

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа дисциплины (модуля)
ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА И ПРАКТИКА БАЗОВЫХ ВИДОВ СПОРТА (БАСКЕТБОЛ)

Направление и направленность (профиль)
49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
заочная

Владивосток 2026

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Теория, методика и практика базовых видов спорта (Баскетбол)» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (утв. приказом Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 г. N245).

Составитель(и):

Степанов Г.В.

Утверждена на заседании кафедры спортивно-педагогических дисциплин от 23.04.2026 , протокол № 8

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат	1575558447
Номер транзакции	0000000000FC2C26
Владелец	Барабаш О.А.

1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Цель: сформировать у студентов профессионально значимые компетенции, связанные с освоением техники и методики преподавания базовых видов спорта в соответствии с требованиями ФГОС.

Задачи:

1. формирование знаний, основ, теории и методики базовых видов спорта (Баскетбол);
2. формирование умений проводить практические занятия по базовым видам спорта (Баскетбол);
3. формирование навыков оценивания, результативности занятий по базовым видам спорта (Баскетбол).

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)	ОПК-15 : Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-15.1к : Перечисляет и дает характеристику действиям по организации и обеспечению безопасного проведения занятий и массовых мероприятий по физической культуре и спорту	РД8	Знание	Знает основные правила по соблюдению техники безопасности во время проведения спортивно-массовых мероприятий; порядок оснащения спортивных залов средствами пожаротушения и аптечками первой медицинской помощи
		ОПК-15.2к : Ведет учет технического состояния применяемого инвентаря и оборудования; способен оказать первую доврачебную помощь	РД9	Навык	Владеет навыком оценки травмоопасной ситуации связанной с неисправным инвентарем, поведением занимающихся, и другими факторами
	ОПК-3 : Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств,	ОПК-3.1к : Обосновывает применение определенных средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с	РД2	Знание	Знает теоретические основы и принципы использования средств и методов из различных двигательных практик

	методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	учетом форм задач и специфики занятий физическими упражнениями			
		ОПК-3.2к : Осуществляет реализацию разработанных занятий в рамках решения задач физического воспитания используя базовые виды двигательной деятельности, игровые и соревновательные методы	РД3	Умение	Умеет проектировать учебно-тренировочные занятия; решать, образовательные, развивающие, оздоровительные и воспитательные задачи в процессе занятий по спортивной подготовке и оздоровлению занимающихся
		ОПК-3.3к : Осуществляет дозировку нагрузки и восстановления при решении ключевых задач физического воспитания с учетом возрастных и психофизических особенностей	РД4	Навык	Владеет способами регулирования и контроля нагрузки при проведении различных физкультурно-спортивных мероприятий
	ОПК-7 : Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1к : Обосновывает факторы и причины травматизма на занятиях по физической культуре и спорту	РД5	Знание	Знает травмоопасные условия жизнедеятельности и причины распространенных заболеваний
		ОПК-7.2к : Выполняет требования норм безопасности в процессе учебно-тренировочного занятия	РД6	Умение	Умеет организовывать и обеспечивать безопасность на занятиях физическими упражнениями; проводит профилактику травматизма
		ОПК-7.3к : Владеет оперативными приемами оказания доврачебной помощи	РД7	Навык	Владеет навыками оказания первой доврачебной помощи

В процессе освоения дисциплины решаются задачи воспитания гармонично развитой, патриотичной и социально ответственной личности на основе традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, представленные в таблице 1.2.

Таблица 1.2 – Целевые ориентиры воспитания

Воспитательные задачи	Формирование ценностей	Целевые ориентиры
Формирование гражданской позиции и патриотизма		
Развитие патриотизма и гражданской ответственности	Патриотизм Гражданственность	Ответственность Любовь к стране
Формирование духовно-нравственных ценностей		
Воспитание нравственности, милосердия и сострадания	Взаимопомощь и взаимоуважение	Гуманность
Формирование научного мировоззрения и культуры мышления		
Формирование культуры интеллектуального труда и научной этики	Созидательный труд	Трудолюбие
Формирование коммуникативных навыков и культуры общения		
Развитие умения эффективно общаться и сотрудничать	Коллективизм	Коммуникабельность

2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина "Теория и методика базовых видов спорта (баскетбол)" в структуре ОПОП относится к Блоку1 Дисциплины (модули). Обязательная часть

3. Объем дисциплины (модуля)

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обуче- ния	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудо- емкость	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттес- тации
				(З.Е.)	Всего	Аудиторная			Внеауди- торная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР		
49.03.01 Физическая культура	ЗФО	Б1.Б	3	5	17	4	12	0	1	0	163	Э

4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Структура дисциплины (модуля) для ЗФО

Тематический план, отражающий содержание дисциплины (перечень разделов и тем), структурированное по видам учебных занятий с указанием их объемов в соответствии с учебным планом, приведен в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля для ЗФО

4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ЗФО

5 Методические указания для обучающихся по изучению и реализации дисциплины (модуля)

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины и по обеспечению самостоятельной работы

5.2 Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

При необходимости обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (по заявлению обучающегося) предоставляется учебная информация в доступных формах с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания, консультации и др.

6 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю) созданы фонды оценочных средств. Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 1.

7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Баскетбол, волейбол : учебник для вузов / под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 176 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19017-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/589702> (дата обращения: 19.05.2026).

2. Мостовая, Н. В. Баскетбол : учебное пособие / Н. В. Мостовая, Л. Б. Андриющенко, И. А. Васельцова. — Самара : СамГУПС, 2023. — 133 с. — ISBN 978-5-98941-366-9. —

Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/379274> (дата обращения: 25.05.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.2 *Дополнительная литература*

1. Баскетбол, волейбол : учебник для среднего профессионального образования / под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 176 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19018-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569040> (дата обращения: 01.09.2025).

2. Дмитриев, Ф. Б. Методические рекомендации и практические советы для судьи-секретаря по баскетболу : методические рекомендации / Ф. Б. Дмитриев, Г. И. Кунявский, М. Д. Соболев , ответственный редактор Ф. Б. Дмитриев. — Воронеж : ВГАС, 2023. — 53 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/394322> (дата обращения: 25.05.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Коммуникация в спортивном судействе на примере судейства баскетбола. Типология конфликта: Методические рекомендации для начинающих и практических судей по баскетболу : методические рекомендации / под редакцией Ф. Б. Дмитриева. — Воронеж : ВГАС, 2025. — 49 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/517442> (дата обращения: 25.05.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.3 *Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы (при необходимости):*

1. Образовательная платформа "ЮРАЙТ"
2. Электронно-библиотечная система "ЛАНЬ"
3. Open Academic Journals Index (ОАИ). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>
4. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prlib.ru/>
5. Информационно-справочная система "Консультант Плюс" - Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

Основное оборудование:

- Физкультурное оборудование

Программное обеспечение:

- □ ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition
- □ Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian
- □ Microsoft Windows 8.1 Professional Upgrade Russian
- □ КонсультантПлюс

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Фонд оценочных средств
для проведения текущего контроля
и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА И ПРАКТИКА БАЗОВЫХ ВИДОВ СПОРТА (БАСКЕТБОЛ)

Направление и направленность (профиль)
49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
заочная

Владивосток 2026

1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)	ОПК-15 : Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-15.1к : Перечисляет и дает характеристику действиям по организации и обеспечению безопасного проведения занятий и массовых мероприятий по физической культуре и спорту
		ОПК-15.2к : Ведет учет технического состояния применяемого инвентаря и оборудования; способен оказать первую доврачебную помощь
	ОПК-3 : Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1к : Обосновывает применение определенных средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом форм задач и специфики занятий физическими упражнениями
		ОПК-3.2к : Осуществляет реализацию разработанных занятий в рамках решения задач физического воспитания используя базовые виды двигательной деятельности, игровые и соревновательные методы
		ОПК-3.3к : Осуществляет дозировку нагрузок и восстановление при решении ключевых задач физического воспитания с учетом возрастных и психофизических особенностей
	ОПК-7 : Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1к : Обосновывает факторы и причины травматизма на занятиях по физической культуре и спорту
		ОПК-7.2к : Выполняет требования норм безопасности в процессе учебно-тренировочного занятия
		ОПК-7.3к : Владеет оперативными приемами оказания доврачебной помощи

Компетенция считается сформированной на данном этапе в случае, если полученные результаты обучения по дисциплине оценены положительно (диапазон критериев оценивания результатов обучения «зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). В случае отсутствия положительной оценки компетенция на данном этапе считается несформированной.

2 Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Компетенция ОПК-3 «Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке»

Таблица 2.1 – Критерии оценки индикаторов достижения компетенции

Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине			Критерии оценивания результатов обучения
	Код	Тип	Результат	
	ре	ре		

	3-та	3-та		
ОПК-3.1к : Обосновывает применение определенных средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом форм задач и специфики занятий физическими упражнениями	РД 2	Знание	Знает теоретические основы и принципы использования средств и методов из различных двигательных практик	Перечисляет средства и методы с учетом направленности занятий физическими упражнениями
ОПК-3.2к : Осуществляет реализацию разработанных занятий в рамках решения задач физического воспитания используя базовые виды двигательной деятельности, игровые и соревновательные методы	РД 3	Умение	Умеет проектировать учебно-тренировочные занятия; решать, образовательные, развивающие, оздоровительные и воспитательные задачи в процессе занятий по спортивной подготовке и оздоровлению занимающихся	Разрабатывает и проводит занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр, плавания и других базовых видов двигательной деятельности
ОПК-3.3к : Осуществляет дозировку нагрузки и восстановление при решении ключевых задач физического воспитания с учетом возрастных и психофизических особенностей	РД 4	Навык	Владеет способами регулирования и контроля нагрузки при проведении различных физкультурно-спортивных мероприятий	Регулирует объем и интенсивность нагрузки, время интервалов отдыха; проводит оперативную диагностику физического состояния занимающихся

Компетенция ОПК-7 «Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь»

Таблица 2.2 – Критерии оценки индикаторов достижения компетенции

Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине			Критерии оценивания результатов обучения
	Код	Тип	Результат	
ОПК-7.1к : Обосновывает факторы и причины травматизма на занятиях по физической культуре и спорту	РД 5	Знание	Знает травмоопасные условия жизнедеятельности и причины распространенных заболеваний	Дает описание травмоопасным и патогенным ситуациям, возникающим в залах и на открытых площадках во время занятий физическими упражнениями
ОПК-7.2к : Выполняет требования норм безопасности в процессе учебно-тренировочного занятия	РД 6	Умение	Умеет организовывать и обеспечивать безопасность на занятиях физическими упражнениями; проводит профилактику травматизма	Демонстрирует грамотные действия по организации безопасности на тренировочной площадке
ОПК-7.3к : Владеет оперативными приемами оказания доврачебной помощи	РД 7	Навык	Владеет навыками оказания первой доврачебной помощи	Оказывает первую доврачебную помощь при ушибах, растяжениях, переломах, обмороках

Компетенция ОПК-15 «Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий»

Таблица 2.3 – Критерии оценки индикаторов достижения компетенции

Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения
--	-----------------------------------	--

	Ко д ре з- та	Ти п ре з- та	Результат	
ОПК-15.1к : Перечисляет и дает характеристику действиям по организации и обеспечению безопасного проведения занятий и массовых мероприятий по физической культуре и спорту	РД 8	Зн ан ие	Знает основные правила по соблюдению техники безопасности во время проведения спортивно-массовых мероприятий ; порядок оснащения спортивных залов средствами пожаротушения и аптечками первой медицинской помощи	Излагает правила и алгоритмы действий при возникновении и травмоопасных ситуаций, обосновывает способы их устранения; оптимизирует размещение оборудования с учетом специфики занятий и соревнований
ОПК-15.2к : Ведет учет технического состояния применяемого инвентаря и оборудования; способен оказать первую доврачебную помощь	РД 9	На вы к	Владеет навыком оценки травмоопасной ситуации связанной с неисправным инвентарем, поведением занимающихся, и другими факторами	Применяет меры предосторожности в зависимости от степени травмоопасных факторов при проведении соревнований по гимнастике (легкой атлетике, спортивным играм)

Таблица заполняется в соответствии с разделом 1 Рабочей программы дисциплины (модуля).

3 Перечень оценочных средств

Таблица 3 – Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)

Контролируемые планируемые результаты обучения	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства и представление его в ФОС	
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация

4 Описание процедуры оценивания

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Распределение баллов по видам учебной деятельности

Вид учебной деятельности	Собеседование №1-№2 (по 10 баллов за каждую)	Разноуровневые задания и задания №1-№2 (по 10 баллов за каждую)	Разноуровневые задания и задания №3-№4 (по 10 баллов за каждую)	Список вопросов	Итого
Лекции	20	20			40
Практические занятия			20		20
Самостоятельная работа				20	20
Промежуточная аттестация				20	20
Итого	20	20	20	40	100

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

5 Примерные оценочные средства

5.1 собеседование

Примерные вопросы для проведения собеседования:

1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии.

1. Назовите основные этапы истории баскетбола.
2. Проанализируйте развитие игры в связи с изменением правил.

2. Характеристика игры в баскетбол.

1. В чем заключается цель и суть игры в баскетбол?
2. Охарактеризуйте амплуа игроков и их функциональные обязанности.

3. Классификация техники игры.

1. По каким критериям классифицируются технические приёмы в баскетболе?
2. Назовите примеры приёмов техники и их разновидности.

4. Основные способы передвижения в нападении.

1. Какие виды передвижения применяются в атакующих действиях?
2. Объясните, как передвижения помогают создать свободное пространство для атаки.

5. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.

1. Какие способы ловли мяча применяются в баскетболе?
2. Как выбор способа передачи зависит от ситуации на площадке?

6. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.

1. В чем заключается техника ведения мяча и её особенности?
2. Назовите основные виды бросков по корзине.

7. Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.

1. Назовите основные способы передвижения в защите.
2. Какие приёмы применяются для овладения мячом у соперника?

8. Основы стратегии и тактики игры в баскетбол.

1. В чем различие между стратегией и тактикой игры в баскетбол?
2. Назовите примеры индивидуальных, групповых и командных тактических действий.

9. Обучение тактическим действиям в нападении.

1. Какие этапы включает обучение тактическим действиям в нападении?
2. В чем заключается роль упражнений в парах и тройках?

10. Обучение тактическим действиям в защите.

1. С чего начинается обучение защитным действиям в баскетболе?
2. Назовите особенности обучения зонной защиты и прессинга.

11. Основные правила ведения протокола.

1. Из каких разделов состоит протокол баскетбольного матча?
2. Какие действия фиксируются в ходе игры?

12. Способы проведения соревнований.

1. Какие существуют способы проведения соревнований по баскетболу?
2. В чем особенности круговой и турнирной систем?

Краткие методические указания

Для того, чтоб успешно пройти собеседование по основным вопросам дисциплины (темы) студенту необходимо изучить материалы лекций, ознакомиться с содержанием рекомендуемой литературы, составить краткие тезисы по ключевым вопросам пройденных тем, составить план изложения предложенных для собеседования вопросов.

Сама процедура собеседования предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит устные ответы (письменный краткий план ответа – обязателен).

- по каждому вопросу составляет «живой» пример педагогическую ситуацию, где бы решался ключевой аспект вопроса;

- после 20-25 мин подготовки проходит собеседование с преподавателем.

Шкала оценки

№	Баллы	Описание
5	19 - 20	выставляется студенту, если студент всесторонне раскрыл тему
4	16 - 18	выставляется студенту, если студент в целом раскрыл тему, но в ответах допустил незначительные неточности
3	13 - 15	выставляется студенту, если студент неполно раскрыл тему
2	9 - 12	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	0 - 8	выставляется студенту, если студент не раскрыл тему

5.2 Пример разноуровневых задач и заданий

Примерные вопросы для разноуровневых задач и заданий

1. Задание закрытого типа на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Баскетбол как спортивная игра имеет богатую историю, множество правил и организационных особенностей. Ниже представлены ключевые элементы, связанные с развитием и распространением баскетбола. Установите соответствие между событиями (левый столбец) и их характеристиками или значениями (правый столбец).

А	Создание баскетбола Джеймсом Нейсмитом
Б	Основание Международной федерации баскетбола
В	Первое всесоюзное первенство по баскетболу
Г	Победа сборной СССР на Олимпиаде 1972 года
Д	Вступление СССР в ФИБА

Характеристика:

1. Историческое соревнование в Мюнхене, завершившее доминирование команды США;
2. Становление официальной международной структуры управления баскетболом;
3. Проведение в Москве важного соревнования, ставшего вехой в истории отечественного баскетбола;
4. Начало международного признания советского баскетбола, участие в первенствах Европы;
5. Возникновение игры как учебного метода в США в 1891 году;
6. Принятие новых правил, сближающих советскую игру с международной;
7. Первый чемпионат Европы среди мужчин;

Определите пары соответствующих элементов и внесите в таблицу:

А	Б	В	Г	Д

2. Комбинированное задание с выбором одного правильного ответа и объяснением

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Баскетбол за более чем столетнюю историю превратился из простой игры с мячом в массовый международный вид спорта с миллионами участников. Какие из утверждений наиболее полно отражает сущность баскетбола как игры и спортивного явления?

1. Командная игра с мячом, где спортсмены развивают скоростные и прыгательные качества.
2. Соревновательная игра, в которой команды стараются набрать больше очков, забрасывая мяч в корзину руками.
3. Физкультурное упражнение с мячом, способствующее общему развитию координации и ловкости.
4. Игра, зародившаяся в США и ставшая популярной во всем мире благодаря работе Джеймса Нейсмита.

5. Популярное спортивное шоу с элементами зрелищности и командного взаимодействия.

Ответ: _____

Аргументация: _____

3. Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа и объяснением

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Современный баскетбол — это динамичная и насыщенная соревновательная деятельность, требующая от спортсменов высокого уровня физической, технической и психической готовности. Какое из нижеприведённых утверждений наиболее полно отражает особенности баскетбола как вида спорта?

1. Игра с мячом, в которой команды соревнуются в точности бросков и умении вести мяч.

2. Командный вид спорта, в котором каждый игрок должен владеть мячом и точно бросать по кольцу.

3. Зрелищная игра с мячом, в которой важна индивидуальная техника и бросковая подготовка.

4. Командная спортивная игра с высокой плотностью физических и интеллектуальных нагрузок, требующая универсальности, чувства времени и способности к быстрому принятию решений.

5. Соревнование на точность и координацию, где основную роль играет центровой игрок команды.

Ответ: _____

Аргументация: _____

4. Задание комбинированного типа с выбором нескольких правильных ответов и объяснением

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Баскетбол предъявляет к спортсменам высокие требования не только к физическим, но и к психофизиологическим и сенсомоторным качествам. Какие из перечисленных ниже характеристик в наибольшей степени соответствуют требованиям, предъявляемым к игроку в баскетболе?

1. Быстрое принятие решений в условиях игры;

2. Высокая мышечная масса и медленные движения;

3. Координация, чувство времени и восприятие пространства;

4. Монотонные действия с мячом на месте;

5. Умение взаимодействовать с партнёрами по команде;

6. Универсальность, выносливость, способность к импровизации;

7. Индивидуальные силовые действия в статике.

Ответ: _____

Аргументация: _____

5. Задание комбинированного типа, предполагающее выбор нескольких ответов из предложенных с объяснением

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор (инструкция).

Классификация техники игры в баскетболе строится на нескольких ключевых признаках. Какие из следующих положений наиболее точно отражают принципы классификации технических приёмов в баскетболе?

1. Один и тот же технический приём может иметь разные способы и условия выполнения;

2. Приёмы классифицируются только по степени сложности и результативности;
3. В технике нападения различают владение мячом и передвижение;
4. Техника защиты включает только индивидуальные действия без мяча;
5. Классификация учитывает, как назначение приёма, так и структуру движения;
6. Способы выполнения бросков не входят в общую классификацию, так как они уникальны;
7. Условиями выполнения приёма может быть, например, положение тела, дистанция и тип остановки.

Ответ: _____

Аргументация: _____

Краткие методические указания

Задание закрытого типа на установление соответствия:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов.

2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 — вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 — утверждения, свойства объектов и т.д.

3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов.

4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4)

Задание закрытого типа на установление последовательности:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Построить верную последовательность из предложенных элементов.

4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности без пробелов и знаков препинания (например, БВА или 135)

Задание комбинированного типа с выбором одного верного ответа из четырех предложенных и обоснованием выбора:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только

один из предложенных вариантов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Выбрать один ответ, наиболее верный.

4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа.

5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа

Задание комбинированного типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных и развернутым обоснованием выбора:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько из предложенных вариантов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Выбрать несколько верных вариантов ответов (2 или 3).

4. Записать последовательно номера (или буквы) выбранных вариантов без пробелов и знаков препинания (например, 135).

5. Записать аргументы, обосновывающие выбор каждого из ответов

Задание открытого типа с развернутым ответом:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса.

2. Продумать логику и полноту ответа.

3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки.

4. В случае расчетной задачи записать решение и ответ

Шкала оценки

Шкала оценки выполнения тестового задания комбинированного типа

Время выполнения работы: 45-50 минут

Оценка	Баллы	Описание
5	15–20	92-100% правильных ответов
4	10–14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

Шкала оценки выполнения тестового задания закрытого типа

Время выполнения работы: 50-60 минут

Оценка	Баллы	Описание
5	15-20	92-100% правильных ответов
4	10-14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

Шкала оценки выполнения тестового задания открытого типа и ответов на вопросы собеседования

Оценка	Баллы	Описание
5	15–20	Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.
4	10–14	Студент демонстрирует знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.
3	5–9	Студент демонстрирует фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой.
2	0–4	Студент демонстрирует незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

5.3 зачёт в форме теста

Тестовые задания для промежуточной аттестации:

1. Когда была создана международная федерация баскетбола (ФИБА)?

-1904

-1928

-1932

-1947

2. Кто придумал баскетбол, как игру?

-Джеймс Нейсмит

- Пьер де Кубертен

-Хольгер Нильсен

-Уильям Дж.Морган

3. В какой стране изобрели баскетбол?

-Англия

-Бразилия

-Испания

-США

4. Как начинается игра в баскетбол?

-Вбрасыванием из-за лицевой линии

-Вбрасыванием из-за боковой линии напротив линии штрафного броска

-Вбрасыванием от середины боковой линии

-Спорным броском в центральном круге

5. Что означает слово «баскетбол»?

- «Баск (житель баскских земель в Испании) +мяч»
- «Бакс (доллар)+мяч»
- «Бас (мужской голос) +мяч»
- «Корзина+мяч»

6. Какие размеры баскетбольной площадки?

- 18×9м
- 23,77×10,97м
- 28×15м
- 40×20м

7. В каком году появился баскетбол?

- 1846
- 1890
- 1891
- 1895

8. Какая минимальная высота потолка должна быть над баскетбольной площадкой?

- 5м
- 6м
- 7м
- 8м

9. Какие цвета щитов разрешены?

- Белый и чёрный
- Белый и прозрачный
- Жёлтый и прозрачный
- Белый и жёлтый

10. Какой цвет линий разрешено использовать при разметке непрозрачного щита?

- Белый
- Чёрный
- Жёлтый
- Оранжевый

11. Какой цвет линий разрешено использовать при разметке прозрачного щита?

- Чёрный
- Белый
- Жёлтый
- Оранжевый

12. Сколько судей на площадке должно работать во время матча?

- 1
- 2
- 3
- 4

13. Если травмированного игрока не меняют, а оказывают ему медицинскую помощь, то:

- ему записывается персональный фол
- его команде записывается использование 1-минутного перерыва
- команде-сопернику записывается 1 очко
- команда-соперник получает право на 1 штрафной бросок.

14. Кто вместо травмированного игрока получает право выполнить штрафные броски?

- Любой игрок-партнёр травмированного.
- Капитан команды.

-Игрок, заменивший травмированного.

-Штрафные броски заменяются вбрасыванием из-за боковой линии.

15. Из скольких 10-минутных периодов состоит матч?

-2

-3

-4

-6

16. Как классифицировать попадание мяча в любую часть тела судьи?

-Выход мяча за боковую линию.

-Выход мяча за лицевую линию.

-Спорный мяч.

-Как попадание мяча в пол в то место, где стоит судья.

17. Какое решение должен принять судья, если мяч застрял на опоре кольца?

-спорный мяч.

-вбрасывание той команды, чей игрок последним касался мяча.

-вбрасывание той команды, на чьём щите застрял мяч.

-вбрасывание той команды, для которой щит с застрявшим мячом является чужим.

18. Какой цены заброшенного мяча не существует?

-1 очко

-2 очка

-3 очка

-4 очка.

19. Какое решение должен принять судья, если игрок неумышленно забросит мяч в своё кольцо?

-Засчитает очки сопернику.

-Назначит спорный.

-Назначит вбрасывание в пользу соперника.

-Назначит штрафной бросок в пользу соперника.

20. Какое максимальное суммарное количество затребованных 1-минутных перерывов разрешено одной команде за четыре 10-минутных периода?

-4

-5

-6

-8

21. Какой счёт фиксируется в матче, когда одна команда проигрывает лишением права (техническое поражение)?

-1:0

-10:0

-15:0

-20:0

22. Какой счёт фиксируется в матче, если он прекращается из-за нехватки игроков у выигрывающей команды?

-Остаётся такой, как на момент прекращения игры.

-Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:1.

-Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:2.

-Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:20.

23. Какой счёт фиксируется в матче, если он прекращается из-за нехватки игроков у проигрывающей команды?

-Остаётся такой, как на момент прекращения игры.

-Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:1.

-Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:2.

-Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:20.

24. Какое решение должен принять арбитр, если мяч касается обратной стороны щита?

-Назначить штрафной бросок в кольцо той команды, от игрока которой мяч коснулся в обратную сторону щита.

-Назначить вбрасывание против команды, от игрока которой мяч коснулся в обратную сторону щита.

-Назначить вбрасывание против той команды, в чей щит попал мяч.

-Назначить спорный мяч.

25. Какое решение должен принять судья, если игрок обороняющейся команды совершает помеху мячу (касается рукой щита или корзины) после выполненного соперником броска?

-Присудить фол провинившемуся игроку и вбрасывание из-за боковой линии в пользу пострадавшей команды.

-Присудить штрафные броски в пользу пострадавшей команды.

-Присудить фол провинившемуся игроку и назначить штрафные броски в пользу пострадавшей команды.

-Засчитать попадание мяча в кольцо.

26. Какая нога считается опорной, если игрок поймал мяч, касаясь пола обеими ногами?

-Нога, что ближе к мячу.

-Нога, которая более согнута.

-Нога, которая более выпрямлена.

-Любая нога.

27. Какое действие игрока с мячом в руках не является нарушением?

-Скольжение.

-Перекатывание.

-Попытка подняться.

-Ведение после приземления на обе ноги.

28. Каким жестом судья демонстрирует удачный трёхочковый бросок?

-Тремя пальцами одной руки.

-Двумя пальцами одной руки+одним пальцем второй руки

-Тремя пальцами одной руки+тремя пальцами другой руки

-Двумя пальцами одной руки+двумя пальцами другой руки.

29. Какой термин (определение) не существует?

-Мёртвый мяч.

-Живой мяч.

-Вне игры.

-Штрафной бросок.

30. Какое время ограничения не применяется?

-3 секунды

-5 секунд

-8 секунд.

-10 секунд.

31. Каким временем ограничивается команда для перевода мяча из тыловой зоны в передовую?

-3 секунды

-5 секунд

-8 секунд

-24 секунды

32. Сколько времени дается игроку на вбрасывание мяча?

-5 секунд

-3 секунды

-7 секунд

33. Сколько штрафных бросков в одной серии не присуждается?

-1

-2

-3

-4

34. Что должен назначить судья при обоюдном фоле?

-Штрафные броски в корзины обеих команд + фолы игрокам обеих команд.

-Спорный мяч + фолы игрокам обеих команд.

-Спорный мяч.

-Штрафные броски в корзины обеих команд.

35. Какое наказание неправильно назначено?

-Удаление игрока за 5 персональных фолов.

-Удаление игрока за 3 технических фолов.

-Удаление игрока за 2 неспортивных фолов.

-Удаление игрока за 1 дисквалифицирующий фол.

36. Сколько шагов можно делать после ведения мяча?

-3

-2

-4

Краткие методические указания

Задание (тест) с выбором одного верного ответа из четырех предложенных и обоснованием выбора:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только

один из предложенных вариантов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Выбрать один ответ, наиболее верный.

4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа.

5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа

Шкала оценки

Время выполнения работы: 50-60 минут

Оценка	Баллы	Описание
5	15-20	92-100% правильных ответов
4	10-14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

5.4 Экзаменационные вопросы

Примерные вопросы для экзамена:

1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии.

2. Характеристика игры в баскетбол.

3. Классификация техники игры.

4. Основные способы передвижения в нападении.

5. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.

6. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.

7. Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.

8. Основы стратегии и тактики игры в баскетбол.

9. Обучение тактическим действиям в нападении.

10. Обучение тактическим действиям в защите.

11. Основные правила ведения протокола.
12. Способы проведения соревнований.
13. Методика обучения стойке баскетболиста.
14. Методика обучения технике передвижений.
15. Методика обучения технике остановки двумя шагами и прыжком.
16. Методика обучения технике поворотов без мяча и с мячом.
17. Методика обучения технике вырывания и выбивания мяча.
18. Методика обучения технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости и направления движения.
19. Методика обучения технике поворотов без мяча и с мячом.
20. Методика обучения технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.
21. Методика обучения технике броска в движении одной рукой сверху после ведения мяча.

Краткие методические указания

Для того, чтоб успешно сдать экзамен по основным вопросам дисциплины (темы) студенту необходимо изучить материалы лекций, ознакомиться с содержанием рекомендуемой литературы, составить краткие тезисы по ключевым вопросам пройденных тем, составить план изложения предложенных для собеседования вопросов.

Сама процедура собеседования предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит устные ответы (письменный краткий план ответа – обязателен).
- по каждому вопросу составляет «живой» пример педагогическую ситуации, где бы решался ключевой аспект вопроса;
- после 20-25 мин подготовки проходит собеседование с преподавателем.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	19–20	Студент демонстрирует всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно ориентироваться в теме занятия, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, формирует свои идеи и концепции
4	16–18	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, новые идеи не формирует.
3	13–15	Студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями. В дискуссии неактивен.
2	9–12	Проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
1	0–8	Проявляется полное отсутствие знаний.

КЛЮЧИ К ОЦЕНОЧНЫМ МАТЕРИАЛАМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«Теория, методика и практика базовых видов спорта (Баскетбол)»

№	Ответы
1.	3
2.	1
3.	4
4.	4
5.	4
6.	3
7.	3
8.	3
9.	2
10.	2
11.	2
12.	2
13.	2
14.	3
15.	3
16.	4
17.	1
18.	4
19.	1
20.	2
21.	4
22.	3
23.	1
24.	2
25.	4
26.	4
27.	4
28.	3
29.	3
30.	4
31.	3
32.	1
33.	4
34.	2
35.	2
36.	2

№	Название темы	Ответ
1.	Сущность игры и краткие сведения о её развитии	Название игры произошло от английских слов «баскет» — корзина и «бол» — мяч. Баскетбол очень популярен во многих странах мира. Сущность игры состоит в том, что две команды по пять человек стремятся, преодолевая сопротивление соперника и передавая мяч руками, как можно чаще забросить его в цель — корзину за определенное правилами время. Выигрывает та команда, у которой к концу игры окажется больше очков, засчитываемых за каждое попадание мяча в корзину. Прообразы баскетбола существовали у многих народов в древности, но современный баскетбол был создан в 1891 году преподавателем физического воспитания Джеймсом Нейсмитом в США. Изначально играли футбольным мячом, забрасывая его в корзины для фруктов. С течением времени правила совершенствовались, игра получила широкое распространение. В 1932 году в Женеве была основана Международная федерация баскетбола (ФИБА). С 1935 года начали проводиться чемпионаты Европы среди мужчин, с 1938 года — среди женщин. Первенства мира среди мужчин стартовали в 1950 году, среди женщин — в 1953-м. В Советском Союзе баскетбол появился в 1906 году. С 1920 года игра вошла в учебные программы физкультурных заведений. В 1923 году в Москве прошло первое всесоюзное первенство, ставшее важной вехой в истории отечественного баскетбола. В 1939 году были приняты новые правила, сближающие игру в СССР с международными стандартами. Первым крупным соревнованием по этим правилам стал матч восьми городов в 1941 году. Великая Отечественная война прервала развитие соревнований, но уже в 1944 году состоялось одиннадцатое первенство страны. После войны, с 1946 года, начался бурный рост мастерства советских баскетболистов. В 1947 году СССР вступил в ФИБА и уже в том же году выиграл первенство Европы среди мужчин. В дальнейшем советские спортсмены неоднократно добивались выдающихся результатов на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх. Особенно памятной стала победа мужской сборной СССР на Олимпиаде 1972 года в Мюнхене, где она в финале одолела команду США, впервые нарушив их доминирование. В 1976 году женская сборная СССР также добилась исторической победы, став олимпийским чемпионом. К 1975 году в ФИБА входило более 140 стран, объединяющих свыше 100 миллионов человек. Баскетбол прочно занял место среди ведущих видов спорта и стал массовым и зрелищным соревнованием на всех континентах.
2.	Характеристика игры в баскетбол	Баскетбол — одна из самых популярных и зрелищных командных спортивных игр в мире. В ней участвуют две команды по пять игроков. Главная цель — забросить как можно больше мячей в корзину соперника и не позволить противнику сделать то же самое. Игра проходит на прямоугольной площадке длиной 28 м и шириной 15 м. Допускаются площадки с минимальными размерами 26×14 м. Высота кольца составляет 3,05 м, а трёхочковая линия находится на расстоянии 6,71 м от корзины. Высота потолка зала должна быть не ниже 7 метров. Мяч сферической формы, оранжевого цвета, имеет окружность 74,9–78 см и вес 567–650 г. Игра состоит из четырёх периодов по 10 минут (в международных турнирах возможно 4×12 минут). Между второй и третьей четвертями даётся перерыв в 10 минут. При ничейном счёте назначается овертайм, так как ничья в баскетболе невозможна. Баскетбол характеризуется высокой скоростью смены событий: счёт может меняться каждые 30 секунд. Средний итоговый результат составляет 80–100 очков. Это делает игру захватывающей для зрителей и требует от игроков отличной выносливости, скорости принятия решений, командной работы и технической оснащённости. Игроки в баскетболе выполняют различные функции и делятся на позиции (амплуа): центровый, форвард и защитник. Центровой — это, как правило, самый высокий игрок, обладающий силой, прыгучестью и хорошей координацией. Форвард должен быть метким, быстрым, обладать

		чувством пространства и времени. Защитник отличается высокой скоростью, внимательностью, умением читать игру и сдерживать атакующих игроков соперника. Распределение по позициям строится не только на физических данных, но и на психофизиологических особенностях игроков. Особое значение имеет сенсомоторная подготовка. Ключевым качеством считается «чувство времени» — способность точно воспринимать и рассчитывать игровые ситуации. Это чувство развивается через восприятие движения, ритма и пространства. В реальной игре игрок должен мгновенно принимать решения, оценивая положение партнёров, соперников и мяча. Физические нагрузки в баскетболе значительны. За одну игру спортсмен преодолевает до 7 км, совершает около 140 прыжков и более 120 рывков. При этом с мячом игрок находится лишь 3,5–4 минуты, остальное время он выполняет перемещения, взаимодействует с партнёрами, обороняется или создаёт условия для атаки. Во время матча частота сердечных сокращений достигает 180–210 ударов в минуту, а потери массы тела могут составлять до 5 кг. Все это требует высокого уровня физической и функциональной подготовки. Таким образом, баскетбол — это не просто борьба за мяч, а сложная форма двигательной активности, где важны как индивидуальные качества, так и умение действовать в команде. Современный баскетбол требует от игроков универсальности, интеллектуальной гибкости, выносливости и психологической устойчивости.
3.	Классификация техники игры	Классификация техники игры — это распределение всех ее приемов и способов по разделам и группам на основе определенных признаков. К числу таких признаков, прежде всего, относятся назначение приема в спортивной борьбе (для атаки или обороны корзины), содержание действия (с мячом или без мяча), а также особенности его кинематической и динамической структуры. Технику баскетбола подразделяют на два больших раздела: технику нападения и технику защиты. В каждом из разделов выделяют две группы: в технике нападения - технику передвижения и технику владения мячом, а в технике защиты технику передвижений и технику отбора мяча и противодействия. Внутри каждой из групп имеются приемы и способы их выполнения. Почти каждый способ выполнения приема имеет несколько разновидностей, которые раскрывают отдельные детали структуры движений. Принципиальная схема классификации техники может быть представлена следующим образом: <i>прием</i> - бросок мяча в корзину; <i>способ выполнения</i> - одной рукой сверху; <i>разновидность</i> - с отклонением туловища; <i>условия выполнения</i> - в прыжке после остановки, со средней дистанции.
4.	Основные способы передвижения в нападении	Передвижение является основой техники баскетбола и играет ключевую роль в нападении. С его помощью игрок решает множество задач — выбирает позицию, освобождается от опеки, готовится к атакующим действиям. Всё это требует владения разными способами перемещения по площадке. Баскетболист активно использует ходьбу, бег, прыжки, остановки и повороты, комбинируя их в зависимости от игровой ситуации. Эти элементы обеспечивают не только мобильность, но и возможность быстро реагировать на действия соперника и выполнять технические приемы с мячом — передачи, ведение, обводку и броски. Ходьба применяется сравнительно редко, в основном в моменты паузы или для смены темпа игры. Она может сочетаться с бегом для создания неожиданности и сбивания ритма соперника. Бег — основной способ передвижения. В отличие от беговой техники в легкой атлетике, баскетбольный бег требует постоянной смены направления, скорости и позиции — вперед, назад, боком, с поворотами. Особенно важен рывок — резкое ускорение, которое позволяет игроку оторваться от защитника и открыться под передачу. Обычно рывок

		начинается с серии коротких, резких шагов, затем увеличивается длина шага для набора скорости. Во время рывка игрок должен быть готов к получению мяча. Для смены направления используется толчок ногой в сторону, противоположную движению, с одновременным наклоном туловища. Это позволяет резко сменить вектор и создать преимущество над защитником. Прыжки выполняются как отдельные действия (например, при броске в кольцо), так и как часть других техник. Применяются прыжки с места или с разбега, толчком одной или двумя ногами. Толчок двумя ногами используется чаще с места, например, при броске или борьбе за подбор. Прыжок с одной ноги — с разбега, где важно использовать инерцию. При этом игрок делает широкий последний шаг, отталкивается перекатом с пятки на носок и совершает активный мах второй ногой. Правильное приземление должно быть мягким, с амортизацией — это позволяет быстро продолжить игру. Остановки необходимы для резкой смены темпа и освобождения от опеки. Выполняются двумя способами: прыжком или двумя шагами. Такие остановки часто используются в сочетании с рывками и сменой направления. Повороты позволяют сохранить мяч, укрыться от защитника или подготовить финт перед атакой. Различают поворот вперёд (переступание лицом в сторону движения) и назад (спиной в сторону поворота). В целом, эффективное нападение в баскетболе строится на умении игрока грамотно и разнообразно передвигаться по площадке, используя технику передвижения для создания выгодных игровых ситуаций.
5.	Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.	Ловля мяча — это базовый технический приём в баскетболе, позволяющий игроку овладеть мячом и сразу перейти к атакующим действиям: передаче, ведению или броску. При ловле важно не ждать мяч пассивно, а выходить ему навстречу и сразу оценивать ситуацию для следующего действия. Наиболее надёжной считается ловля двумя руками. Руки вытягиваются навстречу мячу, пальцы напряжены, кисти образуют воронку. После контакта с мячом его обхватывают пальцами, сгибая руки в локтях, чтобы смягчить удар. Затем мяч подтягивается к груди и защищается локтями. В зависимости от высоты полета мяча: • при высоком мяче ловля выполняется в прыжке с выносом рук вверх; • при низком — руки опускаются вниз, кисти формируют чашу; • если мяч отскакивает от пола — ловим его в момент первого отскока, не дожидаясь удобной высоты. Ловля одной рукой применяется в ограниченных ситуациях, когда невозможно использовать две. Рука тянется в траекторию полёта, мяч амортизируется движением назад, затем фиксируется двумя руками для продолжения действий. Двухшажная техника ловли используется в движении, если сразу после ловли игрок планирует бросок или остановку. Важно правильно скоординировать ловлю с шагами, чтобы сохранить равновесие и не нарушить правила. Таким образом, ловля мяча — это не просто момент овладения мячом, а начало всей атакующей игры. От её точности зависит эффективность всех последующих действий. Передача мяча — основной приём для взаимодействия игроков и продолжения атаки. Способ передачи зависит от ситуации: расстояния, позиции партнёра, давления со стороны соперников. Эффективная передача требует: • периферического зрения, • быстрой работы кистей и пальцев, • точного расчёта и тактического мышления. Основные виды передач: 1. Двумя руками от груди

		Базовая передача на близкие и средние расстояния. Мяч посылается резким выпрямлением рук и кистевым движением. Часто используется при отсутствии плотной опеки. Двумя руками с отскоком от пола Применяется, если соперник перекрывает прямую передачу. Мяч посылается в пол перед партнёром, с низкой траекторией и обратным вращением. Двумя руками сверху Эффективна при плотной опеке, чтобы перекинуть мяч через руки защитника. Мяч поднимается над головой и выбрасывается резким разгибанием рук. Двумя руками снизу Используется, когда мяч низко (например, после подбора) и времени на изменение позиции нет. Мяч отводится назад и направляется махом вперёд. Одной рукой от плеча Универсальная быстрая передача на короткие дистанции. Хорошо контролируется, позволяет менять направление и траекторию в последний момент. Одной рукой от головы (сверху) Позволяет выполнить дальнюю передачу (до 20–25 м) через всё поле, например, при контратаке. «Крюком» (одной рукой сбоку вверх) Применяется при необходимости переброса через соперника на средние и дальние расстояния. Плечо отводится в сторону, мяч выбрасывается по дуге. Одной рукой снизу Используется при попытке обойти защитника, перехватывающего верхние передачи. Мяч идёт вдоль бедра и посылается под рукой соперника. Одной рукой сбоку Напоминает нижнюю передачу, но мяч выносится в сторону, минуя защитника. Удобна при передаче на близкое расстояние с фланга. Скрытые передачи Маскируют направление паса, делая его неожиданным для соперника. Основные виды: <i>Под рукой</i> — мяч передаётся скрестным движением под свободной рукой. <i>За спиной</i> — выполняется махом руки назад с последующим резким движением кистью. <i>Из-за плеча</i> — мяч посылается через плечо движением предплечья и кисти. Вывод: Выбор способа передачи определяется игровой ситуацией. Главное — точность, быстрота, маскировка замаха и уверенная работа кистей.
6.	Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.	Ведение мяча — это один из основных приёмов техники в баскетболе, позволяющий игроку перемещаться по площадке с мячом, сохраняя контроль и манёвренность. Оно необходимо для организации атакующих действий, выхода из-под давления защитника, начала контратаки и создания возможностей для партнёров. Эффективное ведение помогает освободиться от опеки, создать пространство для передачи или броска, а также поддерживать высокий темп игры. Технически ведение осуществляется мягкими, пружинистыми толчками мяча одной или обеими руками вниз-вперёд, немного в сторону от ступней. При этом активно работают локтевой и лучезапястный суставы, корпус слегка наклонён вперёд, а свободная от мяча рука защищает мяч от соперника (но без контакта). Очень важно соблюдать синхронность движений рук и ног и при этом периодически отрывать взгляд от мяча, чтобы контролировать ситуацию на площадке — местоположение партнёров и защитников.

		Игрок должен одинаково уверенно владеть ведением как правой, так и левой рукой, чтобы быть универсальным и менее предсказуемым для соперников. Существуют два основных типа обводки при ведении: 1. Обводка с изменением скорости — используется для резкого ускорения и обмана защитника. Чем выше отскок и чем больше угол удара мяча об пол, тем быстрее продвижение. Низкий вертикальный отскок, наоборот, позволяет замедлить ведение или выполнить его на месте. 2. Обводка с изменением направления — применяется при обходе защитника или выходе на бросковую позицию. Добиваются её изменением точки контакта руки с мячом, поворотами, переводами мяча с руки на руку, в том числе скрытыми — за спиной, под ногой и т. д. Броски в корзину — это основной способ завершения атаки. Подготовка к броску и сам бросок требуют оценки игровой ситуации: позиции защитника, партнёров, возможности для подбора. Каждый баскетболист должен владеть широким арсеналом бросков с учётом своих физических данных и игровых условий. Ключевыми факторами точности броска являются: • правильная техника и стабильность движений, • координация расслабления и напряжения мышц, • сила и подвижность кисти, • обратное вращение мяча и оптимальная траектория. Основные виды бросков: 1. Бросок двумя руками от груди — часто применяется для дальних бросков без активного сопротивления. Прост в освоении, так как похож на технику передачи. 2. Бросок двумя руками сверху — эффективен при плотной опеке с расстояния средней дальности. 3. Бросок снизу — используется при быстром проходе к кольцу, в прыжке под руками защитника. 4. Бросок сверху вниз (слэм-данк) — преимущественно у высоких и прыгучих игроков. Очень эффективен, так как трудно блокируется. 5. Бросок одной рукой от плеча — универсален, используется на средних и дальних дистанциях, а также при штрафных. 6. Бросок одной рукой сверху — основной способ атаковать кольцо с близкой дистанции или при движении. 7. Бросок в прыжке одной рукой — главный способ атаки в современном баскетболе (до 70% бросков). Техника требует точной координации: мяч выносится вверх, и в высшей точке прыжка выполняется бросок с обратным вращением. Минимальное смещение при приземлении позволяет избежать контакта с защитником. 8. Бросок с отклонением назад — применяется против высоких защитников при плотной опеке. Мяч направляется по высокой траектории, но требует высокой точности. 9. Бросок «крюком» одной рукой — эффективен в борьбе под кольцом, особенно против высокорослого защитника. Игрок поворачивается боком к щиту, а мяч выпускается по дугообразной траектории. 10. Добивание мяча после промаха — выполняется одной или двумя руками, требует быстрой реакции и координации. Траектория броска зависит от дистанции, роста и прыжка игрока, а также сопротивления защитника. При бросках с дистанции 3–6,5 м и более предпочтительна параболическая траектория с высшей точкой примерно на 1,4–2 м выше кольца. Скорострельность броска — важнейший фактор в игре. Чем быстрее выполняется бросок, тем меньше шансов у защитника его накрыть. Для этого необходимо сокращать подготовительную фазу и доводить до автоматизма основные движения. Таким образом, ведение мяча и техника бросков являются
--	--	---

		ключевыми элементами игры. Умелое владение этими приёмами позволяет игроку быть эффективным в любой ситуации на площадке, быстро принимать решения и точно завершать атаки.
7.	Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.	Эффективная защита — ключевой элемент командной игры в баскетбол. Даже самая сильная атака не принесёт результата, если команда слабо защищается. Поэтому грамотные защитные действия играют не менее важную роль, чем нападение. Несмотря на то что арсенал атакующего игрока обычно шире, защитные приёмы обладают высокой универсальностью и могут быть очень эффективны при правильном и внимательном исполнении. Технику защитных действий принято делить на две основные группы: 1. Техника передвижений. 2. Техника овладения мячом и противодействия нападающему. 1. Техника передвижений Характер защитного передвижения определяется игровой ситуацией и задачей — либо активное индивидуальное противодействие, либо помощь партнёрам. Основу защитных действий составляет правильная стойка. Игрок должен находиться в устойчивом положении, на слегка согнутых ногах, быть подвижным, следить за игроком, которого опекает, но при этом держать в поле зрения и мяч, и других игроков нападения. Существуют различные виды защитных стоек: • Стойка с выставленной вперёд ногой применяется при опеке игрока с мячом. Одна нога выставляется вперёд, одноимённая рука — вверх, чтобы затруднить бросок, вторая — вниз в сторону, чтобы ограничить ведение. • Параллельная стойка используется при защите против броска со средней дистанции. Она позволяет быстрее реагировать, хоть и менее устойчива. • Закрытая стойка применяется при персональной опеке без мяча — защитник располагается близко к нападающему, чтобы не дать ему получить мяч. Передвижения защитника требуют постоянной готовности к смене направления — вперёд, в стороны, назад, часто даже спиной вперёд. Используется приставной шаг на согнутых ногах. Важно не скрещивать ноги, чтобы не потерять скорость и маневренность. Особое внимание уделяется началу движения — "пусковому моменту", который может быть любым: движение соперника, направление взгляда, голос партнёра или тренера и др. Кроме того, защитник должен уметь: • резко стартовать с места, в том числе из подскока; • адаптировать движения под ритм и траекторию соперников; • менять положение тела в зависимости от угрозы. 2. Техника овладения мячом и противодействия Основные приёмы: • Вырывание мяча. Если защитник успел захватить мяч, он должен резко вырвать его из рук соперника, одновременно совершая поворот туловищем. • Выбивание мяча. Особенно эффективно при ведении или ловле. Делается кистевым движением (обычно снизу), в момент, когда нападающий наиболее уязвим — при приёме мяча, после приземления, во время ведения. Также эффективно выбивание мяча сзади. • Перехват. Выполняется в момент передачи. Основной успех — в быстроте и предугадывании. Если нападающий не идёт навстречу передаче, перехватить мяч проще. Если идёт — нужно опередить его на пути к мячу, заняв выгодную позицию. • Перехват при ведении. Защитник синхронизирует движения с ведением нападающего, а затем, выйдя из-за его спины, перехватывает мяч и сам начинает ведение. • Накрытие мяча при броске. Требуется точного тайминга. Защитник должен оказаться у мяча в момент броска и наложить

		кисть сверху. Это может полностью нейтрализовать попытку броска. • Подстраховка и покрытие. Особенно важно при игре против «больших» игроков — центровых. Защитник может прийти на помощь партнёру и накрыть мяч сзади, пока нападающий только начинает бросок. • Отбивание мяча в прыжке. Сложный, но очень зрелищный приём. Нужно попасть по мячу, когда он уже выходит из рук нападающего, но ещё не покинул контроль. Это требует предельной концентрации, силы и прыжка. • Борьба за отскок. После броска важно оттеснить соперника, занять позицию и выпрыгнуть за мячом. Прыжок может быть как с места, так и с разбега. После овладения мячом важно правильно приземлиться и зафиксировать позицию. Вывод: Эффективная защита — это совокупность точных, выверенных движений, мгновенных решений, уверенности в действиях и полной концентрации на игре. Это не просто физическая борьба, а интеллектуальная работа, включающая анализ действий соперника, умение предугадывать их и реагировать быстро и точно. При правильной защите даже самая сильная атака теряет свою остроту.
8.	Основы стратегии и тактики игры в баскетбол	В баскетболе основными понятиями ведения спортивной борьбы являются стратегия и тактика, которые различаются по масштабу и задачам. Стратегия отвечает за общее планирование на уровне всего соревнования или турнира, включая анализ условий, возможностей команды и соперников. Она определяет главную цель, средства её достижения и направляет весь процесс подготовки. Это своего рода «дорожная карта» соревнований, которая позволяет строить тренировочный процесс, распределять нагрузку, разрабатывать план действий на основе анализа опыта, потенциала игроков и особенностей предстоящей борьбы. Тактика, в свою очередь, действует в рамках отдельной встречи. Она подчинена стратегии и направлена на достижение частных целей — выигрыш в конкретной игре или выполнение задач, важных для реализации стратегического плана. Тактика занимается выбором и применением конкретных средств, способов и форм ведения спортивной борьбы против конкретного соперника, с учётом его стиля игры и слабых сторон. Тактические действия делятся на атакующие и защитные, а по способу организации — на индивидуальные, групповые и командные: • Индивидуальные действия — это самостоятельные действия игрока, направленные на решение командной задачи. • Групповые — это взаимодействие двух или трёх игроков, например, при розыгрыше комбинации. • Командные действия — это согласованная работа всех игроков команды в рамках общей тактической схемы. Для эффективной игры важно распределение функций между игроками, что определяется их амплуа: • Защитники — организуют нападение, направляют действия партнёров, отвечают за быстрое возвращение в оборону и сдерживание контратак. • Форварды — универсальные игроки, способные эффективно атаковать с разных дистанций, выполнять проходы, участвовать в подборе и в защите. • Центровые — самые мощные и высокие игроки, играют под кольцом, борются за отскок, добивают мяч и блокируют атаки соперника. Современный баскетбол требует от игроков универсальности. Сегодня мы видим, как центровые уверенно бросают с дистанции, владеют дриблингом и передачей, а защитники не только организуют нападение, но и успешно действуют под кольцом, участвуют в борьбе за подбор.

		Форварды же способны при необходимости выполнять функции других амплуа — как защитников, так и центровых. Таким образом, стратегия и тактика в баскетболе тесно связаны между собой. Стратегия определяет общее направление подготовки и целей, а тактика — конкретные средства их достижения в каждом отдельном матче. Эффективное сочетание стратегического мышления и тактической гибкости позволяет команде добиваться высоких результатов.
9.	Обучение тактическим действиям в нападении	Обучение тактическим действиям в нападении в баскетболе начинается с индивидуальных действий игроков, поскольку они являются основой всей тактической подготовки. На первом этапе важно научить спортсменов правильно действовать с мячом и без мяча — выходить для получения мяча, открываться на свободное место, отвлекать защитника и принимать правильные решения в игровых ситуациях. Индивидуальная тактика строится на базе уже сформированных технических навыков. Сначала осваивается применение отдельных приёмов, а затем действия без мяча. В процессе обучения учитель должен параллельно с техникой объяснять тактическое назначение каждого действия — где и когда его применять. Далее упражнения усложняются: игроку даются варианты развития эпизода, из которых он должен выбрать наиболее подходящий по ситуации. Например, игрок ведёт мяч и по сигналу тренера либо делает передачу, либо бросает по кольцу. Это помогает развивать творческое мышление и тактическое чутьё. Важно, чтобы преподаватель при этом показывал и объяснял, какие действия тактически оправданы, а какие — нет, с учётом конкретного эпизода. Так формируется понимание смысла каждого движения. По мере роста подготовки поощряется проявление инициативы и самостоятельного выбора тактически грамотных решений, что способствует развитию игрового интеллекта. После освоения индивидуальных действий переходят к обучению групповым взаимодействиям — сначала в парах, затем в тройках. Начальный этап включает взаимодействие двух игроков, чаще всего по принципу «передай и выйди». Эти упражнения проводятся в движении вдоль площадки с передачами мяча. Когда техника отработана, вводятся защитники сначала с условным противодействием, а затем с активной защитой. Игроки учатся применять индивидуальные навыки в условиях взаимодействия — использовать проход перед защитником, обманные движения, выходы за спину, выбирать выгодные позиции. Далее вводятся заслоны: для ведения, получения мяча, броска и других действий. При этом важно обучить постановке заслона — правильно выбрать позицию, своевременно выполнить движение и эффективно взаимодействовать с партнёром. Затем переходят к взаимодействию трёх игроков. Используются схемы вроде «треугольника», «тройки», «малой восьмёрки», «скрестного выхода» и других. При этом сохраняется методическая последовательность: от простого к сложному, от пассивной защиты к активной. Задача — сформировать у игроков понимание структуры взаимодействия и научить их быстро адаптироваться к изменениям на площадке. Следующий этап — командные действия, где все игроки выполняют определённые функции в рамках общей тактической схемы. Это требует предварительной подготовки через групповое взаимодействие, соответствующее фазам атаки. Командные комбинации разучиваются пошагово: а) игроки занимают позиции, соответствующие задуманной комбинации; б) им объясняются индивидуальные задачи, возможные взаимодействия и варианты развития; в) движения отрабатываются без защитников; г) затем вводятся защитники с условным, а потом с активным противодействием; д) комбинация закрепляется в учебной игре. Особое внимание уделяется быстрому прорыву, где важно обучить

		игроков правильно начинать атаку — это включает борьбу за отскок, умение быстро отрываться от защитников и продвигать мяч вперёд. Для этого разучиваются навыки ведения, передачи, выбора траектории и выхода на бросок. Также отдельно изучаются позиционные комбинации нападения. Например, при игре через центрального сначала отрабатываются его взаимодействия с другими игроками — передача на дугу, выход на заслон, добивание и т.д. Всё это сопровождается анализом игровых эпизодов и постоянным закреплением через повторные упражнения и учебные игры. Таким образом, обучение тактическим действиям в нападении строится поэтапно — от индивидуальных к групповым, от простого к сложному. Постепенное усложнение задач, активное вовлечение защитников и развитие у игроков тактического мышления позволяют добиться высокой эффективности в реальных условиях игры.
10.	Обучение тактическим действиям в защите	Обучение тактическим действиям в защите в баскетболе имеет свои особенности, так как действия защитника зависят от нападающего. Основой эффективной защиты являются индивидуальные действия. Игрок должен обладать такими качествами, как быстрота, внимательность, умение предвидеть и быстро переключаться, находиться в постоянной готовности и грамотно оценивать ситуацию. Сначала обучают действиям против игрока с мячом и без мяча. Это формирует базу для дальнейшего тактического обучения. Далее переходят к групповым действиям, где основное внимание уделяется подстраховке и переключению. Упражнения строятся по принципу взаимодействия двух и более защитников, чтобы игроки научились заменять друг друга при ошибке и быстро реагировать на перемещения нападающих. Затем изучаются командные действия, начиная с личной опеки, затем — зонной защиты и прессинга. Особое внимание уделяется возвращению в защиту, построению линий обороны и четкому распределению игроков. При защите кольца важно, чтобы каждый знал свою зону ответственности и умел подстраховать партнёра. Всё это отрабатывается в учебных играх с акцентом на защитные действия. При обучении прессингу игроки осваивают плотную опеку, умение ограничивать передачи и движения нападающих. Практика включает упражнения с активным сопротивлением защитников, а также учебные игры, где команды соревнуются в эффективности защиты. В целом, обучение защите требует системного подхода: от индивидуальных навыков к групповым и командным взаимодействиям, с постоянной практикой и анализом игровых ситуаций.
11.	Основные правила ведения протокола	Правила ведения протокола на соревнованиях по баскетболу регулируются международными стандартами ФИБА и обязательны для всех официальных матчей. Основной целью ведения протокола является фиксация хода игры, результативных действий, нарушений, замен, тайм-аутов и других значимых игровых событий. Протокол оформляется секретарём и служит официальным документом, отражающим ход и результат матча. 1. Структура и форма протокола Протокол ведётся по утверждённой ФИБА форме. Он включает один оригинал и три копии разных цветов (обычно белая, розовая и жёлтая), которые предназначаются для: • судейской коллегии, • команд, • организаторов соревнований, • и официальных архивов спортивной организации. Допускается использование как бумажного, так и электронного протокола, но его структура остаётся неизменной. 2. Подготовка протокола до начала игры Не позднее, чем за 20 минут до начала игры, секретарь начинает

		заполнять верхнюю часть протокола: • Название соревнования, номер игры, дату, место проведения и время начала. • Названия команд. Команда А — это «домашняя» команда (в протоколе обозначается в верхней строке), команда В — «гости». • Список игроков каждой команды: фамилии (печатными буквами), номера (в диапазоне от 0 до 99), лицензии, а также обозначение капитана команды (пометка «КАП.»). • ФИО главного тренера и помощника тренера. За 10 минут до начала игры: • Тренеры подписывают составы команд. • Определяется стартовая пятёрка. У стартовых игроков ставится крестик, который обводится кружком. • Все данные считаются официальными после подписей и не подлежат изменению. 3. Ведение протокола по ходу игры Фиксация замен и выходов на поле • Если игрок, не вошедший в стартовую пятёрку, выходит на поле, рядом с его номером ставится крестик без обводки. • Таким образом фиксируется участие всех игроков, задействованных в матче. Учёт фолов • У каждого игрока есть отдельная графа, в которую вписываются фолы. • Каждый персональный фол обозначается символом (обычно «Х» или цифрой с кодом фола). • Фиксируются технические, неспортивные и дисквалифицирующие фолы — последним соответствует буква «F» (в сочетании с другими символами). • Дополнительно фиксируются командные фолы — в специальной строке по каждому периоду. Как только команда совершает 4 фола за период, далее любые фолы автоматически наказываются штрафными бросками. Учёт тайм-аутов • Каждая команда имеет определённое количество тайм-аутов на игру: 2 в первом и втором периоде, 3 во втором тайме (но не более 2 в последней четверти). • Тайм-ауты записываются в отведённые клетки под соответствующей командой с указанием минуты, когда они были взяты. • В конце периода пустые клетки перечёркиваются. Учёт результативных действий • Каждое набранное очко отражается в хронологическом порядке: ○ Один штрафной — чёрный кружок; ○ Два или три очка с игры — диагональная черта; ○ Номер игрока, набравшего очки, указывается рядом; ○ Если это трёхочковый бросок — номер дополнительно обводится кружком. • Автогол (случайное попадание в свою корзину) засчитывается капитану команды соперника. 4. Фиксация командных и индивидуальных нарушений • Помимо фолов и тайм-аутов, секретарь отмечает другие события по ходу игры (например, технические нарушения правил, предупреждения). • Всё записывается строго по хронологии, что позволяет восстановить картину игры в деталях. 5. Завершение игры • После финального сигнала секретарь подводит итоги:
--	--	---

		○ подчёркиваются последние записи в графе очков, ○ указывается итоговый счёт, ○ подписывается финальный протокол судьёй и секретарём, ○ команды получают свои экземпляры. Также обязательно производится отметка о лучших игроках, если это предусмотрено регламентом соревнований. 6. Обязанности секретаря Секретарь должен: • внимательно и точно фиксировать все действия; • сверять протокол с табло; • немедленно сообщать судье о расхождениях; • обеспечивать полную и своевременную регистрацию каждого события игры; • при необходимости — корректно оформлять протокол в электронном виде. Протокол игры — это официальный документ, фиксирующий весь ход матча и обеспечивающий прозрачность его проведения. Грамотное и чёткое ведение протокола — важнейшая часть судейской работы, от которой зависит объективность и юридическая чистота соревнований.
12.	Способы проведения соревнований	Соревнования по баскетболу могут проводиться тремя основными способами: круговым, с выбыванием и смешанным. Выбор конкретного способа зависит от целей соревнований, количества команд, сроков проведения, уровня спортивной подготовки участников, а также организационно-финансовых возможностей. 1. Круговой способ Суть: Каждая команда встречается с каждой один или несколько раз. Это наиболее объективный способ определения сильнейшей команды, поскольку исключается случайность. Разновидности кругового способа: • Разовые встречи: Игры проводятся с интервалами (несколько дней) на площадках команд-участниц. Позволяет не отрывать игроков от учебы или работы. Популярно на уровне городских или студенческих лиг. • Туровая система: Команды делятся на группы и играют по несколько игр подряд в одном месте. Обычно применяется при территориальной удалённости команд. Минус – отсутствие домашних игр. • Турниры: Компактная форма соревнований, где все игры проходят в одном месте за короткий срок. Удобно для выявления победителя в ограниченное время. Организация: Для проведения турнира судейская коллегия определяет количество команд, количество необходимых игровых дней и проводит жеребьевку, которая может быть: • Общей — всем командам присваиваются номера случайным образом. • С рассеванием — сильнейшие команды распределяются по разным группам, чтобы сбалансировать состав. Рассевание проводится по предыдущим результатам или по жребию (в том числе методом «змейка»). Подведение итогов: Результаты фиксируются в шахматной таблице. За победу команда получает 2 очка, за поражение — 1, за неявку — 0. При равенстве очков между командами учитываются личные встречи, разница забитых и пропущенных мячей, либо проводится дополнительная игра. 2. Способ с выбыванием Суть: Команда покидает турнир после одного или двух поражений.

		Варианты: • С выбыванием после одного поражения: Простой и быстрый способ. Подходит для турниров с большим количеством участников и ограниченным временем. ○ Формируется турнирная таблица, пары соперников определяются по жеребьевке. ○ При числе команд, не кратном 2, некоторые начинают со второго тура — это рассчитывается по специальной формуле. ○ Часто применяется рассеивание сильнейших команд, чтобы они не встретились в первых турах. • С выбыванием после двух поражений: Используется, когда важно дать командам шанс сыграть больше игр. ○ Команда попадает в дополнительную сетку после первого проигрыша. ○ Победитель дополнительной сетки играет в финале с победителем основной. Преимущество: Быстрая организация и высокая динамика турнира. Недостаток — возможная несправедливость при раннем выбывании сильной команды из-за неудачного жребия. 3. Смешанный способ Суть: На разных этапах соревнований используются разные способы розыгрыша — круговой и с выбыванием. Применение: • На предварительных этапах команды делятся на зоны (группы), где играют по круговой системе или системе с выбыванием. • Победители групп играют между собой финальный этап — также по круговой системе или по выбыванию. Преимущество: Позволяет гибко учитывать условия проведения турнира, количество команд и территориальную разбросанность. Каждый из способов имеет свои особенности. • Круговой — объективный, но требует времени. • С выбыванием — быстрый, но может быть несправедливым. • Смешанный — универсальный, позволяет учитывать разные условия.
--	--	---

**КЛЮЧИ К ОЦЕНОЧНЫМ МАТЕРИАЛАМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Теория, методика и практика базовых видов спорта (Баскетбол)»**

№	Название темы	Ответы
1.	Сущность игры и краткие сведения о её развитии	1. Задание закрытого типа на установление соответствия Ключ: А — 5 Б — 2 В — 3 Г — 1 Д — 4 2. Комбинированное задание с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 2 Аргументация: Баскетбол — это соревновательная командная игра, суть которой заключается в том, чтобы забросить мяч в корзину соперника и набрать больше очков. Это определение наиболее полно охватывает основные цели и правила игры, а также ее соревновательный характер.
2.	Характеристика игры в баскетбол	1. Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 4 Аргументация: Баскетбол — это сложная командная игра, характеризующаяся высокой интенсивностью, необходимостью принимать мгновенные решения, действовать в условиях постоянного движения, опираться на сенсомоторные качества, координацию и взаимодействие. Утверждение №4 наиболее полно отражает эти характеристики. 2. Задание комбинированного типа с выбором нескольких правильных ответов и объяснением Ключ: 1), 3), 5), 6) Аргументация: Баскетбол требует от игрока командной работы, быстрого принятия решений, высокой координации, способности воспринимать и обрабатывать сенсомоторную информацию и действовать универсально в разных игровых ситуациях. Эти качества необходимы для эффективной игры в условиях высокой динамики и плотности действий.
3.	Классификация техники игры	1. Задание комбинированного типа, предполагающее выбор нескольких ответов из предложенных с объяснением Ключ: 1), 3), 5), 7) Аргументация: Технические приёмы в баскетболе классифицируются по назначению (атака или защита), характеру действия (с мячом или без), а также по структуре движения. Каждый приём может иметь разные способы и разновидности, включая условия выполнения (положение тела, дистанция, прыжок, остановка и т. п.). Поэтому варианты 1, 3, 5 и 7 наиболее точно отражают подход к классификации. 2. Задание открытого типа с развернутым ответом

		Ключ (пример возможного развернутого ответа): Классификация технических приёмов в баскетболе основана на назначении приёма (для нападения или защиты), содержании действия (с мячом или без), а также на кинематических и динамических особенностях выполнения движения. Это позволяет разбить всю технику на логичные группы и структурировать процесс обучения — от освоения базовых элементов до их разновидностей и применения в разных условиях. Например, приём «бросок мяча в корзину» может быть выполнен одной рукой сверху — это способ. Его разновидность — с отклонением туловища, а условие выполнения — в прыжке после остановки со средней дистанции. Такая детализация помогает тренеру давать точные указания, а спортсмену — лучше усваивать технику.
4.	Основные способы передвижения в нападении	1. Закрытое задание на установление соответствия Ключ: А – 4 Б – 2 В – 1 Г – 3 Д – 5 2. Комбинированное задание с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 3 Аргументация: Передвижение в баскетболе позволяет создавать выгодные игровые ситуации, отрываться от защитника, занимать позицию для получения мяча, передачи или броска. Это ключевой элемент нападения, обеспечивающий мобильность и эффективность.
5.	Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.	1. Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 3 Аргументация: Ловля мяча — это базовый технический приём, после которого игрок должен немедленно перейти к следующему действию: передаче, ведению или броску. Именно это делает ловлю пусковой точкой атакующей игры, а не просто моментом фиксации мяча. 2. Задание комбинированного типа с выбором нескольких ответов и объяснением Ключ: 1), 3), 4), 7) Аргументация: Эффективная передача требует точности, скорости, маскировки и адаптации к ситуации на площадке. Игрок должен уметь мыслить тактически, использовать разные виды передач в зависимости от позиции и действий соперника, а также быстро и точно работать руками, что обеспечивает контроль над мячом.
6.	Техника владения мячом. Классификация приемов техники	Задание комбинированного типа: выбор нескольких правильных ответов с объяснением Ключ: 2), 3), 5), 6) Аргументация:

	ведения и бросков мяча в корзину.	• Обводка с изменением скорости используется для ускорения и дезориентации защитника (2). • Бросок одной рукой от плеча — универсальный способ, часто выполняемый по параболической траектории (3). • Бросок в прыжке (jump shot) — основной способ атаковать при активной опеке, даёт преимущество в высоте (5). • Добивание мяча выполняется после промаха и требует быстрой реакции (6). Ошибочны утверждения о необходимости постоянно смотреть на мяч (1), необязательности ведения левой рукой (4) и отсутствии влияния высоты отскока на скорость (7). 2. Задание открытого типа с развернутым ответом Ключ (пример возможного развернутого ответа): Ведение мяча и бросок являются базовыми элементами техники баскетболиста. Ведение позволяет игроку сохранять мобильность, освободиться от опеки, подходить к кольцу или создавать условия для броска. Умение уверенно владеть мячом правой и левой рукой, изменять скорость и направление, позволяет эффективно обходить защитника и выходить на удобную бросковую позицию. Техника броска требует точной координации движений, силы кисти, контроля траектории и вращения мяча. Например: • Бросок в прыжке — основной способ завершения атаки; • Бросок с отклонением назад — применяется при плотной опеке; • Бросок "крюком" — эффективен против высоких защитников; • Добивание мяча — реакция на промах партнёра. Технически грамотное ведение подготавливает момент броска и позволяет выбрать наилучший способ атаки, в зависимости от условий на площадке.
7.	Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.	Закрытое задание на установление соответствия Ключ: А – 2 Б – 4 В – 3 Г – 1 Д – 5 2. Комбинированное задание с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 3 Аргументация: Эффективная защита — это не просто физическое противодействие, а интеллектуальная работа, основанная на точных технических действиях, умении анализировать поведение соперника и мгновенно реагировать на игровые ситуации. Это делает защиту в

		баскетболе равноценной по значимости атаке.
8.	Основы стратегии и тактики игры в баскетбол	1. Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 3 Аргументация: Стратегия в баскетболе — это долгосрочное планирование на уровне турнира, включая анализ и цели команды, тогда как тактика применяется в рамках конкретной игры и подчинена стратегическим задачам. Они взаимосвязаны, но различаются по масштабу и функциям. 2. Задание комбинированного типа с выбором нескольких правильных ответов и объяснением Ключ: 2), 3), 4), 6) Аргументация: В современном баскетболе амплуа игроков расширяются, что требует универсальности: центровые овладевают техникой дальнего броска, защитники работают в нападении и обороне, форварды действуют по всей площадке. Групповые взаимодействия — важный элемент тактики, а индивидуальные действия, наоборот, направлены на достижение общей командной цели.
9.	Обучение тактическим действиям в нападении	Задание комбинированного типа с выбором нескольких ответов и обоснованием выбора Ключ: 2), 3), 6), 7) Аргументация: • Обучение тактике начинается с индивидуальных действий, основанных на технической базе (2). • Важно развивать мышление игрока, предлагая варианты решений в упражнениях (3). • Командные взаимодействия формируются пошагово, начиная с позиции и без защитников, и только потом включаются реальные игровые условия (6). • Прорыв и позиционные атаки действительно изучаются отдельно, так как требуют разных подходов и задач (7). Ошибочны варианты 1 (обучение не начинается с командных действий), 4 (в групповом нападении акцент на взаимодействии с партнёром), 5 (заслоны осваиваются до позиционного нападения). 2. Задание открытого типа с развернутым ответом Ключ (пример развернутого ответа): Обучение тактике нападения в баскетболе начинается с индивидуальных действий: выходов на мяч, обманных движений, открывания, выбора позиции. Эти навыки формируются на базе технической подготовки. Далее вводятся групповые взаимодействия: «передай и выйди», взаимодействие в парах и тройках, с элементами подстраховки, передвижений, заслонов. Постепенно вводятся защитники: сначала пассивно, затем активно. На следующем этапе обучают командным взаимодействиям: игроки осваивают схемы и позиции, отрабатывают

		позиционные атаки, игру через центрального, прорывы. Комбинации разучиваются пошагово — от объяснения ролей до учебных игр с защитниками. Развитие тактического мышления обеспечивается через упражнения с вариативностью решений, анализ игровых ситуаций и самостоятельный выбор действий. Пример — упражнение, в котором игрок по сигналу тренера должен решить: передать мяч, продолжить ведение или выполнить бросок.
10.	Обучение тактическим действиям в защите	1. Задание закрытого типа на установление соответствия Ключ: А – 2 Б – 1 В – 3 Г – 4 Д – 5 2. Комбинированное задание с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 3 Аргументация: Эффективное обучение защите в баскетболе строится по принципу от простого к сложному: сначала формируются индивидуальные навыки, затем — групповые взаимодействия (подстраховка, замена), и только после этого — командная защита, включая зонную оборону и прессинг. Такой подход обеспечивает системное развитие тактического мышления и игровой устойчивости.
11.	Основные правила ведения протокола	1. Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа и объяснением Ключ: 4 Аргументация: Протокол ведётся по ходу матча секретарём и отражает все значимые игровые события — от очков и фолов до замен и тайм-аутов. Он имеет официальный статус и используется как юридически значимый документ в случае споров, протестов или апелляций. 2. Задание комбинированного типа с выбором нескольких правильных ответов и объяснением Ключ: 1), 2), 4), 5), 7) Аргументация: Протокол оформляется в нескольких экземплярах разного цвета для судей, команд и организаторов. Фолы обозначаются в отдельной графе, трёхочковые броски — цифрой игрока в кружке и чертой, командные фолы учитываются по периодам, а тайм-ауты отмечаются по времени в специальных полях. Автогол же записывается капитану соперника, а при выходе запасного игрока ставится крестик, но не обводится.
12.	Способы проведения соревнований	Задание комбинированного типа: выбор нескольких правильных ответов с объяснением Ключ: 3), 5), 6), 7) Аргументация:

		• Туровая система используется при территориальной разобщённости команд, так как все игры проходят в одном месте за короткий срок (3). • Система с выбыванием удобна при нехватке времени — турнир проходит быстро (5). • Круговой способ объективен: все команды играют между собой (6). • Смешанный способ объединяет преимущества обеих систем, гибко адаптируясь под формат соревнований (7). Ошибочны варианты 2 (выбывание — не после побед, а после поражений), 1 (при выбывании не гарантирован даже один матч), 4 (смешанная система включает оба типа, а не только круговой). 2. Задание открытого типа с развернутым ответом Ключ (пример развернутого ответа): Существует три основных способа проведения соревнований по баскетболу: круговой, с выбыванием и смешанный. • Круговой способ предусматривает, что каждая команда играет с каждой. Он наиболее объективен, так как все команды находятся в равных условиях. Применим при небольшом числе команд и наличии достаточного времени. Минус — длительность турнира. • С выбыванием — команда покидает турнир после одного или двух поражений. Это быстрый способ, подходящий для массовых турниров или ограниченных по времени мероприятий. Минус — возможная несправедливость, если сильная команда выбывает из-за случайной неудачи. • Смешанный способ — комбинация кругового и выбывания. Используется, когда нужно учесть разные условия, например, много команд и ограниченное время. Применяется в крупных соревнованиях: сначала команды играют по кругу в группах, а затем сильнейшие выходят в финальный этап на выбывание. Этот подход позволяет гибко управлять форматом турнира и подбирать наиболее эффективную схему под конкретные условия.
--	--	--

Пример выполнения практического задания по дисциплине

«Теория, методика и практика базовых видов спорта (Баскетбол)»

Тема: Освоение техники передвижений в нападении. Остановки (двумя шагами и прыжком)

Студент: _____

Группа: _____

Дата проведения: _____

1. Цель занятия: Сформировать умение выполнять остановку с мячом двумя шагами и прыжком, обеспечивая устойчивое положение для дальнейших атакующих действий, а также закрепить навыки их применения в различных игровых ситуациях.

2. Подготовительная часть:

Задачи	Содержание
1. Организация группы, сообщение темы	Построение, приветствие, постановка задач
2. Подготовка организма к нагрузке	Лёгкий бег с изменением направления
3. Разогрев мышц и суставов	ОРУ для ног, плечевого пояса
4. Специальная подготовка	Имитация шагов остановки, прыжки на месте, подскоки с мягким приземлением

3. Основная часть:

Этап	Содержание упражнений
1. Начальное разучивание	Показ и объяснение техники остановки двумя шагами (правой и левой ногой); показ техники остановки прыжком; пробные выполнения без скорости
2. Углублённое разучивание	Остановка двумя шагами по ориентирам (после ходьбы, медленного бега, ускорения); остановка прыжком с приземлением в разных стойках; выполнение по звуковым и зрительным сигналам
3. Совершенствование	Чередование остановок в условиях выбора; эстафеты на точность и быстроту; игровые упражнения с передачей и броском

4. Заключительная часть:

Содержание
Заминка: лёгкий бег, упражнения на расслабление
Подведение итогов, анализ ошибок
Ответы на вопросы

5. Методические указания:

Рекомендации
Постепенно увеличивать скорость выполнения
Контролировать исходное положение
Использовать разнообразные сигналы
Следить за амортизацией при приземлении