

Российская Федерация
Министерство образования и науки РД
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕРБЕНТСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИМЕНИ Г. Б. КАЗИАХМЕДОВА»



ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ. 13.03 Баскетбол

индекс и наименование дисциплины

49.02.01.Физическая культура

Специальность

код и наименование укрупненной группы специальностей 49.00.00. Физическая культура спорт

объем: 144 ч.

ДЕРБЕНТ

2025г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОПЦ. 13.03 Баскетбол**

разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности **49.02.01.Физическая культура** (углубленной подготовки), входящей в состав укрупненной группы специальностей **49.00.00. Физическая культура и спорт**
- Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2025/2026 учебный год

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова»

Разработчики:

- Курбанов А. Г., преподаватель по физической культуре ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г. Б. Казиахмедова» - Отличник образования РД, почетный работник СПО РФ, Заслуженный учитель РД, преподаватель высшей категории.

Рецензент: Курбанов Н. А., - Отличник образования РД, Заслуженный учитель РД, преподаватель высшей категории, руководитель ГМО учителей физической культуры г. Дербент, руководитель МЦТ ГТО в городском округе «г. Дербент»

Рассмотрен на заседании ПЦК физической культуры № 1 от 26 августа 2025г

Рекомендована научно-методическим советом ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж» для применения в учебном процессе.

Заключение научно - методического совета № 1 от 27 августа 2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОПЦ. 13.03. БАСКЕТБОЛ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалиста среднего звена ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова» в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для подготовки учителей физической культуры на базе основного общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

профессиональный учебный цикл, общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- планировать, проводить и анализировать занятия по баскетболу;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по баскетболу;
- использовать терминологию по баскетболу;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений по баскетболу;
- обучать двигательным действиям по баскетболу;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- историю и этапы развития по баскетболу;
- terminologию по баскетболу;
- технику профессионально значимых двигательных действий по баскетболу;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по баскетболу;
- методику обучения двигательным по баскетболу;
- особенности и методику развития физических качеств по баскетболу;
- особенности организации и проведения соревнований по баскетболу;
- основы судейства по баскетболу;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий по баскетболу
- особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать **общими и профессиональными компетенциями**, включающими в себя способность:

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 144 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 134.25 часов;
самостоятельной работы обучающегося 9.75 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **ОПЦ. 13.03. Баскетбол**

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	144
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	134.25
в том числе:	
практические занятия	94
теоретические занятия	40
курсовые работы	0.25
Самостоятельная работа. Изучение правил игры. Разработка комплекса физических упражнений для развития двигательных качеств специальной физической подготовки баскетболиста. Составление конспекта урока по баскетболу (по заданию) и анализ конспекта по проведению урока. Отработка основных элементов тактических индивидуальных действий техники игры в баскетбол. Противодействие игроку с мячом. Учебная игра. Последовательное изучение приёмов тактики игры в защите; последовательность изучения тактических действий при игре в защите. Самостоятельное проведение соревнований среди школьников. Просмотр уроков во время педагогической практики, их анализ. Оснащение спортивного зала, соблюдение техники безопасности. Итоговая аттестация; дифференцированный зачет	9.75

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ. 13.03. БАСКЕТБОЛ

Таблица 2.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1.	Основный понятия о спортивной игре баскетбол	18	
Тема 1.1 Введение	Содержание учебного материала История и этапы развития баскетбола. Возникновение и развитие баскетбола. Современные представления об игре в баскетбол. Эволюция правил игры в баскетбол. Действующие правила	2	2
Тема 1.2 Характеристика игры в баскетбол.	Содержание учебного материала Характеристика игры в баскетбол. Место игры баскетбол в системе ф/воспитания Р.Ф. Краткие исторические сведения о развитии баскетбола. Содержание правил игры. Самостоятельная работа. Эволюция правил игры и тенденции развития баскетбола. Характеристика техники в одном из упражнений (по заданию). Составление схемы классификации техники игры.	4	2
Тема 1.3 Общеразвивающие и специальные упражнения	Содержание учебного материала Значение и место ОРУ и специальных упражнений в общей и специальной физической подготовке баскетболистов, подвижные игры, способствующие овладению техникой игры. Практическое занятие. Упражнения для развития д/к (быстроты, выносливости, силы, ловкости, прыгучести); специальные упражнения, способствующие овладению т/ игры; Самостоятельная работа: Разработка комплекса физических упражнений для развития двигательных качеств общей и специальной физической подготовки. Практическое занятие. Методика обучения общеразвивающим и спец/ упражнениям.	4	2
Раздел 2.	Техника игры в нападении	32	
Тема 2.1 Техника перемещения	Содержание учебного материала Виды техники перемещения, ловли и передачи мяча, техника ведения мяча, техника броска мяча. Практическое занятие. Бег обычный, с ускорениями по прямой, с изменением направления (зигзагообразно и с поворотами), бег с изменением скорости (рывки, остановки), сочетание бега по прямой и по дугам; остановки двумя шагами и прыжком; подвижные игры, способствующие овладению техникой игры.	4	
	Практическое занятие. Повороты на месте вперёд и назад (без мяча и с мячом), сочетание поворотов вперёд и назад в разной последовательности; прыжки вверх с места толчком двумя ногами и с разбега толчком одной ногой; подвижные игры.	4	

Тема 2.2 Техника ловли и передачи мяча 2-я руками.	Практическое занятие. Ловля мяча на месте двумя руками на уровне груди; передачи мяча на месте двумя руками от груди; подвижные игры.	4	
Тема 2.3 Техника ловли и передачи мяча одной рукой.	Практическое занятие. Техника владения мячом - ловля мяча одной рукой (ознакомление) над головой, на уровне груди с поддержкой; передачи мяча одной рукой от плеча, сверху, снизу, сбоку; передачи мяча с отскоком от площадки; передачи; подвижные игры; методика обучения приёмам техники игры в нападении.	4	
Тема 2.4 Техника броска мяча в корзину.	Практическое занятие. Бросок мяча в движении 1 и 2 руками сверху. Броски мяча со средней дистанции двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Штрафной бросок. Дальний бросок. Броски с различных дистанций. Бросок одной рукой от плеча.	4	
Тема 2.5 Техника ведения мяча.	Практическое занятие. Ведение мяча с изменениями направления, скорости, со сменой рук. Ведение мяча различными способами. Ведение мяча прямолинейное с противодействием противника, с остановкой, в сочетании с другими приемами.	4	
Тема 2.6 Сочетание элементов техники игры в нападении.	Практическое занятие. Броски мяча в корзину в движении, после ведения, в прыжке с места, в прыжке с поворотом, в прыжке после остановки; броски с различного расстояния; добивание мяча одной и двумя руками; финты на бросок; учебная игра по упрощённым правилам; методика обучения приёмам техники игры в нападении.	4	
Раздел 3.	Техника игры в защите	16	
Тема 3.1 Техника перемещений при игре в защите.	Содержание учебного материала	6	2
	Виды техники овладения и перехвата мяча в защите.		
	Практическое занятие. Техника перемещений - защитные стойки с выставленной вперёд ногой и со ступнями на одной линии; бег обычный, приставными шагами – лицом вперёд, спиной вперёд, боком; остановки двумя шагами, прыжком; повороты вперёд, назад; прыжки вверх с места толчком двумя ногами и с разбега толчком одной ногой; подвижные игры. Способы перемещений при игре в защите.	2	
Тема 3.2 Техника овладения мячом	Практическое занятие. Противодействие перемещению игрока без мяча; п/игры, способствующие овладению техникой игры; учебная игра по упрощённым правилам.	2	
Тема 3.3 Техника противодействия владению мячом.	Практическое занятие. Выбивание мяча, вырывание мяча, перехват мяча, подстраховка и переключение. Подбор мяча, отскочившего от щита.	2	
Тема 3.4 Техника перехвата мяча.	Практическое занятие. Техника перехвата мяча; накрывание мяча при броске, овладение мячом в борьбе за отскок, отбивание мяча при броске в прыжке, учебная игра по упрощённым правилам.	2	
Тема 3.5 Методика обучения приёмам техники игры в защите.	Практическое занятие. Учебная практика. Методика обучения техники игры в защите.	2	
Раздел 4	Тактика игры	27.75	

Тема 4.1 Индивидуальные тактические действия игрока с мячом и без мяча	Содержание учебного материала	4	
	Составление схем игры для индивидуальных, групповых и командных тактических действий.		
Тема 4.2 Групповые тактические действия двух игроков, двух игроков с заслонами	Практическое занятие. Целесообразное перемещение, целесообразные передачи, броски, ведения, освобождения от противника с выходом на свободное место, способствующие овладению индивидуальными тактическими действиями игрока с мячом; учебная практика - подвижные игры.	2	
	Практическое занятие. Взаимодействие двух игроков - «передай и выходи»; двое против одного, внутренние и наружные заслоны на месте без мяча; учебная игра	2	
Тема 4.3 Групповые тактические взаимодействия трёх игроков	Самостоятельная работа. Составление конспекта урока по баскетболу и анализ конспекта по проведению урока.	2.75	
	Практическое занятие. Взаимодействие трёх игроков - трое против двоих, тройка, малая восьмёрка, скрестный выход; учебная игра с практикой судейства.	2	
Тема 4.4 Индивидуальные тактические действия при игре в защите	Практическое занятие. Держание игрока с мячом – выбор места, противодействие передачам, броскам, ведению, действие одного защитника против двух нападающих; Держание игрока без мяча – противодействие выходу на свободное место; учебная практика - подвижные игры.	2	
Тема 4.5 Групповые тактические действия двух, трех игроков при игре в защите	Практическое занятие. Подстраховка, противодействие заслонам; взаимодействие 2 защитников против 3 нападающих, взаимодействие 3 защитников – малой восьмёрки	2	
	Самостоятельная работа. Анализ ошибок при взаимодействие двух, трех игроков в защите и нападении.	1	
Тема 4.6 Командные действия при системе личной защиты	Практическое занятие. Держание игрока на половине площадки, держание игрока по всей площадке; учебная игра с практикой судейства.	2	
Тема 4. 7 Командные действия при системе зонной защиты	Практическое занятие. Зонная защита - варианты: 2-1-2, 3-2, 2-3, 1-3-1; учебная игра с практикой судейства.	4	
	Практическое занятие. Командные действия: система смешанной защиты (основные варианты) – 4 зону, 1 - лично; 3 - зону, 2 - лично; учебная игра с практикой судейства.	2	
	Практическое занятие. Учебная практика. Методика обучения приёмам т/игры в защите.	2	
Раздел 5.	Организация и проведение соревнований по баскетболу.	16	
Тема 5.1. Организационная работа и подготовка к проведению соревнований	Содержание учебного материала	6	
	Правила игры и методика судейства соревнований. Особенности судейства.		
	Практическое занятие. Составление спортивного календаря. Подготовка мест соревнования, оборудования и инвентаря.	2	
Тема 5.2. Судейство	Содержание учебного материала	2	2

соревнований	Терминология и жестикуляция игры в баскетбол.		
	Практическое занятие. Состав судейской коллегии; Ознакомление с обязанностями судей, их функциями на соревнованиях	2	
	Практическое занятие. Правила соревнований по баскетболу; Ознакомление с правилами определения победителей, нарушений правил по баскетболу.	2	
	Самостоятельная работа. Участие и самостоятельное проведение соревнований среди школьников.	2	
Раздел 6.	Организация и методика проведения урока по баскетболу	15	
Тема 6.1. Требования к уроку по баскетболу	Содержание учебного материала	6	2
	Педагогические требования к современному уроку по баскетболу. Подготовка рабочей тетради учителя физкультуры.		
	Практическое занятие. Построение занятий по баскетболу в школах. Структура урока по баскетболу; Ознакомление с особенностями и характеристиками отдельных частей урока.	4	
Тема 6.2. Разработки конспектов и отдельных частей урока по баскетболу	Практическое занятие. Конспект урока по баскетболу; Составление конспекта на заданную тему, согласно теме и поставленной задаче.	4	
	Самостоятельная работа. Просмотр уроков во время педагогической практики, их анализ.	1	
Раздел 7.	Совершенствование техники и тактики игры в баскетболе	13	
Тема 7.1 Техника игры	Практическое занятие. Совершенствование техники перемещения, техники передачи и ловли мяча, техники ведения мяча, броска в корзину.	6	
Тема 7.2. Тактика игры	Практическое занятие. Совершенствование тактических действий в нападение и защите. Совершенствование стратегии. Закономерность соревновательной борьбы, закономерность процессов игры, средством борьбы.	6	
	Самостоятельная работа Составления конспекта по заданиям. Учебная игра	1	
Раздел 8.	Меры безопасности на занятиях по баскетболу	6	
Тема 8.1 Требования к мерам безопасности при проведении соревнований	Содержание учебного материала	2	2
	Проверка спортивного инвентаря, рациональное размещение оборудования		
	Практическое занятие. Быстрое и правильное оказание медицинской помощи при травмах на соревнованиях	4	
	Курсовые работы	0.25	
	Всего	144	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение занятий (МТО)

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета, универсального спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета (ОУК) :

1 рабочие места по количеству обучающихся;

2 рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;

3 наглядные пособия,

4 учебные карточки,

5 тесты,

6 КИМы,

7 технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки.

Оборудование спортивного зала (ОСЗ):

1. баскетбольные щиты,
2. баскетбольные мячи,
3. доска для отталкивания,
4. стойки для обводки,
5. гимнастические маты.

3.2. Информационное обеспечение занятий

Основные источники (ОИ):

1.Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высших учебных заведений/Ю. Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др., Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.

2.Спортивные игры: Техника, тактика обучения: Учеб. для студ. Высших педагогических учебных заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2011.

3.Теория и методика баскетбола : Примерная программа дисциплины федерального компонента цикла СД ГОС по Теория и методика баскетбола Специальности ФиС Под ред Ю. М. Портнова, Л. Л. Бутусовой - М.:Флинта: Наука 2014.

4. Настольная книга учителя физической культуры / Под редакцией Л.Б. Кофмана. – М., 2011.

5. Программа по предмету «Физическая культура» для средней общеобразовательной школы.

6. Баскетбол. Учебник для И.Ф.К. Портнова Ю.М. М..Астра семь. 1997.

7. Азбука баскетбола. Костикова Л.В. М..Ф и С. 2001

8. Баскетбол-навыки и упражнения. Краузе Д. Мейер Дж. М..АСТ. 2006

9. Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие. М..Ф и С. 2009.

10. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010.Утверждены ЦБ ФИБА 2010

Дополнительные источники (ДИ):

1. Верхушанский Ю.В. Актуальные проблемы современной теории методики спортивной тренировки. Теория и практика физ. культуры.-2011.

.2 Левина И. М. Баскетбол. - М,: ФиС, 2014.

- 3.Портнов Ю. М. Баскетбол. Учебник.;- М.; ФиС, 2012.
4. Баскетбол: Организация и проведение соревнований по упрощённым правилам (В.Ф. Мишенькина, О.С. Шалаев, И.А. Сучков: под общей редакцией Г.Я. Соколова). – Омск: СибГАФК, 2011.
5. П.А.Чумакова. Спортивные и подвижные игры. Физкультура и спорт. М..1970
- .6. Белащ В.В. Методы подготовки юных баскетболистов. Методический журнал. Современный баскетбол. М...Южный. 2005.
7. Лихачев О.Е. Фомин С.Г. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе.Учебное пособие. Москва – Смоленск. 2011.
8. Луничкин В. Чернов С. Тактика позиционного нападения против личной защиты . Методическое пособие для трениров ДЮСШ. Москва 2010.
9. Методическое руководство для судей – секретарей по баскетболу. Москва 2002
10. Сидякин А.И. Гомельский ЕЯ. Техника исполнения бросков в прыжке. Метод. Указания для тренеров по баскетболу ДЮСШ. Москва 2010.

Интернет-ресурсы (ИР):

- www.basket.ru – Вэб-сайт Российской федерации баскетбола
- www.pro100basket.ru Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России
- www.mbl.su Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги
- сайт в Интернете: <http://www.olympic.ru> – официальный сайт Олимпийского комитета России;
- www.cskabasket.com Вэб-сайт ПБК «ЦСКА» Москва
- www.vtb-league.net - Вэб-сайт лиги ВТБ

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе внеаудиторной работы с документами, написании докладов, реферата, составлении презентаций, логических схем

Таблица 3

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Уметь: планировать, проводить и анализировать занятия по баскетболу и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; выполнять профессионально значимые двигательные действия по баскетболу и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; использовать терминологию по баскетболу и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; обучать двигательным действиям по баскетболу и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Наблюдение Экспертная оценка планов занятий</p>
<p>подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</p>	<p>Наблюдение. Выполнение контрольных упражнений</p>
<p>Знать: историю и этапы развития баскетбола и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; терминологию по баскетболу и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; содержание, формы организации и методику проведения занятий по баскетболу и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе; методику обучения двигательным действиям по баскетболу и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Наблюдение. Экспертная оценка планов занятий.</p>
<p>особенности и методику развития физических качеств по баскетболу и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Наблюдение</p>
<p>особенности организации и проведения соревнований по баскетболу и видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Наблюдение за процессом проведения учебного занятия</p>
<p>основы судейства по баскетболу и видам спорта; разновидности спортивно-оздоровительных сооружений и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Наблюдение.</p>
<p>особенности их эксплуатации;</p>	<p>Наблюдение.</p>
<p>технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям.</p>	<p>Наблюдение.</p>
	<p>Письменный опрос. Тестирование...</p>
	<p>Устный опрос. Тестирование.</p>
	<p>Наблюдение. Экспертная оценка.</p>
	<p>Наблюдение.</p>
	<p>Письменный опрос. Наблюдение.</p>
	<p>Письменный опрос. Наблюдение.</p>
	<p>Письменный опрос. Наблюдение.</p>
	<p>Тестирование.</p>
	<p>Наблюдение.</p>
	<p>Наблюдение.</p>
	<p>Письменный опрос. Тестирование.</p>