Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 21.07.2025 10:31:38
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ООП
Арутюнян Изабелла Арташесовна
05.07 2025 г.

Рабочая программа дисциплины

Спортивные игры

Закреплена за кафедрой:	**Физического воспитания**
Направление подготовки:	**44.03.01 Педагогическое образование**
Направленность (профиль):	**Музыкальное образование**
Квалификация:	**Бакалавр**
Форма обучения:	**очная**
Семестр:	**1,2,3,4**

Программу составил(и):

доц., Федорова наталья Алексеевна;старший преподаватель, Белоусова Елена Владимировна

Тверь, 2025

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля):

Цельюосвоениядисциплиныявляетсяформированиефизическойкультуры личности, способности направленно использовать разнообразныесредствафизическойкультурыиспорта, в томчислеиразличныхвидовоздоровительных физических упражнений, с целью сохранения и укрепленияздоровья, поддержания оптимального уровня физической подготовленности,обеспечивающегополноценнуюсоциальнуюипрофессиональнуюдеятельность.

Задачи :

Достижениепоставленнойцелипредусматриваетрешениеследующихзадач:

• формированиепониманиясоциальнойзначимостифизическойкультурыиеёроливразвитиеличностиподготовкекпрофессиональнойдеятельности;

• содействиеразностороннемуразвитиюличности,сохранениюиукреплениюегоздоровья, повышениюуровняобщейфизическойподготовленности и специальной подготовленности в оздоровительныхсистемах физических упражнений, развитию профессионально важныхфизическихкачествипсихомоторныхспособностейбудущихспециалистов;

• формированиепотребностивфизическомсамосовершенствовании,установки на здоровый образ жизни и поддержание высокого уровняздоровьячерезсознательноеитворческоеиспользованиесредствфизическойкультуры;

• формированиезнанийосновбезопасностиприсамостоятельныхзанятиях физической культурой и спортом;

• формированиенавыковподдержанияобщейфизическойподготовленностидляобеспеченияполноценнойсоциальнойи профессиональной деятельности.

В основе игры баскетбол на фоне постоянно меняющейся информациилежат активно выполняемые естественные движения: бег, прыжки, передачи,броски,ведение мяча и т.д.

Специфика двигательной деятельности игры в баскетбол способствуетрациональномуфизическомуразвитиюстудента.Еговсестороннейфизическойподготовленности,увеличениеподвижностисуставов,укреплениюдеятельностисердечнососудистойидыхательнойсистем,атакжеположительномувлияниюнаразвитиепсихомоторныхмеханизмов(быстрая и адекватная ориентировка в сложной двигательной деятельности,развитие реакции выбора, концентрация внимания, распределение внимания,объемполезрения,оперативностьмышления,моторнаявыносливость).

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП: Б1.О

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Дляизученияданнойучебнойдисциплинынеобходимыследующиезнания,умения,инавыки,формируемыеврамкахобщегосреднегообразования.

Знания:

• ролиизначениязанятийфизическойкультуройиспортомвукреплениездоровьячеловека,профилактикевредныхпривычек,веденииздоровогообразажизни;

• основорганизациииипроведениязанятийфизическойкультуройоздоровительнойитренировочной направленности;

• социально-биологических основ культуры здоровья.Умения:

•
владетьосновнымидвигательнымидействиямиифизическимиупражнениямиизбазовых видовспортаиоздоровительнойфизическойкультуры;

• максимально проявлять физические способностипри выполнениитестовых упражненийпо физической культуре;

• планироватьрежимдня,обеспечиватьоптимальноесочетаниенагрузкииотдыха.

Навыки:

•
выполненияжизненноважныхдвигательныхуменийразличнымиспособами,вразличных изменяющихсявнешних условиях;

•
выполненияразнообразныхфизическихупражненийразличнойфункциональнойнаправл енности,техническихдействийбазовыхвидов спорта, а также применения их в игровой и соревновательнойдеятельности

Безопасность жизнедеятельности

Ознакомительная практика

Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Освоениедисциплины«Элективныедисциплиныпофизическойкультуреиспорту:Баскет бол»являетсяосновойдляпоследующегоизучениядисциплины«Безопасностьжизнедеятельнос ти»,прохожденияпрактик,выполнения выпускной квалификационной работы.

Безопасность жизнедеятельности

Ознакомительная практика

Педагогическая практика

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость	0 ЗЕТ
Часов по учебному плану	328
в том числе:	
самостоятельная работа	202

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

УК-7.1: Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

УК-7.3: Соблюдает и пропогандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

5. ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля в семестрах:	
зачеты	2, 4

6. ЯЗЫК ПРЕПОДАВАНИЯ

Язык преподавания: русский.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Сем.	Часов	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1.Техническая подготовка баскетболистов.				
1.1	Тема1.Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Пр	1	2	Технологии: -личностно-ориентированног
1.2	Тема2.Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. Науровне груди , «высокого мяча», с отскокомотпола, наместе, вдвижении.	Пр	1	4	Технологии: -личностно-ориентированного подхода, -
1.3	Тема 3. Передачи мяча: на месте, вдвижении,впрыжке,средние,дальние. Передачамяча от плеча, отгруди, снизу, с отскокомот пола.	Пр	1	4	Технологии: -личностно-ориентированного подхода,
1.4	Тема4.Бросокмяча:сместа, в движении, впрыжке. Бросок мячаоднойрукойвпрыжке, «скрюком».	Пр	1	6	Технологии: -личностно-ориентированного подхода,
1.5	Тема 5.Ведение мяча: с высоким отскоком,снизкимотскоком(со зрительным контролем).	Пр	1	4	Технологии: -личностно-ориентированного подхода,
1.6	Тема 6. Техника игры взащите. Защитная стойка(открытаяи закрытая).	Пр	1	4	Технологии: -личностно-
1.7	Тема 7. Заслоны,способы постановкизаслонов,взаимодействие двухигроковпризаслоне.	Пр	1	4	Технологии: -личностно-ориентированного подхода,
1.8	Тема 8. Игровые упражнения1×1,2×2, 3×3свключениемосновныхтехническихприёмовигры.	Пр	1	6	Технологии: -личностно-ориентированного подхода,
1.9	Тема1.Подготовительныеиподводящие упражнения,техникаперемещений,стойки	Ср	1	6	
1.10	Тема2.Ловля мяча:двумяруками,однойрукой.Науровнеруди,«высокогомяча»,с отскокомотпола, наместе, вдвижении.	Ср	1	6	
1.11	Тема 3. Передачи мяча: на месте, вдвижении,впрыжке,средние,дальние. Передачамячаотплеча,отгруди,снизу,сотскокомот пола.	Ср	1	6	

1.12	Тема 4.Бросок мяча: с места, в движении, впрыжке.Бросокмячаоднойрукойвпрыжке, «скрюком».	Ср	1	6	
1.13	Тема 5.Ведение мяча: с высоким отскоком,снизкимотскоком(со зрительным контролем)	Ср	1	6	
1.14	Тема6.Техникаигрывзащите.Защитная стойка(открытаяизакрытая).	Ср	1	6	
1.15	Тема 7. Заслоны, способы постановки заслонов,взаимодействиедвухигроковпри заслоне.	Ср	1	6	
1.16	Тема8. Игровыеупражнения1×1,2×2,3×3свключениемосновныхтехническихприёмовигры	Ср	1	6	
	Раздел 2. Раздел 2. Тактическая подготовка баскетболистов.				
2.1	Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча	Пр	2	6	
2.2	Тема 10. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков :пересечения, наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».	Пр	2	6	
2.3	Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрового.	Пр	2	4	
2.4	Тема12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча.	Пр	2	6	
2.5	Тема13.Групповыевзаимодействия.Взаимодействия двух игроков, групповой отбор мяча, проскальзывание, переключения, подстраховка. Взаимодействие трёх игроков против тройки, против «малой восьмёрки».	Пр	2	4	
2.6	Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга.	Пр	2	4	
2.7	Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча	Ср	2	6	
2.8	Тема 10. Групповые взаимодействия. Взаимодействия двух игроков :пересечения, наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».	Ср	2	8	
2.9	Тема 11. Командные взаимодействия. Позиционные нападения: система нападения без центрового.	Ср	2	8	

2.10	Тема12. Индивидуальные действия. Без мяча: противодействие выходу на свободное место, противодействие получению мяча.	Ср	2	10	
2.11	Тема13.Групповыевзаимодействия.Взаимодействия двух игроков, групповой отбор мяча, проскальзывание, переключения, подстраховка. Взаимодействие трёх игроков против тройки, против «малой восьмёрки».	Ср	2	10	
2.12	Тема 14. Командные взаимодействия. Рассредоточенная защита, система зонного прессинга, система личного прессинга.	Ср	2	10	
	Раздел 3. Раздел 1. Техническая подготовка баскетболистов.				
3.1	Тема1.Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Пр	3	2	
3.2	Тема2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	Пр	3	4	
3.3	Тема3.Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке, средние, дальние. Передача мяча от плеча, от груди, снизу, с отскоком от пола. По направлению движения партнёра: при встречном и поступательном движении, скрытые передачи.	Пр	3	4	
3.4	Тема4.Штрафной бросок, трёхочковый бросок, бросок мяча перед щитом, параллельно щиту, под углом.	Пр	3	4	
3.5	Тема5.Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля).	Пр	3	4	
3.6	Тема6.Техника игрывзащите.Защитнаястойка (открытаяизакрытая).Способыпередвижениявзащитнойстойке.Опека нападающегоигрока.	Пр	3	4	
3.7	Тема7.Заслоны,способыпостановкизаслонов, взаимодействие двух игроков призаслоне,«двойка»,взаимодействиетрёх игроков(скользящийзаслон).	Пр	3	4	
3.8	Тема8. Игровыеупражнения1×1,2×2,3×3свключениемосновныхтехническихприёмовигры	Пр	3	8	
3.9	Тема1.Подготовительные и подводящие упражнения, техника перемещений, стойки.	Ср	3	6	

3.10	Тема2. Ловля мяча: двумя руками, одной рукой. На уровне груди, «высокого мяча», с отскоком от пола, на месте, в движении.	Ср	3	6	
3.11	Тема3.Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке, средние, дальние. Передача мяча от плеча, от груди, снизу, с отскоком от пола. По направлению движения партнёра: при встречном и поступательном движении, скрытые передачи.	Ср	3	6	
3.12	Тема4.Штрафной бросок, трёхочковый бросок, бросок мяча перед щитом, параллельно щиту, под углом.	Ср	3	6	
3.13	Тема5.Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля).	Ср	3	6	
3.14	Тема6.Техника игрывзащите.Защитнаястойка (открытаяизакрытая).Способыпередвижениявзащитнойстойке.Опека нападающегоигрока.	Ср	3	6	
3.15	Тема7.Заслоны,способыпостановкизаслонов, взаимодействие двух игроков призаслоне,«двойка»,взаимодействиетрёх игроков(скользящийзаслон).	Ср	3	6	
3.16	Тема8. Игровыеупражнения1×1,2×2,3×3свключениемосновныхтехническихприёмовигры.	Ср	3	6	
3.17	Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Без мяча: выход для получения мяча.	Пр	4	4	
3.18	Тема10.Групповыевзаимодействия.Взаимодействия двухигроков: пересечения,наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».Взаимодействие трёх игроков: наведение надвухигроков,сдвоенныйзаслон,скрестный выход,малаявосьмёрка,треугольник,тройка.	Пр	4	4	
3.19	Тема11.Командныевзаимодействия.Позиционные нападения: система нападениябезцентрового.Стремительноенападение, системаэшелонногопрорыва	Пр	4	4	
3.20	Тема 12.Индивидуальные действия. Безмяча: противодействие выходу на свободноеместо,противодействие получениюмяча. Смячом:противодействиеатакекорзины, противодействиерозыгрышумяча.	Пр	4	6	

3.21	Тема13.Групповыевзаимодействия.Взаимодействиядвухигроков,групповойотбормяча, проскальзывание, переключения,подстраховка. Взаимодействие трёх игроковпротивтройки,против«малойвосьмёрки»,противскрестноговыхода,противсдвоенногозаслона,противнаведенияна двухигроков.	Пр	4	4	
3.22	Тема14.Командныевзаимодействия.Рассредоточеннаязащита,системазонногопрессинга,системаличногопрессинга.Концентрированнаязащита:системасмешаннойзащиты,системаличнойзащиты, системазоннойзащиты.	Пр	4	6	
3.23	Тема 9. Тактика нападения. Индивидуальныедействия.Безмяча:выход дляполучениямяча. Смячом:выборспособа ловлимяча,передача,бросок,розыгрышмяча,атака корзины.	Ср	4	4	
3.24	Тема10.Групповыевзаимодействия.Взаимодействия двухигроков: пересечения,наведения, заслоны, «передай мяч и выходи».Взаимодействие трёх игроков: наведение надвухигроков,сдвоенныйзаслон,скрестный выход,малаявосьмёрка,треугольник,тройка.	Ср	4	8	
3.25	Тема11.Командныевзаимодействия.Позиционные нападения: система нападениябезцентрового.Стремительноенападение, системаэшелонногопрорыва	Ср	4	8	
3.26	Тема 12.Индивидуальные действия. Безмяча: противодействие выходу на свободноеместо,противодействие получениюмяча. Смячом:противодействиеатакекорзины, противодействиерозыгрышумяча.	Ср	4	10	
3.27	Тема13.Групповыевзаимодействия.Взаимодействиядвухигроков,групповойотбормяча, проскальзывание, переключения,подстраховка. Взаимодействие трёх игроковпротивтройки,против«малойвосьмёрки»,противскрестноговыхода,противсдвоенногозаслона,противнаведенияна двухигроков.	Ср	4	10	

3.28	Тема14.Командныевзаимодействия.Рассредоточеннаязащита,системазонногопрессинга,системаличногопрессинга.Концентрированнаязащита:системасмешаннойзащиты,системаличнойзащиты, системазоннойзащиты.	Ср	4	14	

Образовательные технологии

Технологии:
-личностно-ориентированного подхода,
- дифференцированного физкультурного образования,
- здоровье сберегающие,
- информационно-коммуникативные технологии,
- технология поддержки.
Общепедагогические методы:
- словесный
- наглядный
Методы развития физических качеств:
- Равномерный метод
Технологии:
-личностно-ориентированного подхода,
- дифференцированного физкультурного образования,
- здоровье сберегающие,
- информационно-коммуникативные технологии,
- технология поддержки.
Общепедагогические методы:
- словесный;
- наглядный
Методы развития физических качеств:
- Повторный метод
Технологии:
-личностно-ориентированного подхода,
- дифференцированного физкультурного образования,
- здоровье сберегающие,
- информационно-коммуникативные технологии,
- технология поддержки.
Общепедагогические методы:
- словесный;
- наглядный
Методы развития физических качеств:
- Повторный метод
Специфические методы:
-методы строго регламентированного упражнения

Список образовательных технологий

1	Игровые технологии

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

Текущий контроль успеваемости:

Текущий контроль включает оценку качества выполнения студентами заданий в ходе практических занятий и регулярность их посещения. Критериоцениванияв1-4модуле:100% посещение-10баллов.

Примеры заданий, которые студенты выполняют в ходе практических занятий:
- Ведение мяча: с высоким отскоком, с низким отскоком;
- Передачи мяча: на месте, в движении, в прыжке;
- Штрафной бросок, трёхочковый бросок

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация:

Успешностью освоения учебного материала является экспертная оценкапреподавателя,учитывающаярегулярностьпосещенияобязательныхучебных занятий и выполнение установленных во 2 и 4 семестрах тестов общей физической подготовки: в 3 и 4 модуле студенты выполняют не более5 тестов в каждом модуле.

8.3. Требования к рейтинг-контролю

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуемая литература

Основная

Шифр	Литература
Л.1.1	Бароненко, Рапопорт, Здоровье и физическая культура студента, Москва: Издательский дом "Альфа-М", 2018, ISBN: 978-5-98281-157-8, URL: https://znanium.com/catalog/document?id=372244
Л.1.2	Евсеев Ю. И., Физическая культура, Ростов-на-Дону: Феникс, 2014, ISBN: 978-5-222 -21762-7, URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	https://www.krugosvet.ru/enc/sport/BASKETBOL.html:
Э2	https://www.gto.ru/:
Э3	http://www.gto-normy.ru/:

Перечень программного обеспечения

1	Google Chrome
2	Adobe Acrobat Reader
3	Qgis
4	WinDjView
5	OpenOffice

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1	ЭБС «Лань»
2	ЭБС IPRbooks

3	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
4	ЭБС «ЮРАИТ»
5	ЭБС «ZNANIUM.COM»
6	СПС "КонсультантПлюс"

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудит-я	Оборудование
9-209	стойки волейбольные универсальные с механическим натяжением, кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, ворота для мини-футбола, гандбола,
9-222	жерди, кольца гимнастические, конь гимнастический, мостик гимнастический, стенки гимнастические, маты, стол теннисный, тренажеры силовые,

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]:Учебно-методическоепособиедлявсехнаправленийипрофилейподготовки/Федорова Наталья Алексеевна; Твер. Гос. ун-т, Фак. Физ. Культуры, Каф. Физ. Воспитания; сост: Т.И. Гужова, Н.А. Федорова, В.В. Клунко - Тверь: Тверской государственный университет, 2019 – 39 с. - Режим доступа: http://texts.lib.tversu.ru/texts/14485ucheb.pdf

Требования крейтинг-контролю:

Критериоцениванияв1-2модуле: 100%посещение –по 10 баллов;

3 модуль:100%посещение–10баллов,5контрольныхтестов.Максимальноеколичество:6балловзаодинтест.

4 модуль:100%посещение–10баллов,3контрольныхтеста.Максимальноеколичество10балловзаодин тест.

Максимальная сумма баллов, которую студент может набрать за один учебный год – 100 баллов. Для получения зачета достаточно получить 40баллов.

Приподготовкекпрактическомузачетуподисциплинеещеразподробноознакомьтесьсусловиямисдачизачета,сконтрольными

нормативами, повторите технику выполнения каждого физического упражнения.

Примерный перечень физических упражнений для зачета по дисциплине:

3 модуль: физическая подготовка

1. Прыжок в длину с места(оценка скоростно-силовых качеств).
2. Бег30м:5х6м(оцениваются скоростные возможности).
3. Бег 92 м с изменением направления, «елочка»(оценка скоростно-силовой выносливости).
4. Метание набивного мяча(вес1кг),из-за головы двумя руками: сидя(оценка скоростно-силовых качеств).
5. Метание набивного мяча(вес1кг),из-за головы двумя руками: стоя(оценка скоростно-силовых качеств).

4 модуль: техническая подготовка

1. Броски со штрафной дистанции.
2. Атака кольца с двух шагов.
3. Упражнение «восьмерка» с атакой баскетбольной корзины.