-	<b>18</b>
	<b>Итого</b>	-	<b>328</b>	-	<b>328</b>

#### *заочная форма обучения*

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)		
		Лекции	Самостоятельная работа	Всего
1	Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности	1	26	27
2	Методика развития специальной быстроты в баскетболе	1	56	57
3	Методика развития специальной выносливости в баскетболе	2	54	56
4	Техника нападения	2	54	56
5	Техника владения мячом	2	54	56
6	Техника защиты	1	54	55
7	Подготовка и проведение соревнований	1	16	17
	<b>Итого</b>	<b>10</b>	<b>314</b>	<b>324</b>

## 6. Лабораторный практикум

Лабораторные занятия не предусмотрены учебными планами.

## 7. Практические занятия (семинары)

Практические занятия проводятся с целью формирования компетенций обучающихся, закрепления полученных теоретических знаний на лекциях и в процессе самостоятельного изучения обучающимися специальной литературы.

№ п/п	Наименование раздела, темы учебной дисциплины (модуля)	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
Темы занятий, изучаемые в 1 семестре			
1	Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности	Тема 1.1. Требования, которые предъявляет баскетбол к физическим кондициям занимающегося. Тема 1.2. Ведущие физические качества и двигательные способности, характерные для баскетбола. Тема 1.3. Средства и методы развития специальной физической подготовленности. Развитие специальной выносливости, скоростно-силовых, координационных способностей, ловкости, точности, прыгучести, ориентировки Тема 1.4. Стартовые рывки с места. Тема 1.5. Бег спиной и боком (правым, левым). Тема 1.6. Рывки из различных исходных положений. Тема 1.7. Бег с быстрой сменой направления. Тема 1.8. Прыжки. С места толчком двумя ногами, с доставанием высоко подвешенных предметов (края сетки, щита, кольца и т.п.) одной и двумя руками; то же в движении толчком одной ногой (левой, правой). Серийные прыжки на максимальную высоту, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх и доставанием предметов, рывками и бегом к ориентирам. Тема 1.9. Комбинированные упражнения с двумя/тремя мячами при встречном, параллельном, противоположном передвижениях, движении по кругу, восьмерке; передача мяча от одного, двух и трех партнеров. Салки с непрерывным ведением мяча одной и другой рукой по зрительному, слуховому или условному сигналу.	54
Темы занятий, изучаемые в 2 семестре			
2	Методика развития специальной быстроты в баскетболе	Тема 2.1. Сущность понятия скоростные способности, виды, факторы их определяющие. Тема 2.2. Основы методики развития специальной быстроты движений и скоростных способностей. Тема 2.3. Средства и методы развития специальной	54

№ п/п	Наименование раздела, темы учебной дисциплины (модуля)	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
		<p>быстроты, принципы определения и увеличения нагрузки интенсивности.</p> <p>Тема 2.4. Диагностика специальных скоростных способностей в многолетней подготовке баскетболистов.</p> <p>Тема 2.5. Методика развития специальной быстроты движений, скоростных способностей на этапах многолетней подготовки спортсменов.</p> <p>Тема 2.6. Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия, направленного на воспитание специальной быстроты движений.</p>	
Темы занятий, изучаемые в 3 семестре			
3	Методика развития специальной выносливости в баскетболе	<p>Тема 3.1. Понятие о специальной выносливости, факторы определяющие выносливость, сенситивные периоды развития.</p> <p>Тема 3.2. Методика и особенности развития специфических типов выносливости.</p> <p>Тема 3.3. Средства и методы развития специальной выносливости, принципы определения и увеличения нагрузки и интенсивности.</p> <p>Тема 3.4. Диагностика специальной выносливости на этапах многолетней подготовки баскетболистов.</p> <p>Тема 3.5. Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия, направленного на развитие специальной выносливости.</p>	54
Темы занятий, изучаемые в 4 семестре			
4	Техника нападения	<p>Тема 4.1. Техника передвижений: перемещение в защитной стойке приставными шагами; перемещение в защитной стойке приставными шагами; перемещение в защитной стойке по заданию (по прямым линиям, разметки, «зигзагом» и пр.); перемещение в защитной стойке с повторением действий партнера; перемещение в защитной стойке с применением остановок.</p> <p>Тема 4.2. Сочетание различных способов перемещения с остановками и поворотами.</p> <p>Тема 4.3. Передвижение в защитной стойке против игрока с мячом.</p> <p>Тема 4.4. Совершенствование навыков.</p>	54
Темы занятий, изучаемые в 5 семестре			
5	Техника владения мячом	<p>Тема 5.1. Ловля мяча двумя руками у груди на месте.</p> <p>Тема 5.2. Ловля мяча одной рукой у плеча.</p> <p>Тема 5.3. Передача мяча двумя руками от груди.</p> <p>Тема 5.4. Передача мяча одной рукой от плеча.</p> <p>Тема 5.5. Передача мяча двумя руками от головы.</p> <p>Тема 5.6. Передача мяча двумя руками от груди в движении.</p> <p>Тема 5.7. Обучение ведению мяча.</p> <p>Тема 5.8. Бросок мяча одной рукой от плеча.</p> <p>Тема 5.9. Бросок мяча одной рукой сверху.</p> <p>Тема 5.10. Бросок двумя руками от груди.</p> <p>Тема 5.11. Броски мяча в движении.</p>	58

№ п/п	Наименование раздела, темы учебной дисциплины (модуля)	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
		Тема 5.12. Бросок мяча одной рукой сверху в прыжке. Тема 5.13. Совершенствование навыка.	
Темы занятий, изучаемые в 6 семестре			
6	Техника защиты	Тема 6.1. Обучение технике овладения мячом и противодействию. Тема 6.2. Вырывание мяча. Тема 6.3. Выбивание мяча из рук соперника. Тема 6.4. Выбивание мяча во время ведения. Тема 6.5. Перехват мяча при передаче мяча. Тема 6.6. Перехват мяча при ведении. Тема 6.7. Накрывание мяча при броске. Тема 6.8. Овладение мячом в борьбе за отскок у своего щита. Тема 6.9. Совершенствование навыков.	36
Темы занятий, изучаемые в 7 семестре			
7	Подготовка и проведение соревнований	Тема 7.1. Правила соревнований. Тема 7.2. Подготовка сооружений, оборудования, инвентаря и формы к соревнованиям. Тема 7.3. Положение о соревнованиях и смета. Тема 7.4. Судейская бригада. Проведение судейской коллегии и составление отчета о проведении соревнований.	18
	<b>Итого:</b>		<b>328</b>

## 8. Примерная тематика курсовых проектов (работ)

Курсовые проекты (работы) не предусмотрены учебными планами.

## 9. Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины (модуля)	Виды самостоятельной работы студента	Оценочное средство
1	Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
2	Методика развития специальной быстроты в баскетболе	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
3	Методика развития специальной выносливости в баскетболе	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
4	Техника нападения	Домашнее задание/ доклад	Презентация
5	Техника владения мячом	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
6	Техника защиты	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
7	Подготовка и проведение соревнований	Домашнее задание/ Доклад	Презентация

## **10. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа студентов предполагает тщательное освоение учебной и научной литературы по изучаемой дисциплине.

При изучении основной рекомендуемой литературы студентам необходимо обратить внимание на выделение основных понятий, их определения, научно-технические основы, узловые положения, представленные в изучаемом тексте.

При самостоятельной работе студентов с дополнительной литературой необходимо выделить аспект изучаемой темы (что в данном материале относится непосредственно к изучаемой теме и основным вопросам).

Дополнительную литературу целесообразно прорабатывать после основной, которая формирует базис для последующего более глубокого изучения темы. Дополнительную литературу следует изучать комплексно, рассматривая разные стороны изучаемого вопроса. Обязательным элементом самостоятельной работы студентов с литературой является ведение необходимых записей: конспекта, выписки, тезисов, планов.

Для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине используются следующее учебно-методическое обеспечение:

а) основная литература:

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник для студентов вузов / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С.; Под ред. Кикоть В.Я. - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/883774>

б) дополнительная литература:

1. Гелецкая, Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учеб. пособие / Л. Н. , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2014. – 220 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/511522>

2. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 336 с. - - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/432358>

## **11. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

а) нормативные документы:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 03.07.2016) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" - Консультант Плюс. [Электрон. ресурс].

б) основная литература:

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник для студентов вузов / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С.; Под ред. Кикоть

В.Я. - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/883774>

в) дополнительная литература:

1. Гелецкая, Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учеб. пособие / Л. Н. , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2014. – 220 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/511522>

2. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 336 с. - - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/432358>

## **12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: <http://minstm.gov.ru>.

2. Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru>.

3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>

4. Официальный сайт Олимпийского комитета России: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

5. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики: [www.sport.minstm.gov-ru](http://www.sport.minstm.gov-ru)

6. Министерство по делам молодежи и спорту Республики Татарстан: <http://mdms.tatarstan.ru/>

## **13. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем (при необходимости)**

Консультант + версия проф.

Каждый обучающийся в течение всего обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом электронно-библиотечной системе и электронной информационно-образовательной среде.

## **14. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Образовательный процесс обеспечивается специальными помещениями, которые представляют собой: спортивный зал, аудитории для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы студентов и помещения

для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Специальные помещения соответствуют действующим противопожарным правилам и нормам, укомплектованы специализированной мебелью.

Аудитории лекционного типа, оснащенные проекционным оборудованием и техническими средствами обучения, обеспечивающими представление учебной информации большой аудитории, демонстрационным оборудованием.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, обеспечивающей доступ к сети Интернет и электронной информационно-образовательной среде университета.

## **15. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол» - это система приобретения жизненно необходимых качеств, знаний, умений и навыков. Дисциплина является обязательной для всех направлений подготовки бакалавров, а также средством укрепления здоровья, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе профессиональной психофизической подготовки конкурентоспособных специалистов сервисной отрасли.

В обеспечении физической культуры студентов лежит комплексный, системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовки специалистов, в которых органически сливаются формирование мировоззрения, общественно-политическое, трудовое, нравственное, физическое, эстетическое и другие виды воспитания.

Дисциплина включает в себя воздействие на физиологические системы организма студентов, совершенствование их физических и морально-волевых качеств и психологической устойчивости на нервно-эмоциональную и умственную сферу занимающихся.

Она является процессом планомерного, систематического воздействия на студентов под наблюдением и руководством преподавателей, которые должны сформировать у будущих специалистов понимание социального значения физической культуры и спорта в условиях производственной деятельности и на этой основе сформировать физическую культуру личности. Согласно вышесказанному разработана педагогическая технология формирования физической культуры личности студента.

Достижение поставленной цели предусматривает решение воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач, соответствующих требованиям государственного образовательного стандарта.

Функциональная модель педагогической технологии формирования физической культуры личности студента представляет собой сложную многокомпонентную систему, элементы которой взаимообусловлены,

взаимосвязаны и дополняют друг друга.

Реализация настоящей рабочей программы по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина). Волейбол» осуществляется с учетом состояния учебно-спортивной базы, природно-климатических условий, квалификации и специализации профессорско-преподавательского состава, сложившихся традиций и методов работы, физической подготовленности и состояния здоровья студентов, современных требований к выпускникам ВУЗа.

## **16. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины для преподавателей, образовательные технологии**

Оценочные средства для контроля успеваемости и результатов освоения дисциплины (модуля):

а) для текущей успеваемости: доклад, практические задания, контрольная работа;

б) для самоконтроля обучающихся: тесты;

в) для промежуточной аттестации: вопросы для зачета.

При реализации различных видов учебной работы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол» используются следующие образовательные технологии:

1) лекции с использованием методов проблемного изложения материала;

2) проведение практико-ориентированных занятий.

№	Занятие в интерактивной форме	Количество часов по заочной форме	
		Лекция	Практич.
1	Тема 1. Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности Виды: Лекция с демонстрацией видеоматериалов (слайды)	1	-
2	Тема 3. Методика развития специальной выносливости в баскетболе Виды: Лекция с демонстрацией видеоматериалов (слайды)	1	-
	Итого:	2	-



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (ЭЛЕКТИВНАЯ  
ДИСЦИПЛИНА). БАСКЕТБОЛ**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика  
Направленность: «Экономика кооперативных организаций»

## 1. Паспорт фонда оценочных средств

### 1.1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины

Индекс	Формулировка компетенции
ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### 1.2. Сведения об иных дисциплинах (преподаваемых, в том числе, на других кафедрах) участвующих в формировании данных компетенций

#### 1.2.1 Компетенция ОК-8 формируется в процессе изучения дисциплин (прохождения практик):

Физическая культура и спорт

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Легкая атлетика

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Футбол

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Адаптивная физическая культура

### 1.3. Этапы формирования и программа оценивания контролируемой компетенции

№ п/п	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Наименование оценочного средства
1.	ОК-8	Специфические особенности баскетбола как вида двигательной деятельности Методика развития специальной быстроты в баскетболе Методика развития специальной выносливости в баскетболе Техника нападения Техника владения мячом Техника защиты Подготовка и проведение соревнований	Доклад Практические задания Контрольная работа

## Процедура оценивания

1. Процедура оценивания результатов освоения программы учебной дисциплины включает в себя оценку уровня сформированности компетенций студента при осуществлении текущего контроля и проведении промежуточной аттестации.

2. Уровень сформированности компетенции определяется по качеству выполненной студентом работы и отражается в следующих формулировках: высокий, хороший, достаточный, недостаточный.

3. При выполнении студентами заданий текущего контроля и промежуточной аттестации оценивается уровень обученности «знать», «уметь», «владеть» в соответствии с запланированными результатами обучения и содержанием рабочей программы дисциплины:

– профессиональные знания студента могут проверяться при ответе на теоретические вопросы, выполнении тестовых заданий, практических работ,

– степень владения профессиональными умениями – при решении ситуационных задач, выполнении практических работ и других заданий.

4. Результаты выполнения заданий фиксируются в баллах в соответствии с показателями и критериями оценивания компетенций. Общее количество баллов складывается из:

– суммы баллов за выполнение практических заданий на выявление уровня обученности «уметь»;

– суммы баллов за выполнение практических заданий на выявление уровня обученности «владеть»;

– суммы баллов за ответы на теоретические и дополнительные вопросы.

5. По итогам текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с показателями и критериями оценивания компетенций определяется уровень сформированности компетенций студента и выставляется оценка по шкале оценивания.

## 1.4 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкала оценивания

Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
<i>Теоретические показатели</i>						
ОК-8	<p>Знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, и самовоспитания, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности;</p> <p><i>Доклад</i></p>	<p>Верно и в полном объеме знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности</p>	<p>С незначительными замечаниями знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности</p>	<p>На базовом уровне, с ошибками знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности</p>	<p>Не знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности</p>	15
	<p>Знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем</p> <p><i>Доклад</i></p>	<p>Верно и в полном объеме знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем</p>	<p>С незначительными замечаниями знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем</p>	<p>На базовом уровне, с ошибками знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем</p>	<p>Не знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем</p>	
	<p>Знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие</p> <p><i>Доклад</i></p>	<p>Верно и в полном объеме знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие</p>	<p>С незначительными замечаниями знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие</p>	<p>На базовом уровне, с ошибками знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие</p>	<p>Не знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний,</p>	

Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
<i>Практические показатели</i>						
ОК-8	Умеет использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств <hr/> <i>Практические задания</i>	Верно и в полном объеме может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	С незначительными замечаниями может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	На базовом уровне, с ошибками может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	Не может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	15
	Умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности <hr/> <i>Практические задания</i>	Верно и в полном объеме может поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	С незначительными замечаниями может поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	На базовом уровне, с ошибками может поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Не может поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
	Умеет использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды <hr/> <i>Практические задания</i>	Верно и в полном объеме может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	С незначительными замечаниями может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	На базовом уровне, с ошибками может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	Не может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	
<i>Владеет</i>						
ОК-8	Владеть жизненно важными умениями и навыками <hr/> <i>Контрольная работа</i>	Верно и в полном объеме владеет жизненно важными умениями и навыками	С незначительными замечаниями владеет жизненно важными умениями и навыками	На базовом уровне, с ошибками владеет жизненно важными умениями и навыками	Не владеет жизненно важными умениями и навыками	20

Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
	Владеть навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств <hr/> <i>Контрольная работа</i>	Верно и в полном объеме владеет навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	С незначительными замечаниями владеет навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	На базовом уровне, с ошибками владеет навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	Не владеет навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	
	Владеть навыками применения средств физической культуры для коррекции <hr/> <i>Контрольная работа</i>	Верно и в полном объеме владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	С незначительными замечаниями владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	На базовом уровне, с ошибками владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	Не владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	
	Владеть навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта <hr/> <i>Контрольная работа</i>	Верно и в полном объеме владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	С незначительными замечаниями владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	На базовом уровне, с ошибками владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	Не владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	
	<i>ВСЕГО:</i>					50

### Шкала оценивания:

Оценка	Баллы	Уровень сформированности компетенции
Зачтено	28-50	достаточный
Не зачтено	27 и менее	недостаточный

## **2. Типовые контрольные задания для оценки результатов обучения по дисциплине и иные материалы для подготовки к промежуточной аттестации**

### **2.1. Материалы для подготовки к промежуточной аттестации**

1. История развития баскетбола
2. Современное состояние и перспективы развития баскетбола в России и в мире
3. Сущность, характеристика баскетбола
4. Физические качества баскетболиста. Средства и методы развития физических качеств
5. Специальная физическая подготовка в баскетболе.
6. Выносливость и ее развитие у баскетболистов.
7. Быстрота и ее развитие у баскетболистов.
8. Прыгучесть и ее развитие у баскетболистов.
9. Сила и ее развитие у баскетболистов.
10. Гибкость и ее развитие у баскетболистов.
11. Методика тестирования специальной физической подготовленности баскетболистов. Выбор средств тестирования, прогноз результатов для баскетболистов разного пола, возраста и квалификации.
12. Методика тестирования технической подготовленности баскетболистов. Выбор средств тестирования, прогноз результатов для баскетболистов разного пола, возраста и квалификации.
13. Определение понятий «спортивная тренировка», «виды подготовки», «подготовленность баскетболиста», «средства тренировки», «методы тренировки».
14. Эффективные средства восстановления работоспособности баскетболистов
15. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов.
16. Контроль в подготовке баскетболистов.
17. Понятие «Техника баскетбола», классификация техники баскетбола.
18. Тактика нападения баскетбола (индивидуальные взаимодействия).
19. Тактика нападения баскетбола (групповые взаимодействия)
20. Тактика защиты баскетбола (индивидуальные взаимодействия).
21. Тактика защиты баскетбола (групповые взаимодействия)
22. Тактика нападения баскетбола (командные взаимодействия).
23. Тактика защиты баскетбола (командные взаимодействия).
24. Отбор и перехваты мяча в баскетболе.
25. Групповые действия в баскетболе: «восьмёрка», «скрестный выход»
26. Взаимодействие 2-3 игроков: «двойка», «тройка».
27. Организация и проведение соревнований. Правила соревнований.
28. Оборудование залов и сооружений. Инвентарь для игры в баскетбол.
29. Форма игроков.

30. Начало и окончание игры в баскетболе
  31. Порядок выполнения замен в баскетболе, их количество.
  32. Классификация фолов.
  33. Капитан, его права и обязанности
  34. Методика ведения протокола по баскетболу
  35. Форма судейских бригад по баскетболу и их количественный состав
  36. Обязанности главного судьи соревнований по баскетболу.
  37. Состав и обязанности секретариата на баскетбольном матче.
- Методика заполнения технического протокола матча.
38. Круговой способ проведения соревнований. Таблица результатов игр и её заполнение.
  39. Олимпийский способ (с выбыванием) проведения соревнований. Таблица результатов игр и её заполнение.
  40. Отличие мини-баскетбола от баскетбола



### Типовые контрольные задания:

Виды упражнений	Критерии оценивания	Шкала оценивания
Ведение мяча правой и левой рукой	Оценивается техника ведения мяча, способность вести мяч, не смотря на него, способность переводить мяч из одной руки в другую	За правильное выполнение каждого упражнения присуждается балл, по итогам выполнения пяти упражнений сумма баллов суммируется: 5 баллов – отлично 4 балла – хорошо 3 балла – удовлетворительно 2 или 1 балл – неудовлетворительно
Штрафные броски	Оценивается техника броска, количество попаданий из 10 (50% и более)	
Передача мяча из-за головы и от пола	Оценивается техника передачи, точность передачи	
Бросок по кольцу с двух шагов	Оценивается техника броска, правильное количество шагов, выбор ноги	
Двусторонняя игра	Оценивается полезность игрока на площадке, взаимодействие с товарищами по команде, наличие полезных действий во время игры, свободное передвижение по площадке.	

**Образцы тестовых заданий для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины, а также для контроля самостоятельной работы:**

1. Какой год считается датой основания игры «баскетбол»?
  - а) 1986 год;
  - б) 1905 год;
  - в) 1891 год;
  - г) 1936 год.
  
2. Кто является родоначальником баскетбола?
  - а) Джеймс Нейсмит;
  - б) Луи Чемберлен;
  - в) Деметре Викелас;
  - г) Джеймс Коннолли.
  
3. Какое количество замен разрешается делать во время игры?
  - а) максимум 10;
  - б) максимум 20;
  - в) максимум 30;
  - г) количество замен не ограничено.
  
4. Каковы размеры баскетбольной площадки?
  - а) 9м. х 18м.
  - б) 14м. х 26м.
  - в) 12м. х 24м.
  - г) 10м х 22м
  
5. Техника владения мячом включает в себя следующие приемы:
  - а) ловлю, остановки, повороты, ведение мяча;
  - б) передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты;
  - в) ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину;
  - г) передача мяча, ведение, бросок в корзину.
  
6. Сколько шагов можно делать после ведения мяча?
  - а) 3 шага;
  - б) 2 шага;
  - в) 1 шаг;
  - г) 5 шагов.
  
7. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки?
  - а) 10 сек.;
  - б) 8 сек.;
  - в) 24 сек.;

г) 40 сек.

8. Какова продолжительность игры в баскетбол?

а) 2 тайма по 20 минут;

б) 4 тайма по 10 минут;

в) 4 тайма по 12 минут;

г) 4 тайма по 15 минут.

9. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии?

а) 2 очка;

б) 1 очко;

в) 3 очка;

г) 5 очков.

10. С какого номера начинаются номера у игроков баскетболистов?

а) 2;

б) 3;

в) 4;

г) 5.

11. Сколько времени даётся игроку на выбрасывание мяча?

а) 3 сек.;

б) 5 сек.;

в) 10 сек.;

г) 12 сек.

12. Сколько времени может владеть команда мячом, до того, как произвести бросок по кольцу?

а) 30 сек.;

б) 24 сек.;

в) 20 сек.;

г) 40 сек.

13. На какой высоте находится баскетбольное кольцо (корзина)?

а) 305 см.

б) 260 см.

в) 310 см.

г) 300 см.

14. Какое максимальное количество людей может играть на баскетбольной площадке?

а) 4;

б) 5;

в) 6;

г) 11.

15. Технику передвижений в баскетболе составляют:

- а) ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты;
- б) бег, прыжки, передачи мяча, бросок мяча;
- в) бег, ведение, остановки, передачи мяча, повороты;
- г) передачи мяча, прыжки, повороты, бросок мяча.

16. Сколько времени отводится на замену игрока?

- а) 10 сек.;
- б) 20 сек.;
- в) 30 сек.;
- г) 35 сек.

17. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах?

- а) разрешается;
- б) не разрешается;
- в) разрешается под собственную ответственность;
- г) этот вопрос не урегулирован правилами.

18. Если команда без уважительных причин вовремя не выходит на площадку, то:

- а) ей засчитывается поражение со счетом 0:20;
- б) необходимо подождать 15 минут;
- в) игра переносится на другой день;
- г) засчитывается поражение со счетом 0:25.

19. Во время тайм-аутов игроки, находящиеся на площадке, должны:

- а) уйти с неё;
- б) подойти к тренеру;
- в) подойти к своей скамейке запасных;
- г) выпить воды.

20. Когда зафиксирован технический фол, штрафные броски могут быть выполнены:

- а) любым игроком;
- б) только игроком, против которого нарушили правила;
- в) тем, кого назначит тренер;
- г) капитаном команды.

## Литература для подготовки к зачету:

а) нормативные документы:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 03.07.2016) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" - Консультант Плюс. [Электрон. ресурс].

б) основная литература:

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник для студентов вузов / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С.; Под ред. Кикоть В.Я. - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/883774>

в) дополнительная литература:

1. Гелецкая, Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учеб. пособие / Л. Н. , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2014. – 220 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/511522>

2. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 336 с. - - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/432358>

## **Промежуточная аттестация**

### **2.2. Комплект билетов для проведения промежуточной аттестации**

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика

Направленность: «Экономика кооперативных организаций»

Дисциплина: Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол

#### **БИЛЕТ № 1**

1. История развития баскетбола
2. Современное состояние и перспективы развития баскетбола в России и в мире
3. Сущность, характеристика баскетбола

#### **БИЛЕТ № 2**

1. Физические качества баскетболиста. Средства и методы развития физических качеств
2. Специальная физическая подготовка в баскетболе.
3. Выносливость и ее развитие у баскетболистов.

#### **БИЛЕТ № 3**

1. Быстрота и ее развитие у баскетболистов.
2. Прыгучесть и ее развитие у баскетболистов.
3. Сила и ее развитие у баскетболистов.

#### **БИЛЕТ № 4**

1. Гибкость и ее развитие у баскетболистов.
2. Методика тестирования специальной физической подготовленности баскетболистов. Выбор средств тестирования, прогноз результатов для баскетболистов разного пола, возраста и квалификации.
3. Методика тестирования технической подготовленности баскетболистов. Выбор средств тестирования, прогноз результатов для баскетболистов разного пола, возраста и квалификации.

### **БИЛЕТ № 5**

1. Определение понятий «спортивная тренировка», «виды подготовки», «подготовленность баскетболиста», «средства тренировки», «методы тренировки».

2. Эффективные средства восстановления работоспособности баскетболистов

3. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов.

### **БИЛЕТ № 6**

1. Контроль в подготовке баскетболистов.

2. Понятие «Техника баскетбола», классификация техники баскетбола.

3. Тактика нападения баскетбола (индивидуальные взаимодействия).

### **БИЛЕТ № 7**

1. Тактика нападения баскетбола (групповые взаимодействия)

2. Тактика защиты баскетбола (индивидуальные взаимодействия).

3. Тактика защиты баскетбола (групповые взаимодействия)

**Промежуточная аттестация**  
**Комплект тестовых заданий для проведения зачета по дисциплине**

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
**КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика

Направленность: «Экономика кооперативных организаций»

Дисциплина: Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол

Тестовые задания для проверки уровня обученности ЗНАТЬ:

1. Сколько шагов можно делать после ведения мяча?

- а) 3 шага;
- б) 2 шага;
- в) 1 шаг;
- г) 5 шагов.

2. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки?

- а) 10 сек.;
- б) 8 сек.;
- в) 24 сек.;
- г) 40 сек.

3. Какова продолжительность игры в баскетбол?

- а) 2 тайма по 20 минут;
- б) 4 тайма по 10 минут;
- в) 4 тайма по 12 минут;
- г) 4 тайма по 15 минут.

4. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии?

- а) 2 очка;
- б) 1 очко;
- в) 3 очка;
- г) 5 очков.

5. С какого номера начинаются номера у игроков баскетболистов?

- а) 2;
- б) 3;
- в) 4;



г) 5.

6. Сколько времени даётся игроку на выбрасывание мяча?

а) 3 сек.;

б) 5 сек.;

в) 10 сек.;

г) 12 сек.

7. Сколько времени может владеть команда мячом, до того, как произвести бросок по кольцу?

а) 30 сек.;

б) 24 сек.;

в) 20 сек.;

г) 40 сек.

Тестовые задания для проверки уровня обученности УМЕТЬ, ВЛАДЕТЬ:

1. На какой высоте находится баскетбольное кольцо (корзина)?

а) 305 см.

б) 260 см.

в) 310 см.

г) 300 см.

2. Какое максимальное количество людей может играть на баскетбольной площадке?

а) 4;

б) 5;

в) 6;

г) 11.

3. Технику передвижений в баскетболе составляют:

а) ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты;

б) бег, прыжки, передачи мяча, бросок мяча;

в) бег, ведение, остановки, передачи мяча, повороты;

г) передачи мяча, прыжки, повороты, бросок мяча.

4. Сколько времени отводится на замену игрока?

а) 10 сек.;

б) 20 сек.;

в) 30 сек.;

г) 35 сек.

5. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах?

а) разрешается;

- б) не разрешается;
- в) разрешается под собственную ответственность;
- г) этот вопрос не урегулирован правилами.

6. Если команда без уважительных причин вовремя не выходит на площадку, то:

- а) ей засчитывается поражение со счетом 0:20;
- б) необходимо подождать 15 минут;
- в) игра переносится на другой день;
- г) засчитывается поражение со счетом 0:25.

7. Во время тайм-аутов игроки, находящиеся на площадке, должны:

- а) уйти с неё;
- б) подойти к тренеру;
- в) подойти к своей скамейке запасных;
- г) выпить воды.

8. Когда зафиксирован технический фол, штрафные броски могут быть выполнены:

- а) любым игроком;
- б) только игроком, против которого нарушили правила;
- в) тем, кого назначит тренер;
- г) капитаном команды.

### **2.3. Критерии оценки для проведения зачета по дисциплине**

После завершения тестирования на зачете на мониторе компьютера высвечивается результат – процент правильных ответов. Результат переводится в баллы и суммируется с текущими семестровыми баллами.

Максимальная сумма (100 баллов), набираемая студентом по дисциплине, предусматривающей в качестве формы промежуточной аттестации зачет, включают две составляющие.

Первая составляющая – оценка регулярности и своевременности качества выполнения студентом учебной работы по изучению дисциплины в течение семестра (сумма не более 80 баллов).

Вторая составляющая – оценка знаний студента на зачете (не более 20 баллов).

Перевод полученных итоговых баллов в оценки осуществляется по следующей шкале:

- с 55 до 100 баллов – «зачтено»;
- менее 55 – «не зачтено».

Если студент при тестировании отвечает правильно менее, чем на 55 %, то автоматически выставляется оценка «не зачтено» (без суммирования текущих рейтинговых баллов), а студенту назначается переэкзаменовка в дополнительную сессию.

## **2.4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания по дисциплине**

Общая процедура оценивания определена Положением о фондах оценочных средств.

1. Процедура оценивания результатов освоения программы дисциплины включает в себя оценку уровня сформированности общекультурных и профессиональных компетенций студента, уровней обученности: «знать», «уметь», «владеть».

2. При сдаче экзамена/зачета:

– профессиональные знания студента могут проверяться при ответе на теоретические вопросы, при выполнении тестовых заданий, практических работ;

– степень владения профессиональными умениями, уровень сформированности компетенций (элементов компетенций) – при решении ситуационных задач, выполнении практических работ и других заданий.

3. Результаты промежуточной аттестации фиксируются в баллах. Общее количество баллов складывается из следующего:

- до 60% от общей оценки за выполнение практических заданий,
- до 30% оценки за ответы на теоретические вопросы,
- до 10% оценки за ответы на дополнительные вопросы.

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО  
КОНТРОЛЯ И ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
(МОДУЛЮ)**

**ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТУ. БАСКЕТБОЛ**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика  
Направленность: «Экономика кооперативных организаций»

## 1. Материалы для текущего контроля

АВТНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

### КОМПЛЕКТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.  
Баскетбол»

Таблица балльно-рейтинговой системы оценки физической  
подготовленности студентов

#### I КУРС

Баллы	Баскетбол			
	Ведение мяча с обводкой 3-х кругов.		Бросок из под кольца с отскоком от щита, 5 слева, 5 справа	
	юн.	дев.	юн.	дев.
10	Оценивается техника		10	8
8			8	6
6			6	4
4			4	3
2			2	2

#### Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание выполнено верно и в полном объеме;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если задание выполнено с незначительными замечаниями;
- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено на базовом уровне, но с ошибками;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется, если содержится большое количество ошибок, задание не выполнено.

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

## ТЕМЫ ДОКЛАДОВ

(для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий)

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.  
Баскетбол»

1. Возникновение и развитие баскетбола.
2. Новые физкультурно-спортивные виды: стрит-бол.
3. Развитие баскетбола в Европе.
4. Развитие баскетбола в России.
5. Характеристика баскетбола как эффективного средства физического воспитания.
6. Элементы техники игры в защите и нападении. Анализ техники передачи мяча двумя руками от груди. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди.
7. Тактика игры: движущие силы, система игры, тактическая комбинация. Анализ групповых действий в нападении.
8. Обучение командным тактическим действиям в нападении.
9. Функции игроков. Комплектование команды.
10. Способы проведения соревнований по баскетболу.
11. Общая характеристика методики обучения баскетбола.
2. Отбор в баскетболе.
3. Тактика нападения: групповые действия.
4. Тактика защиты: зонная защита.
5. Анализ передачи одной рукой от плеча. Обучение передаче одной рукой от плеча.
6. НБА Западная конференция (Тихоокеанский и Среднезападный дивизион).
7. НБА Восточная конференция (Центральный и Атлантический дивизион).
8. Исторический очерк развития баскетбола.
9. Развитие баскетбола на современном этапе.

### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание выполнено верно и в полном объеме;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если задание выполнено с незначительными замечаниями;
- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено на базовом уровне, но с ошибками;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется, если содержится большое количество ошибок, задание не выполнено.

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

**КОМПЛЕКТ ВОПРОСОВ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ  
(в форме тестирования)**

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.  
Баскетбол»

1. Какие требования предъявляет баскетбол к физическим кондициям занимающегося?
  - а) Высокий рост
  - б) Большой вес
  - в) Хорошая гибкость
  
2. Во сколько лет начинается отбор на баскетбол в спортивной школе?
  - а) с 5 лет
  - б) с 6 лет
  - в) с 9 лет
  
3. Какая высота расположения кольца в баскетболе?
  - а) 2,5 метра
  - б) 2,8метра
  - в) 3,05 метра
  
4. Сколько времени дается в баскетболе на атаку (надо бросить в кольцо)?
  - а) 24 секунды
  - б) 1 минута
  - в) 2 минуты
  
5. Какие ведущие физические качества и двигательные способности, характерные для баскетбола?
  - а) Быстрота
  - б) сила
  - в) гибкость
  
6. Какие средства и методы развития специальной физической подготовленности баскетболиста?
  - а) стартовые рывки с места
  - б) бег на длинные дистанции



- в) поднятие штанги
- г) лыжная подготовка

7. Какие средства развивают точность в баскетболе?

- а) Бросок на дальность
- б) Бросок в кольцо
- в) Подкидывание мяча вверх

8. Какие средства развивают скорость реакции в баскетболе?

- а) Подача мяча через сетку
- б) Салки с непрерывным ведением мяча по слуховому сигналу
- в) Приседания

9. Какие упражнения выполняют баскетболисты на тренировке?

- а) Рывки из различных исходных положений
- б) Упражнения шейпинга
- в) Упражнения с отягощением

10. Какие упражнения выполняют баскетболисты для развития прыгучести?

- а) Прыжки через козла
- б) Серийные прыжки на максимальную высоту
- в) Прыжки через скамейку

11. Какова сущность понятия скоростных способностей ?

- а) Действия, выполняемые за минимальное время
- б) Действия, выполняемые за максимальное время
- в) Действия со штангой

12. Какова диагностика специальных скоростных способностей в многолетней подготовке баскетболистов?

- а) Ведение мяча по восьмерке на время
- б) Прыжок в длину с места
- в) Подтягивание

13. Для развития быстроты используется?

- а) Прыжки в длину
- б) Челночный бег
- в) Приседания

14. В конце тренировки по баскетболу выполняются какие упражнения?

- а) прыжки в высоту
- б) упражнения для растягивания мышц
- в) упражнения на внимание

15.Какова высота баскетбольного кольца?

- а) 2.9 метра
- б) 3.05 метра
- в) 3.10 метра

**Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание выполнено верно и в полном объеме;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если задание выполнено с незначительными замечаниями;
- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено на базовом уровне, но с ошибками;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется, если содержится большое количество ошибок, задание не выполнено.