

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри спортивних ігор

доц. Мітова О.О.

_____ 2018 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

Підвищення Спортивної Майстерності (ПСМ)

I курс

Бакалавр

галузь знань	01 – Освіта/педагогіка
напрямок підготовки	6.010202 «Спорт»
факультет	Фізичної культури і спорту
вид дисципліни	обов'язкова

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни – **Підвищення спортивної майстерності** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, напрям підготовки **6.010202 «Спорт»**.

Розробник:

Терентьєв Сергій Леонідович, викладач кафедри спортивних ігор

Робоча програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор, факультету Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 14 від “ 06 ” червня 2018 р.

Завідувач кафедри _____ доц. Мітова О.О.

“7” червня 2018р

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 6	Галузь знань 01 – Освіта/педагогіка	обов'язкова
	Напрямок підготовки <u>6.010202</u>	
Модулів – 1	Спеціалізація/освітня програма: Тренерська-викладацька діяльність	Рік підготовки:
Змістових модулів – 6		I-й
		Семестр
Загальна кількість годин – 180		1, 2-й
аудиторних – 74 самостійної роботи студента – 106 індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції
		Практичні, семінарські 74 год.
		Самостійна робота 106
		Індивідуальна робота
		Вид контролю: диф. залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь та одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи. Підготовка гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування баскетболістів;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії, вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні баскетболістів;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- методичку суддівства змагань з баскетболу;
- як ставити та реалізовувати педагогічні завдання, що мають оздоровчу спрямованість у заняттях фізичними вправами в процесі фізичного виховання та спортивного тренування,
- організацію занять з баскетболу на уроках фізичного виховання

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;
- зміцнювати здоров'я шляхом оптимального розвитку фізичних якостей;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти способами управління учнями;
- вміти поєднувати процес навчання рухових дій з вихованням особистості;

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 1. «Фізична підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 2. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 3. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 4. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 4 «Інтегральна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 5. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 6. Змагання і змагальна діяльність.

Тема 6. «Практика суддівства».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього	у тому числі			
Лекції		Практичні	Семінарські (м/к)	Самост. робота	
Модуль 1					
Змістовий модуль 1. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	30		14	2	14
Змістовий модуль 2. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	30		10	2	18
Змістовий модуль 3. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів» .	30		8	2	20
Змістовий модуль 4. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	30		14	2	14
Змістовий модуль 5. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	30		6	2	22
Змістовий модуль 6. Змагання і змагальна діяльність.					
Тема 6. «Практика суддівства».	30		10	2	18
ВСЬОГО	180		62	12	106

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
5.	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
6.	Тема № 6. «Практика суддівства» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	12

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	14
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	10
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	8
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	14
5.	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	6
6.	Тема № 6. «Практика суддівства».	10
	Всього:	62

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	14
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	18
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	20
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	14
5.	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	22
6.	Тема № 6. «Практика суддівства».	18
	Всього:	106

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Тестування рухливих умінь і навичок.
2. Прийом контрольних нормативів з тем № 1, 2, 3, 4, 5, 6.

3. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача)

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Поточне тестування та самостійна/індивідуальна робота					
З/М 1	З/М 2	З/М 3	З/М 4	З/М 5	З/М 6
60-100	60-100	60-100	60-100	60-100	60-100

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D		
60 – 63	E	задовільно	
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання

12.2. Форми контролю

№ п.п.	Завдання	Кількість балів
	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Кидки однією рукою зверху в русі.	30-40-50
2.	Стрибок у довжину з місця.	30-40-50
	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Ривок 10 м.	30-40-50
2.	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи.	30-40-50
	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Біг 20м.	30-40-50
2.	Кидки з точок.	30-40-50
	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	60-80-100

1.	Комплексна вправа.	30-40-50
2.	Переміщення в захисній стійці.	30-40-50
	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	40 сек Біг.	30-40-50
2.	Штрафний кидок.	30-40-50
	Тема № 6. «Практика суддівства».	60-80-100
1.	Жести суддів.	30-40-50
2.	Практика суддівства.	30-40-50

Критерії оцінки

Кидки однією рукою зверху в русі (правою та лівою).

Оцінюється техніка виконання кидків.

«50б» - кидок виконано технічно без помилок, м'яч влучив в кошик.

«40б» - кидок виконано технічно без помилок, але м'яч не влучив в кошик.

«30б» - кидок виконано з незначними технічними помилками

Стрибок у довжину (см)

Юнаки: 280 - 271 (см) - «50б»

270 - 261 (см) - «40б»

260 - 250 (см) - «30б»

Дівчата: 250 - 241 (см) - «50б»

240 - 231 (см) - «40б»

230 - 220 (см) - «30б»

Згинання і розгинання рук, в упорі, лежачи на підлозі (кількість разів).

Юнаки: 42 - «50б»

36 - «40б»

30 - «30б»

Дівчата: 22 - «50б»

17 - «40б»

13 - «30б»

Ривок 10м

Старт дається для двох чоловік водночас.

хлопці	дівчата
1,7 с. – «50б»	1,9 с. – «50б»
1,8 с. – «40б»	2,0 с. – «40б»
1,9 с. – «30б»	2,1 с. – «30б»

Біг 20 м

Оцінюється швидкість. Виконується з високого старту за сигналом.

Юнаки: 2,9 – 2,7 (с) - «50б»

3,0 – 3,2 (с) - «40б»

3,3 – 3,5 (с) - «30б»

Дівчата: 3,0 – 3,3 (с) - «50б»

3,4 – 3,6 (с) - «40б»

3,7 – 3,9 (с) - «30б»

«Кидки з точок»

Студент послідовно виконує 10 кидків з дистанції 5.5 м та 6.75 м способом однією рукою зверху в стрибку. Оцінюється кількість влучень.

- 7 - «50б»
- 6 - «40б»
- 5 - «30б»

«Комплексна вправа»

В 5 м. від лицьової лінії стоять по діагоналі 4 стійки з інтервалом 4м., виконується обведення стійок правою та лівою рукою, передача партнерові, який знаходиться на лівій стороні, отримати зворотну передачу та без ведення виконати подвійний крок та кидок м'яча в кошик, з обов'язковим влученням. Підібравши м'яч. Виконати ведення по прямій до протилежного щита. Подвійний крок, кидок м'яча в кошик з обов'язковим влученням, підбір м'яча. Виконується дві спроби, фіксується найкращий час. (с)

- Юнаки: 11.0 – 11.9 (с) - «50б»
 12.0 – 12.9 (с) - «40б»
 13.0 – 13.9 (с) - «30б»

- Дівчата: 13.0 – 13.9 (с) - «50б»
 14.0 – 14.9 (с) - «40б»
 15.0 – 15.9 (с) - «30б»

«Переміщення у захисній стійці»

Баскетболіст з вихідного положення (центр бокової лінії, точка А) за командою починає переміщення у захисній стійці правим боком до точки Б (5 м. уздовж бокової лінії в право) доторкнувшись правою рукою до набивного м'яча повертається лівим боком в точку А. Торкнувшись в точці А лівою рукою набивного м'яча, баскетболіст рухається у захисній стійці правим боком до точки В. Торкнувшись в точці В правою рукою набивного м'яча, він повертається лівим боком у стійці захисника в точку А, де торкається набивного м'яча лівою рукою. Потім баскетболіст продовжує рух вище згаданій схемі. Всього він повинен виконати вправу 5 разів, тобто повинен подолати відстань у 100м. Фіксується загальний час, витрачений на виконання вправи та контролюється техніка виконання.

хлопці	дівчата
32,3 с – «50б»	33,3 с – «50б»
34,0 с – «40б»	35,2 с – «40б»
35,3с – «30б»	36,5с – «30б»

Біг 40 сек

Гравець послідовно, без зупинки, пробігає від однієї лицьової лінії баскетбольного майданчика до іншої (28 м.), намагаючись подолати максимальну відстань за 40 с. Наступивши ногою на лицьову лінію, гравець прямує до іншої. Виконуються дві спроби з інтервалом у 2,5 хв. Фіксується сумарна відстань (у метрах), пройдена гравцем у двох спробах.

- Юнаки: 400 - 415 - «50б»
 380 - 399 - «40б»
 360 - 379 - «30б»

- Дівчата: 360 - 372 - «50б»
 340 - 359 - «40б»
 320 - 339 - «30б»

«Штрафний кидок» (Виконується 10 кидків, оцінюється кількість влучень).

- 8 - «50б»
- 7 - «40б»
- 6 - «30б»

«Жести суддів»

Оцінюються знання жестів суддів.

«50б» - студент відмінно володіє суддівськими навиками.

«40б» - студент добре володіє суддівськими навиками.

«30б» - студент володіє суддівськими навиками.

«Суддівство»

Оцінюються знання правил гри.

«50б» - студент відмінно знає правила гри в баскетбол.

«40б» - студент добре знає правила гри в баскетбол.

«30б» - студент задовільно знає правила гри в баскетбол.

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали

14. Література

14.1. Основна література:

1. Безмылов Н. Н. Обоснование комплекса информативных показателей и определение их приоритетной значимости для отбора квалифицированных баскетболистов в команду. *Физическое воспитание студентов*. 2010. № 2. С. 18-23.
2. Вальтин А. И. Проблемы современного баскетбола . К.: Ін Юре, 2003. 150 с.
3. Вознюк Т. В. Структура та зміст фізичної підготовки на передзмагальному етапі у навчально-тренувальному процесі кваліфікованих баскетболісток. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Л., 2006. Вип. 10, т. 2. С. 86-91.
4. Гомельский А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского М.: Гранд-Фаир, 2002. 340 с.
5. Козина Ж.Л., Защук С.Г., Слюсарев В.Ф. Командная и индивидуальная структура подготовленности баскетболисток студенческих команд . *Физическое воспитание студентов*. 2009. № 3. С. 60-65.
6. Корягин В. М. Подготовка высококвалифицированных баскетболистов. *Учебник для вузов физического воспитания*. Л. : Край, 1998. 192 с.
7. Кучеренко С., Богатир В. Характеристика баскетболу як засобу фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації – нова епоха, нова генерація*. Миколаїв, 2002. С.66-69.
8. Поплавський Л. Ю. Баскетбол : підручник К. : Олімпійська література. 2004. 442 с.
9. Саблин А. Б. Специальная физическая подготовленность высокорослых баскетболисток высокой квалификации : *автореф. дис. ... канд. пед. Наук*. М., 2002. 25 с.
- 10.Троян В. М. Програмно-методическое обеспечение подготовки студенческих команд по баскетболу. *Физическое воспитание студентов*. 2010. № 3. С. 110-115.
- 11.Хромаев З. М. Підготовка баскетболістів високої кваліфікації у мікроциклах змагального періоду : *автореф. дис. ... канд. пед. наук* : спец. 24.00.01 К., 1997. 24 с.

14.2. Додаткова література:

1. Вознюк Т. В. Оптимізація тренувального процесу кваліфікованих баскетболісток засобами швидкісно-силової спрямованості на передзмагальному етапі підготовки : *дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту* : 24.00.01. Вінницький держ. педагогічний ун-т ім. Михайла Коцюбинського. Вінниця, 2005. 243 с.
2. Грюкова В.В., Кацал К.В. Проблемы при изучении баскетбола в высших учебных заведениях физической культуры и спорта. *Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму*: материалы XV Межд.науч. сессии по итогам НИР за 2016 год, посвященной 80-летию ун-та, Минск, 30 марта . 17 мая 2017 г.: в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т. физ. Культуры. Минск : БГУФК, 2017. (320 с.)
3. Защук С. Г. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих баскетболістів в умовах атаки швидким проривом: *автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту* : спец. 24.00.01 ДНДІФКС. К., 2007. 22 с.

4. Козіна Ж. Л. Порівняльна характеристика структури підготовленості баскетболісток різної кваліфікації. Теорія та методика фізичного виховання. 2005. № 4. С. 21-25.
5. Корягін В. М. Ігрові показники баскетболістів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр./ за ред. С. С. Єрмакова – Х, 2002 – № 4. – С. 7-13.
6. Костикова Л.В., Саблін А.Б. Особенности специальной подготовленности высококвалифицированных высокорослых баскетболисток. *Теория и практика физической культуры*. 2002. № 2. С. 36-37.
7. Краснобаєва Т. М., Галайдюк М. А., Грузицька В. І. Основні підходи до проблеми організації самостійної роботи студентів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. пр. Вінниця, 2008. № 1. С. 40-45.
8. Лосин Б. Е., Елевич С.Н. Методика регистрации и оценка соревновательной деятельности баскетболистов в нападении. *Культура физическая и здоровье*. 2006. № 4. С. 63-66.
9. Нестеровский Д. И. Баскетбол : теория и методика обучения : учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. 3-е изд., стер. М. : Академия, 2007. 336 с.
10. Питын М., Матула С. Результативность студенческой команды по баскетболу в годичном соревновательном периоде. *Актуальные проблемы подготовки резерва в спорте высших достижений : материал междунар. науч.-практ. конф.* Минск : БГУФК, 2009. Т. 2. С. 189-193.
11. Ткаченко Л. П. Системний підхід до організації навчання у вищих навчальних закладах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. Х., 2003. № 20. С. 32-34.

15. Інформаційні ресурси

1. Правила игры в баскетбол. Сайт сети интернет [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://basketball.sport-lives.com/rules/index.html>
2. <http://www.basket.com.ua>
3. <http://www.superleague.ua>
4. <http://www.ukrbasket.net>
5. <http://ru.wikipedia.org>
6. <http://www.basket.ru>
7. <http://www.allbasketball.ru>
8. http://www.fiba.com/temp/_pdf/FIBAMediaGuide/Mediaguide.pdf

Викладач _____ Терентьев С.Л.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри спортивних ігор

доц. Мітова О.О.

_____ 2018 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

Підвищення Спортивної Майстерності (ПСМ)

II курс

Бакалавр

галузь знань	01 – Освіта/педагогіка
напрямок підготовки	6.010202 «Спорт»
факультет	Фізичної культури і спорту
вид дисципліни	обов'язкова

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни – **Підвищення спортивної майстерності** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, напрям підготовки **6.010202 «Спорт»**.

Розробники:

Грюкова Вікторія Валеріївна, ст. викладач кафедри спортивних ігор

Робоча програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 14 від “ 06 ” червня 2018 р.

Завідувач кафедри _____ доц. Мітова О.О.

“7” червня 2018р

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 01 – Освіта/педагогіка	обов’язкова
	Напрямок підготовки <u>6.010202</u>	
Модулів – 1	Спеціалізація/освітня програма: Тренерська-викладацька діяльність	Рік підготовки:
Змістових модулів – 5		II-й
		Семестр
Загальна кількість годин - 150		3, 4-й
аудиторних – 68 самостійної роботи студента – 82	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції
		Практичні, семінарські 68 год.
		Самостійна робота 82 год.
		Індивідуальна робота
		Вид контролю: диф. залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь та одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи. Підготовка гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування баскетболістів;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії, вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні баскетболістів;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- методичку суддівства змагань з баскетболу;
- як ставити та реалізовувати педагогічні завдання, що мають оздоровчу спрямованість у заняттях фізичними вправами в процесі фізичного виховання та спортивного тренування,
- організацію занять з баскетболу на уроках фізичного виховання

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;
- зміцнювати здоров’я шляхом оптимального розвитку фізичних якостей;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти способами управління учнями;
- вміти поєднувати процес навчання рухових дій з вихованням особистості.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 7. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 1. «Фізична підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 8. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 9. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 10. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 11. Змагання і змагальна діяльність.

Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів», «Практика суддівства».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього	у тому числі			
Лекції		Практичні	Семінарські (м/к)	Самост. робота	
Модуль 1					
Змістовий модуль 7. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	30		10	2	18
Змістовий модуль 8. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	30		10	2	18
Змістовий модуль 9. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів» .	30		10	2	18
Змістовий модуль 10. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	30		10	2	18
Змістовий модуль 11. Змагання і змагальна діяльність.					
Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів», «Практика суддівства».	30		18	2	10
ВСЬОГО	150		58	10	82

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2

2.	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
5.	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів», «Практика суддівства» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	10

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	10
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	10
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	10
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	10
5.	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів», «Практика суддівства».	18
	Всього:	58

8. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	18
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	18
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	18
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	18
5.	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів», «Практика суддівства»	10
	Всього:	82

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Тестування рухливих умінь і навичок.
2. Прийом контрольних нормативів з тем № 1,2,3,4, 5
3. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача).

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

З/М 7	З/М 8	З/М 9	З/М 10	З/М 11
60-100	60-100	60-100	60-100	60-100

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D	задовільно	
60 – 63	E		
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.

12.1. Форми контролю

№ п.п.	Завдання	Кількість балів
	Тема № 1. «Фізична підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Біг 20м.	30-40-50
2.	Кидки з точок.	30-40-50
	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Комплексна вправа.	30-40-50
2.	Переміщення в захисній стійці.	30-40-50
	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	40 сек. Біг.	30-40-50
2.	Штрафний кидок.	30-40-50
	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Жести суддів.	30-40-50
2.	Практика суддівства.	30-40-50
	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів», «Практика суддівства».	60-80-100
1.	Кидки однією рукою зверху в русі.	30-40-50
2.	Стрибок у довжину з місця.	30-40-50

Критерії оцінки

Біг 20 м

Оцінюється швидкість. Виконується з високого старту за сигналом.

Юнаки: 2,9 – 2,7 (с) - «50б»
3,0 – 3,2 (с) - «40б»
3,3 – 3,5 (с) - «30б»

Дівчата: 3,0 – 3,3 (с) - «50б»
3,4 – 3,6 (с) - «40б»
3,7 – 3,9 (с) - «30б»

«Кидки з точок»

Студент послідовно виконує 10 кидків з дистанції 5.5 м та 6.75 м способом однією рукою зверху в стрибку. Оцінюється кількість влучень.

7 - «50б»
6 - «40б»
5 - «30б»

«Комплексна вправа»

В 5 м. від лицьової лінії стоять по діагоналі 4 стійки з інтервалом 4м., виконується обведення стійок правою та лівою рукою, передача партнерові, який знаходиться на лівій стороні, отримати зворотну передачу та без ведення виконати подвійний крок та кидок м'яча в кошик, з обов'язковим влученням. Підібравши м'яч. Виконати ведення по прямій до протилежного щита. Подвійний крок, кидок м'яча в кошик з обов'язковим влученням, підбір м'яча. Виконується дві спроби, фіксується найкращий час. (с)

Юнаки: 11.0 – 11.9 (с) - «50б»
12.0 – 12.9 (с) - «40б»
13.0 – 13.9 (с) - «30б»

Дівчата: 13.0 – 13.9 (с) - «50б»
14.0 – 14.9 (с) - «40б»
15.0 – 15.9 (с) - «30б»

«Переміщення у захисній стійці»

Баскетболіст з вихідного положення (центр бокової лінії, точка А) за командою починає переміщення у захисній стійці правим боком до точки Б (5 м. уздовж бокової лінії в право) доторкнувшись правою рукою до набивного м'яча повертається лівим боком в точку А. Торкнувшись в точці А лівою рукою набивного м'яча, баскетболіст рухається у захисній стійці правим боком до точки В. Торкнувшись в точці В правою рукою набивного м'яча, він повертається лівим боком у стійці захисника в точку А, де торкається набивного м'яча лівою рукою. Потім баскетболіст продовжує рух вище згаданій схемі. Всього він повинен виконати вправу 5 разів, тобто повинен подолати відстань у 100м. Фіксується загальний час, витрачений на виконання вправи та контролюється техніка виконання.

хлопці	дівчата
32,3 с – «50б»	33,3 с – «50б»
34,0 с – «40б»	35,2 с – «40б»
35,3с – «30б»	36,5с – «30б»

Біг 40 сек

Гравець послідовно, без зупинки, пробігає від однієї лицьової лінії баскетбольного майданчика до іншої (28 м.), намагаючись подолати максимальну відстань за 40 с. Наступивши ногою на лицьову лінію, гравець прямує до іншої. Виконуються дві спроби з інтервалом у 2,5 хв. Фіксується сумарна відстань (у метрах), пройдена гравцем у двох спробах.

Юнаки: 400 - 415 - «50б»
380 - 399 - «40б»

360 - 379 - «30б»

Дівчата: 360 - 372 - «50б»

340 - 359 - «40б»

320 - 339 - «30б»

«Штрафний кидок» (Виконується 10 кидків, оцінюється кількість влучень).

8 - «50б»

7 - «40б»

6 - «30б»

Кидки однією рукою зверху в русі (правою та лівою).

Оцінюється техніка виконання кидків.

«50б» - кидок виконано технічно без помилок, м'яч влучив в кошик.

«40б» - кидок виконано технічно без помилок, але м'яч не влучив в кошик.

«30б» - кидок виконано з незначними технічними помилками

Стрибок у довжину (см)

Юнаки: 280 - 271 (см) - «50б»

270 - 261 (см) - «40б»

260 - 250 (см) - «30б»

Дівчата: 250 - 241 (см) - «50б»

240 - 231 (см) - «40б»

230 - 220 (см) - «30б»

«Жести суддів»

Оцінюються знання жестів суддів.

«50б» - студент відмінно володіє суддівськими навиками.

«40б» - студент добре володіє суддівськими навиками.

«30б» - студент володіє суддівськими навиками.

«Суддівство»

Оцінюються знання правил гри.

«50б» - студент відмінно знає правила гри в баскетбол.

«40б» - студент добре знає правила гри в баскетбол.

«30б» - студент задовільно знає правила гри в баскетбол.

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. Відеоматеріали

14. Література

14.1. Основна література:

1. Булычева Т.И. Педагогические умения как факторы повышения эффективности обучения технико-тактическим действиям баскетбола девочек 9-11 лет в ДЮСШ : автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Т.И. Булычева. – Москва, 2011. – 19 с.
2. [Быков А.В.](#) Стратегия и тактика в командных игровых видах спорта / А.В. [Быков](#) // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – 2011, № 12 (82). – С. 44-50.
3. Безмилов С., Шинкарук О. Обґрунтування значущості показників, що характеризують морфологічні та

- психофізіологічні особливості баскетболістів під час відбору у команду. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К.: НУФВСУ, 2008. – № 1. – С. 3 – 6.
4. Безмылов Н.Н. Критерии отбора квалифицированных баскетболистов в команду: автореф. дисс. ... канд. наук по ФВиС: спец. 24.00.01 / Н.Н. Безмылов. – К.: 2010. – 24.
 5. Грюкова В.В. Аналіз командного захисту в сучасному чоловічому баскетболі вищої ліги України / В.В. Грюкова, С.Л. Терентьев // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції, (Харків, 10-11 грудня 2015 р.) [Електронний ресурс]. – Харків, 2015. – С.21-23.
 6. Грюкова В.В. Проблемы при изучении баскетбола в высших учебных заведениях физической культуры и спорта / В.В. Грюкова, К.В. Кацал // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорте и туризму: материалы XV Межд.науч. сессии по итогам НИР за 2016 год, посвященной 80-летию ун-та, Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г.: в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т. физ. Культуры. – Минск : БГУФК, 2017. - (320 с.)
 7. Дорошенко Е.Ю., Сердюк Д.Г., Мітова О.О. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих гандболістів: проблеми, пошуки, шляхи вирішення: Монографія. – Запоріжжя : ТОВ «ЛІПС» ЛТД, 2016. – 312 с.
 8. Дорошенко Э.Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх [монография] / Э.Ю.Дорошенко. – Запорожье, 2013. – 436 с.
 9. Иванов С.В. Формирование основ техники игры в баскетбол на этапе начальной подготовки: автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / С.В. Иванов. – Москва, 2006. – 18 с.
 - 10.Ильницкая Т.Н. Теоретические основы обучения начальным защитным действиям баскетболистов. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.scienceforum.ru/2014/357/3534>
 - 11.Кискина А. В. Специальные упражнения в обучении технике баскетбола / А. В. Кискина // Физическая культура. Всё для учителя! // Издательская Группа “Основа”. – 2012, 4. с. 19-20 Костюкевич В.М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. Посіб. / В.М.Костюкевич, Л.М. Шевчик, О.Г.Сокольковак. – Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015 – 256 с.
 - 12.Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В.М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2014. – 416 с.
 - 13.Маньшин Б.Г. Методика обучения техническим действиям баскетболистов на основе развития психомоторных способностей: автореф. дисс... к. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Б.Г. Маньшин. – Хабаровск, 2011. – 20 с.
 - 14.Методичні рекомендації по проведенню занять з баскетболу на заняттях фізичного виховання у ДонНТУ. / Укл. В.М.Мершавка, Л.П. Єрмаченкова, А. Войтова, – Донецьк: ДонНТУ, 2012р. – 38 с.
 - 15.Мітова О.О. Контроль та аналіз техніко-тактичної підготовленості в захисті у баскетболістів команд вищої ліги / Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) Національний педагогічний ун-тет ім. М.П.Драгоманова. - К., 2015. – Вип.9. - С.60-63.
 - 16.Нестеровский Д.И. Баскетбол : Теория и методика обучения : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /Д. И. Нестеровский. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2007. — 336 с.
 - 17.Обучение тактике баскетбола. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://studopedia.ru/1_106906_obuchenie-taktike-basketbola.html
 - 18.Полишвайко С.П. Методические рекомендации на тему: «Технические и тактические приёмы игры в баскетбол». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/4785/1/01524.pdf>
 - 19.Спортивні ігри: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів: у 2-х томах : / [Козіна Ж.Л., Поярков Ю.М., Церковна О.В.]; під ред. Ж.Л. Козіної . – Том 2: Основи окремих видів спортивних ігор. – Харків: Вид-во “Точка”, 2010. – 228 с.
 - 20.Спортивні ігри: Техніка, тактика, методика навчання: Учеб. Для студентів вищих навчальних закладів / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков; Під. Ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: – Видавничий центр “Академія”, 2002. – 520 с.

21. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков; Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 520 с.
22. Степанов А.Я. Обучение тактике баскетбола студентов, специализирующихся по модулю «Баскетбол»: учеб.-метод. пособие / А. Я. Степанов, А. В. Лебедев; Владим. гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2016. – 131 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/4785/1/01524.pdf>
23. Фаина Т.Е. Баскетбол. Командные действия в нападении. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://solncesvet.ru>
24. Game strategies and tactics for basketball: Bench coaching for success / Kevin Sivils. – Published by a Southern Family Publishing. Printed in the USA. – 2009. – P. 108. ISBN: 1463712995; ISBN-13: 978-1463712990.
25. The Game of Basketball: Basketball Fundamentals, Intangibles and Finer Points of the Game for Coaches, Players and Fans / Kevin Sivils. – Published by a Southern Family Publishing. A division of KSC Basketball Enterprises. – 2010. – P. 147. ISBN: 0615345263; ISBN-13: 978-0615345260.
26. А. Я. Гомельский о стратегии и тактике в баскетболе. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://dussh-5.ru/sport/basketbol/literatura/311-a-ya-gomelskij-o-strategii-i-taktike>

14.2. Додаткова література:

1. Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник / И.С. Барчуков. — М.: КНОРУС, 2017. — 304
2. Групповые действия. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.offsport.ru/basketball/zaschita/grupповые-dejstviya.shtml>
3. Групповые тактические действия баскетболистов в нападении. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://studopedia.org/8-185831.html>
4. Групповые тактические действия в баскетболе по защите и нападению. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://studwood.ru/1103195/turizm/osobennosti_metodiki_obucheniya_takticheskim_deystviyam
5. Индивидуальные действия в защите. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.offsport.ru/basketball/zaschita/individualnye-dejstviya.shtml>
6. Индивидуальные действия. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://ballplay.narod.ru/lizhai_zachita.htm
7. Мітова О.О. Методи наукових досліджень у баскетболі / О.О. Мітова, Р.О. Сушко. – Дніпропетровськ. : Вид. «Інновація», 2015 – 216 с.
8. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. / О. А. Шинкарук. - К., 2013. - 136 с.
9. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практические применения / В.Н. Платонов – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
10. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 680 с.
11. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2015. – Кн. 2. – 752 с.
12. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. / О. А. Шинкарук. - К., 2013. - 136 с.
13. Тактика нападения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://studbooks.net/658333/turizm/taktika_napadeniya

15. Інформаційні ресурси

1. Правила игры в баскетбол. Сайт сети интернет [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://basketball.sport-lives.com/rules/index.html>
2. <http://www.basket.com.ua>

3. <http://www.superleague.ua>
4. <http://www.ukrbasket.net>
5. <http://ru.wikipedia.org>
6. <http://www.basket.ru>
7. <http://www.allbasketball.ru>
8. http://www.fiba.com/temp/_pdf/FIBAMediaGuide/Mediaguide.pdf

Викладач _____ Грюкова В.В.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри спортивних ігор

доц. Мітова О.О.

_____. _____ 2018 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

**Підвищення спортивної майстерності (ПСМ)
III курс**

Бакалавр

галузь знань	01 – Освіта/педагогіка
напрямок підготовки	6.010202 «Спорт»
факультет	Фізичної культури і спорту
вид дисципліни	обов'язкова

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни – **Підвищення спортивної майстерності** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, напрям підготовки **6.010202 «Спорт»**.

Розробники:

Грюкова Вікторія Валеріївна, ст. викладач кафедри спортивних ігор

Робоча програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 14 від **“ 6 ” червня 2018 р.**

Завідувач кафедри _____доц. Мітова О.О.

“ 7 ” червня 2018 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 6	Галузь знань 01 – Освіта/педагогіка	обов'язкова
	Напрямок підготовки <u>6.010202</u>	
Модулів – 1	Спеціалізація/освітня програма: Тренерська-викладацька діяльність	Рік підготовки:
Змістових модулів – 6		III-й
		Семестр
Загальна кількість годин – 180		5,6-й
		Лекції
аудиторних – 58 самостійної роботи студента – 122 індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: бакалавр	-
		Практичні, семінарські
		58 год.
		Самостійна робота
		122 год.
		Вид контролю: диф. залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок. Вмінь та одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи. Підготовка гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування баскетболістів;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні баскетболістів;
- визначити порядок проходження видів, розташувати суддівські бригади;
- визначити порядок побудови процесу навчання конкретній руховій дії,
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти навичками суддівства;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- методику суддівства змагань з баскетболу;

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- поєднувати процес навчання руховій дії з вихованням особистості;
- володіти способами управління учнями.
- визначити структуру фізичної підготовленості в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії, виявляти помилки в процесі її виконання, визначити причини виникнення;
- визначити рівень володіння технікою виконання фізичної вправи на основі біомеханічного аналізу.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 12. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка баскетболістів».

Змістовний модуль 13. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».

Змістовний модуль 14. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів».

Змістовний модуль 15. Змагання і змагальна діяльність.

Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 16. Змагання і змагальна діяльність.

Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».

Змістовий модуль 17. Змагання і змагальна діяльність.

Тема 6. «Практика суддівства».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього	у тому числі			
Лекції		Практичні	Семінарські (м/к)	Самост. робота	
Модуль 1					
Змістовий модуль 12. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка баскетболістів».	30		6	2	22
Змістовний модуль 13. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	30		6	2	22
Змістовний модуль 14. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	30		6	2	22
Змістовний модуль 15. Змагання і змагальна діяльність.					
Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	30		6	2	22
Змістовий модуль 16. Змагання і змагальна діяльність.					
Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	30		6	2	22
Змістовий модуль 17. Змагання і змагальна діяльність.					
Тема 6. «Практика суддівства».	30		16	2	12
ВСЬОГО	180		46	12	122

5. Теми семінарських занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
-------	------------	-----------------

1.	Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
2.	Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
3.	Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
4.	Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
5.	Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів» - прийом контрольних нормативів.	2
6.	Тема 6. «Практика суддівства» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	12

6. Теми практичних занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка баскетболістів».	6
2.	Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	6
3.	Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	6
4.	Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	6
5.	Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	6
6.	Тема 6. «Практика суддівства».	16
	Всього:	46

8. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка баскетболістів».	22
2.	Тема 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	22
3.	Тема 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	22
4.	Тема 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	22
5.	Тема 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	22
6.	Тема 6. «Практика суддівства».	12
	Всього:	122

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Тестування рухливих умінь і навичок.
3. Прийом контрольних нормативів з тем № 1,2,3,4, 5, 6.
4. Навчальна практика: проведення уроку по навчання окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача)

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Поточне тестування та самостійна робота					
Змістовий модуль № 12	Змістовий модуль № 13	Змістовий модуль № 14	Змістовий модуль № 15	Змістовий модуль № 16	Змістовий модуль № 17
60-100	60-100	60-100	60-100	60-100	60-100

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D		
60 – 63	E	задовільно	не зараховано з можливістю повторного складання
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання

12.2. Форми контролю

№ п.п.	Завдання	Кількість балів
	Тема № 1. «Спеціальна фізична підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Штрафний кидок.	30-40-50
2.	Стрибок у довжину.	30-40-50
	Тема № 2. «Технічна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Кидки з точок.	30-40-50
2.	Згинання та розгинання рук в упорі лежачі.	30-40-50
	Тема № 3. «Тактична підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Комплексна вправа.	30-40-50
2.	Біг 20м.	30-40-50
	Тема № 4. «Інтегральна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Кидки однією рукою зверху в русі.	30-40-50

2.	40 сек. Біг.	30-40-50
	Тема № 5. «Змагальна підготовка баскетболістів».	60-80-100
1.	Жести суддів.	60-80-100
	Тема № 6. «Практика суддівства».	60-80-100
1.	Практика суддівства.	60-80-100

Критерії оцінки

Штрафний кидок (Виконується 10 кидків, оцінюється кількість влучень).

9 - «50б»

8 - «40б»

7 - «30б»

Стрибок у довжину з місця (см).

Юнаки: 285 - 275 (см) - «50б»

274 - 265 (см) - «40б»

264 - 255 (см) - «30б»

Дівчата: 255 - 245 (см) - «50б»

244 - 235 (см) - «40б»

234 - 225 (см) - «30б»

«Кидки з точок».

Студент послідовно виконує 10 кидків з дистанції 5.5 м та 6.75 м способом однією рукою зверху в стрибку. Оцінюється кількість влучень.

8- «50б»

7- «40б»

6 - «30б»

«Згинання і розгинання рук, в упорі, лежачи на підлозі» (кількість разів).

Юнаки: 42 - «50б»

36 - «40б»

30 - «30б»

Дівчата: 22 - «50б»

17 - «40б»

13 - «30б»

«Комплексна вправа»

В 5 м. від лицьової лінії стоять по діагоналі 4 стійки з інтервалом 4м., виконується обведення стійок правою та лівою рукою, передача партнерові, який знаходиться на лівій стороні, отримати зворотну передачу та без ведення виконати подвійний крок та кидок м'яча в кошик, з обов'язковим влученням. Підібравши м'яч. Виконати ведення по прямій до протилежного щита. Подвійний крок, кидок м'яча в кошик з обов'язковим влученням, підбір м'яча. Виконується дві спроби, фіксується найкращий час. (с)

Юнаки: 10.5 – 11.5 (с) - «50б»

11.6 - 12.0 (с) - «40б»

12.1 - 13.0 (с) - «30б»

Дівчата: 12.0 - 13.0 (с) - «50б»

13.1 - 14.0 (с) - «40б»

14.1 - 15.0 (с) - «30б»

«Біг 20 м.»

Оцінюється швидкість. Виконується з високого старту за сигналом.

Юнаки: 2.7 - 2,9 (с) - «50б»

3,0 – 3,2 (с) - «40б»

3,3 – 3,5 (с) - «30б»

Дівчата: 3,0 – 3,3 (с) - «50б»

3,4 – 3,6 (с) - «40б»

3,7 – 3,9 (с) - «30б»

Кидки однією рукою зверху в русі (правою та лівою).

Оцінюється техніка виконання кидків.

«50б» - кидок виконано технічно без помилок, м'яч влучив в кошик.

«40б» - кидок виконано технічно без помилок, але м'яч не влучив в кошик.

«30б» - кидок виконано з незначними технічними помилками

«40 сек. Біг»

Гравець послідовно, без зупинки, пробігає від однієї лицьової лінії баскетбольного майданчика до іншої (28 м.), намагаючись подолати максимальну відстань за 40 с. Наступивши ногою на лицьову лінію, гравець прямує до іншої. Виконуються дві спроби з інтервалом у 2,5 хв. Фіксується сумарна відстань (у метрах), пройдена гравцем у двох спробах.

Юнаки: 410 - 400 - «50б»

380 - 399 - «40б»

360 - 379 - «30б»

Дівчата: 375 - 360 - «50б»

340 - 359 - «40б»

320 - 339 - «30б»

Жести суддів.

Студенту необхідно продемонструвати жести арбітра з баскетболу за вимогами викладача.

Оцінюються знання правил гри.

«50б» - студент відмінно знає правила гри в баскетбол.

«40б» - студент добре знає правила гри в баскетбол.

«30б» - студент задовільно знає правила гри в баскетбол.

Практика суддівства.

Провести баскетбольний матч в якості судді в полі.

Оцінюються знання правил гри, вміння провести баскетбольний матч.

«50б» - студент відмінно знає правила гри в баскетбол.

«40б» - студент добре знає правила гри в баскетбол.

«30б» - студент задовільно знає правила гри в баскетбол.

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;

2. Відеоматеріали

14. Рекомендована література

14.1. Основна література:

1. Баскетбол: навч.-метод. посіб. / Т.А. Тучинська, Є.В. Руденко. – Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. – 95с.
2. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: учеб.-метод. Пособие / сост. Д. П. Адейеми, О. Н. Сулейманова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 40.
3. Бессарабов М.С. Загальні основи методики тренування та спортивної підготовки в баскетболі. Навчальний посібник. – Запоріжжя, ЗДМУ: 2015.-109 с.

4. Грюкова В.В. Вплив рухливих ігор на розвиток фізичних якостей дітей середнього шкільного віку / Наука і вища освіта: тези доповідей XXII Міжнар. наук. конф. студентів і молодих учених. - Запоріжжя : КПУ, 2014. – С. 628.
5. Грюкова В.В., Раковская И.А., Матяш В.В. Организация и методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры / Учебно-методическое пособие. – Днепр: Изд-во ЧФ «Стандарт-Сервис», 2017. - 58с.
6. Козина Ж.Л. Командная и индивидуальная структура подготовленности баскетболисток студенческих команд / Ж.Л. Козина, С.Г. Защук, В.Ф. Слюсарев// Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 3. – С. 60-65.
7. Красникова О.С. Уроки баскетбола: игровые упражнения и игры : Учебно-методическое пособие к практическим занятиям. — Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2013. — 91 с.
8. Кружковая спортивная работа в общеобразовательной школе (методологическая основа и содержание тренировочного процесса баскетбольной секции). [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://открытыйурок.рф/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/511727/>
9. Лаврін Г.З. Технологія навчання веденню м'яча в баскетболі / Г.З. Лаврін // Теорія та методика фізичного виховання. — 2015. — № 01. — С. 26-31.
10. Мітова О.О., Грюкова В.В. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання: Навчально-методичний посібник для студентів, викладачів, тренерів. – Дніпропетровськ: Вид. «Інновація», 2016. – 194с.
11. Мітова О.О., Терентьев С.Л. Види підготовки висококваліфікованих баскетболістів / Методичні рекомендації. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2015. – 48с.
12. Продан О. Методика навчання баскетболу та організація баскетбольної підготовки в умовах загальноосвітнього навчального закладу / О. Продан, Н. Фунтікова // [Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота.](#) - 2014. - Вип. 31. - С. 139-142. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2014_31_52
13. Скопинцева В.А. Основные аспекты методики обучения техническим приемам юных спортсменов 10-12-летнего возраста на примере баскетбол / В.А. Скопинцева // [Вестник физической культуры и спорта](#): Изд-во: [Кыргыз. гос. академии ФКиС](#), 2017. - № 1(16). – С. 85-92.
14. Соловей О.М., Грюкова В.В. Особливості методики навчання техніки гри баскетболістів 9-10 років на етапі початкової підготовки / Фізична культура, спорт і здоров'я: стан і перспективи в умовах сучасного українського державотворення в контексті 25-річчя Незалежності України: матеріали XVI Міжнародної науково-практичної конференції, (8-9 грудня 2016 р) [Електронний ресурс]. – Харків, 2016. – С.201-205.
15. Средства спортивной тренировки. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://fkis.ru/page/1/179.html>
16. Цель, задачи, средства, методы спортивной подготовки. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://vespo.com.ua/sportscience/tsel-zadachi-sredstva-metodyi-sportivnoy-podgotovki/>

13.2. Додаткова література:

1. Сушко Р.О. Підвищення спортивної майстерності в процесі багаторічного вдосконалення висококваліфікованих баскетболістів в умовах глобалізації спорту / Р.О. Сушко // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – Вип. 3 (72). 2016. – С. 123-127.
2. Лосин Б. Е. Методика регистрации и оценка соревновательной деятельности баскетболистов в нападении / Б. Е. Лосин, С. Н. Елевич // Культура физическая и здоровье. – 2006. – № 4. – С. 63-66.
3. Моїсеєнко О.К. Теоретичні та методологічні особливості розвитку координаційних здібностей юних баскетболістів / О.К. Моїсеєнко, І.В. Ширяєва // XVI Міжнародна науково-практична конференція. Фізична культура, спорт та здоров'я. 2016. – С. 158-162.
4. Павленко О. Клубна форма організації занять у розвитку студентського спорту / О. Павленко // Слобожанський науково-спортивний вісник. 2017. – № 4(60), – С.78-85.
5. Питын М. Результативность студенческой команды по баскетболу в годичном соревновательном периоде / Питын М., Матула С. // Актуальные проблемы подготовки резерва в спорте высших достижений : материал междунар. науч.-практ. конф. – Минск : БГУФК, 2009. – Т. 2. – С. 189-193.
6. Ткаченко Л. П. Системний підхід до організації навчання у вищих навчальних закладах / Л. П. Ткаченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2003. – № 20. – С. 32-34.

7. Файенберг Б.А. Основы методики обучения и тренировок в баскетболе студентов 1-2 курсов / Б.А. Файенберг // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова; Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт); Вип. 5(48). 2014. – С. 134-138.
8. Фізична підготовка баскетболістів: метод. рекомендації / Г.П. Грибан, Т.В. Кафтанова, Ю.С. Костюк. – Житомир: Вид-во «Рута», 2017. – 48 с.

15. Інформаційні ресурси

1. Правила игры в баскетбол. Сайт сети интернет [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://basketball.sport-lives.com/rules/index.html>
2. <http://www.basket.com.ua>
3. <http://www.superleague.ua>
4. <http://www.ukrbasket.net>
5. <http://ru.wikipedia.org>
6. <http://www.basket.ru>
7. <http://www.allbasketball.ru>
8. http://www.fiba.com/temp/_pdf/FIBAMediaGuide/Mediaguide.pdf

Викладач _____ Грюкова В.В.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)