



Ігрові види спорту (баскетбол)

Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

Реквізити навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Галузь знань	Всі
Спеціальність	Всі
Освітня програма	Всі
Статус дисципліни	Вибіркова
Форма навчання	Заочна
Рік підготовки, семестр	2-й курс, осінній / весняний семестр
Обсяг дисципліни	2 кредити (60 год) аудиторні заняття: лекції – 6 годин, практичні – 2 години, самостійна робота – 52 години
Семестровий контроль/ контрольні заходи	Залік, домашня контрольна робота
Розклад занять	За розкладом факультетів
Мова викладання	Українська
Інформація про керівника курсу / викладачів	http://ktos-fbmi.kpi.ua/article/spivrobotnyky
Розміщення курсу	

Програма навчальної дисципліни

1. Опис навчальної дисципліни, її мета, предмет вивчення та результати навчання

Основною метою навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (баскетбол)» є формування у здобувачів вищої освіти здатності підтримувати на достатньому рівні стан фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності; розвивати основні життєво необхідні професійно-прикладні рухові навички; формувати мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складової здорового способу життя.

Дисципліна «Ігрові види спорту (баскетбол)» має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує, відповідно до свого предмету, знання з медико-біологічних, психолого-педагогічних та інших наук, які сприяють підвищенню рівня фізичного розвитку, функціональному удосконаленню систем організму, набуттю основних життєво важливих рухових навичок та вмінь для подальшої професійної діяльності.

В результаті вивчення навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (баскетбол)» здобувачі вищої освіти зможуть використовувати засоби **баскетболу**:

- 1) з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров'я;
- 2) здійснювати контроль та самоконтроль за функціональним станом організму;
- 3) забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров'я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.

2. Пререквізити та постреквізити дисципліни (місце в структурно-логічній схемі навчання за відповідною освітньою програмою)

Дисципліна «Ігрові види спорту (**баскетбол**)» відноситься до циклу дисциплін загальної підготовки, вона є вибіркоким компонентом Освітньої програми. Для успішного засвоєння дисципліни здобувачам вищої освіти необхідно належати за станом здоров'я до основної чи підготовчої медичної групи.

3. Зміст навчальної дисципліни

Тематика практичних занять.

- Тема 1. Інформаційне забезпечення проведення занять з **баскетболу**.
- Тема 2. Методика визначення індивідуального фізичного стану. Аналіз та оцінювання рівня індивідуальної фізичної підготовленості.
- Тема 3. Вдосконалення фізичної підготовленості засобами **баскетболу** (на самостійне вивчення)
- Тема 4. Вдосконалення техніки виконання фізичних вправ **баскетболу** (на самостійне вивчення)
- Тема 5. Контроль і оцінювання рівня власної фізичної підготовленості (на самостійне вивчення)
- Тема 6. Вдосконалення фізичних якостей засобами **баскетболу**
- Тема 7. Тестування рівня фізичної підготовленості (на самостійне вивчення)

4. Навчальні матеріали та ресурси

Базова навчальна література:

Навчальні посібники

1. Баскетбол [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять з фізичного виховання для студентів навчального відділення баскетболу / НТУУ «КПІ»; уклад. Л. В. Анікеєнко, В. М. Єфременко, Г. Л. Бойко – Електронні текстові дані (1 файл: 728 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2010. - Назва з екрана. Опис: Повний текст документа доступний лише в локальній мережі університету.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/700>

2. Методичні рекомендації «Історія виникнення та розвитку баскетболу у світі та Україні» [Електронний ресурс] / НТУУ «КПІ»; уклад. Л. В. Анікеєнко, Бойко Г. Л., В. М. Єфременко. – Електронні текстові дані (1 файл: 1,36 Мб). – Київ: НТУУ «КПІ», 2012. - 42 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1784>

4. Фізичне виховання. Техніка та тактика гри в баскетбол. Навчання техніці та тактиці гри у баскетбол для студентів [Електронний ресурс]: навчальний посібник для студентів / КПІ ім. Ігоря Сікорського, уклад.: Л. В. Анікеєнко, В. М. Єфременко, О. М. Яременко, О. В. Кузенков, Г. О. Устименко. – Електронні текстові дані (1 файл: 2,86 Мбайт). – Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 127 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/42020>

5. Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д. Іваніцький Р. Б. Методика навчання основних технічних прийомів ігри в баскетбол: Методичні рекомендації. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки 2021. – 65 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20246>

6. Артюх В. М. Баскетбол: [навч. посіб.] / Артюх В. М. - Львів: [б. в.], 1996. - 140 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/6629>

7. Мозола Р. С., Приступа Є. Н., Вацеба О. М. Індивідуальне тренування баскетболістів, Львів, 1993. 92 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7089/1/Індив.трен.баскетболістів.pdf>

8. О.А. Ефімов, І.П. Помещикова Основи баскетболу. Навчальний посібник. / О.А. Ефімов, І.П. Помещикова – Харків: ХДАФК, 2011. – 108 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<http://repo.khdafk.kh.ua/bitstream/123456789/1294/1/Навч.%20посібник.pdf>

Додаткова література:

1. Фізичне виховання: Курс лекцій з дисципліни для студентів усіх спеціальностей / Уклад. Вихляев Ю М., Давиденко В. Ю., Бойко Г. Л., Карпюк І. Ю. – К.: НТУУ “КПІ”, 2007, с. 6 – 13.

2. Спортивні ігри: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів: у 2 томах / Під ред. Ж.Б. Козіної. – Том 2: Основи окремих видів спортивних ігор: Баскетбол, Волейбол. – Харків: Точка, 2010. – 228 с.

3. Козіна Ж.Л., Вакслер М.А., Тихонова А.О. Методика розвитку точності кидків у баскетболі // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХДАДМ. - 2004. - № 17. - С. 3-8 с.

4. Козіна Ж.Л. Баскетбол для студентів: методичні розробки для студентів, викладачів, тренерів, спортсменів / Ж.Б. Козіна, Ю.М. Поярков, С.Б. Поліщук, О.І. Чуприна – Харків, 2011 – 45 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/20607>

5. Защук С. Г. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих баскетболістів в умовах атаки швидким проривом: автореф. дис. к. фіз. вих : 24.00.01. Київ. 2007. 22 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/10383/1/zashchuck_s_g.PDF

6. Основи здорового способу життя: оздоровчі фітнес програми [Електронний ресурс]: навчальний посібник для здобувачів ступеня бакалавра / КПІ ім. Ігоря Сікорського; уклад.: І. В. Зеніна, В. Е. Добровольський, В. І. Шишацька. – Електронні текстові данні (1 файл: 1,14 Мбайт). – Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 78 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/42021>

7. Хосе Мария Бусета и др. Баскетбол для молодых игроков. / Европа, Издание ФИБА, 2005. – 362 с.

8. Базілевський А.Г. Вплив координаційних здібностей на якість ігрової діяльності юних баскетболістів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. № 98, Том 3. С. 42-45.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2013_112%284%29__7

9. Мітова О.О. Методи наукових досліджень у баскетболі. Навч.-метод.посібник [для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту] / Мітова О.О., Сушко Р.О., – Дніпропетровськ.: Вид. «Інновація», 2015. – 214 с.

10. Мітова О.О. Сушко Р.О. Методи наукових досліджень у баскетболі [друге видання, доповнене та перероблене]. Навч.-метод.посібник [для здобувачів I-III рівнів вищої освіти закладів фізкультурного профілю] - Дніпро: ТОВ підприємство «Дріант», 2021. 266 с. Режим доступу:

https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/37965/1/O_Mitova_R_Sushko_basket_doslid.pdf

11. Офіційні правила баскетболу (ФІБА). Режим доступу:

<https://i.fbu.kiev.ua/1/files/global/Правила/Правила%202022%20укр.pdf>

12. Цимбалюк Ж. О., Несен О. О., Мусієнко А. В., І.М. Юрченко. Баскетбол та його різновиди у фізичній культурі дітей: навчально-методичний посібник. Харків: ХНПУ, 2022. 114 с. Режим доступу:

<https://dspace.hnpu.edu.ua/bitstream/123456789/7566/1/Баскетбол%20та%20його%20різновиди%20у%20фізичній%20культурі%20дітей.pdf> 13. Koryahin, V. Training Effect of Special Basketball Exercises. / Koryahin, V., Blavt, O., Doroshenko, E., Prystynskiy, V., & Stadnyk, V. // *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, – 2020. – 20(3), – 137-141.

Режим доступу: <https://doi.org/10.17309/tmfv.2020.3.02>

14. Koryahin, V. The technical and physical preparation of basketball players. / Koryahin, V., Dutchak, M., Iedynak, G., Blavt, O., Galamandjuk, L., & Cherepovska, E. // *Human Movement*. – 2018. – vol. 19(4), – С. 29–34.

15. Sushko, R. Psychological selection in game sports on the basketball example. / Sushko, R., Vysochina, N., Vorobiova, A., Doroshenko, E., Pastuhova, V., & Vysochin, F. // *Journal of Physical Education and Sport*. – 2019. 19 (3), – Art. 250, – С. 1708–1714.

16. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання / О.О. Мітова, В.В. Грюкова – Дніпропетровськ.: Вид. «Інновація», 2016. – 110 с. Режим доступу:

<http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-L1-16.pdf>

Література для самостійного вивчення (теми:3,4,5,7)

1. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання / О.О. Мітова, В.В. Грюкова – Дніпропетровськ.: Вид. «Інновація», 2016. – 110 с. Режим доступу:

<http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-L1-16.pdf>

2. Поплавський Л. Ю. Баскетбол: підруч. [для студ. вищ. навч. закл.] - К.: Олімпійська літ. 2004. 446 с.

3. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2011. – 224 с.

4. Спортивні ігри: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів: у 2 томах / Під ред. Ж.Л. Козіної. – Том 2: Основи окремих видів спортивних ігор: Баскетбол, Волейбол. – Харків: Точка, 2010. – 228 с.

5. Козіна Ж.Л. Баскетбол для студентів: методичні розробки для студентів, викладачів, тренерів, спортсменів / Ж.Л. Козіна, Ю.М. Поярков, С.Б. Поліщук, О.І. Чуприна – Харків, 2011 – 45 с.

6. Мозола Р. С., Приступа Є. Н., Вацеба О. М. Індивідуальне тренування баскетболістів, Львів, 1993. 92 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7089/1/Індив.трен.баскетболістів.pdf>

7. Защук С. Г. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих баскетболістів в умовах атаки швидким проривом: автореф. дис. к. фіз. вих: 24.00.01. Київ. 2007. 22 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/10383/1/zashchuck_s_g.PDF

8. Душанин С. А., Пирогова Е. А., Иващенко Л. Я. Самоконтроль физического состояния. – Киев: "Здоровья", 1980.

9. Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д., Іваніцький Р. Б. Методика навчання основних технічних прийомів гри в баскетбол: Методичні рекомендації. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки 2021. – 65 с. Режим доступу:

<https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20246>

10. Теорія і методика фізичного виховання: [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]: у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.

Навчальний контент

5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Тема 1. Інформаційне забезпечення проведення занять з баскетболу.

Лекція. Характеристика ігрових видів спорту (баскетбол).

Організація системи фізичного виховання в КПІ ім. Ігоря Сікорського. Особливості техніко-тактичної підготовки в ігрових видах спорту (баскетбол) Техніка безпеки на заняттях з ігрових видів спорту. Вплив занять ігровими видами спорту (баскетбол, волейбол, футбол) на організм людини.

Тема 2. Методика визначення індивідуального фізичного стану.

Лекція. Оцінювання фізичного стану тих, хто займається ігровими видами спорту.

Функціональна діагностика систем організму: тестування рівня функціонального стану ССС, дихальної системи та психофізичного стану організму людини. Антропометрія. Оцінка стану опорно-рухового апарату. Тестування рівня розвитку фізичних якостей, технічної підготовленості. Методи самооцінки фізичних станів людини.

Тема 6. Вдосконалення фізичних якостей засобами баскетболу.

Лекція. Розвиток та вдосконалення фізичних якостей засобами ігрових видів спорту.

Методики розвитку фізичних якостей людини: швидкості, сили, спритності (координаційних здібностей), гнучкості, витривалості засобами ігрових видів спорту. Особливості застосування фізичних навантажень відповідно до рівня фізичної підготовленості тих, хто займається. Методики відновлення фізичної працездатності.

Практичне заняття. Методики визначення індивідуального рівня функціонального стану серцево-судинної системи (ССС), дихальної та нервової систем організму. Особливості розвитку основних фізичних якостей людини. Оцінка рівня фізичної підготовленості тих, хто займається.

Теми домашньої контрольної роботи

1. Історія виникнення та розвиток баскетболу у світі.
2. Історія розвитку баскетболу в Україні. Видатні українські баскетболісти.
3. Розвиток координаційних здібностей засобами баскетболу. Різновиди техніки жонгливання м'ячем.
4. Українські баскетболісти - чемпіони та призери Олімпійських ігор, Чемпіонатів світу та Європи з баскетболу.
5. Українські баскетболісти в NBA та Європі. Останні зміни у правилах гри FIBA та основні їх відмінності від правил в NBA.
6. Різноманітні способи переміщення, зупинок та поворотів у баскетболі, та методики опанування ними.
7. Студентський баскетбол в НТУУ КПІ, в Україні та у світі.
8. Використання естафет та рухливих ігор на заняттях з баскетболу.

9. Суддівська колегія та обов'язки її членів. Методика організації та проведення змагань.
10. Профілактика травматизму та професійних захворювань баскетболістів на заняттях з баскетболу.
11. Характеристика, класифікація кидків у баскетболі. Особливості техніки виконання.
12. Характеристика, класифікація ведення м'яча у баскетболі. Особливості техніки виконання.
13. Характеристика, класифікація передач м'яча у баскетболі. Особливості техніки виконання.
14. Амплуа гравців. Принципи комплектації команд в баскетболі.
15. Техніка виконання кидка м'яча у кошик після подвійного кроку. Методика опанування ним.
16. Особливості загальної та спеціальної фізичної підготовки баскетболістів.
17. Особливості технічної підготовки баскетболістів. Штрафні кидки.
18. Застосування інноваційних технологій у навчально-тренувальному процесі баскетболістів.

Вимоги до написання та оформлення ДКР:

шрифт Times New Roman

розмір шрифту – 14 пт

міжрядковий інтервал - 1,5 інтервали

параметри сторінки - формат А 4, орієнтація - книжна;

верхнє, нижнє поля - 20 мм, ліве поле - 25 мм, праве поле - 15 мм;

відступ 1-ї строки абзацу 1,25 см, інтервал до абзацу та після абзацу 0;

обсяг роботи – 16-20 сторінок тексту (без титульного аркуша, сторінок з планом та літературою);

мова – українська;

Структура ДКР:

титульний аркуш;

план роботи;

вступ;

основна частина;

висновки;

список літератури 8-12 джерел (активні посилання по тексту).

6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Підготовка до практичних занять, виконання домашньої контрольної роботи.

Самостійна робота здобувача вищої освіти (52 години) передбачає самостійне вивчення тем курсу, підготовку до аудиторних занять та контрольних заходів.

Розподіл годин СРС: підготовка до практичних занять – 20 годин; підготовка до ДКР – 30 годин; підготовка до заліку – 2 години.

Політика та контроль

7. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Система вимог, що ставляться перед здобувачем вищої освіти:

Правила поведінки на заняттях: дотримання вимог з техніки безпеки.

Правила захисту індивідуальних завдань: дотримання принципу академічної доброчесності.

- політика дедлайнів та перескладань: у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань
- інші вимоги, що не суперечать законодавству України та нормативним документам Університету:
- політика щодо академічної доброчесності: політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначені у кодексі честі КПІ ім. Ігоря Сікорського (див: <https://kpi.ua/code>).

8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання (PCO)

1. Виконання тестових завдань на практичному занятті

На практичному занятті кожне тестове завдання з 20-ти тестів оцінюється в 2 бали.

Максимальна кількість балів за тестові завдання – 40 балів.

2. Домашня контрольна робота

Виконується реферативна робота за запропонованою тематикою

Максимальна оцінка – 60 балів.

Остаточна оцінка опанування здобувачем вищої освіти освітнього компонента оцінюється за результатом його роботи протягом семестру з переведенням його рейтингових балів до університетської шкали оцінювання (Таблиця 1).

Остаточний рейтинг здобувача вищої освіти не може перевищувати 100 балів!

Підсумковий контроль – залік.

Якщо за результатами роботи у семестрі здобувач вищої освіти набрав менше ніж 60 балів або він бажає підвищити свій рейтинговий бал, то йому надається можливість виконати *залікову контрольну роботу (інтегральний тест)*, а його попередній рейтинг анулюється.

Залікова контрольна робота проводиться у формі тестування. Здобувачу вищої освіти пропонується інтегральний тест, що містить 50 питань, кожна правильна відповідь оцінюється у 2 бали.

Максимальна кількість балів за інтегральний тест – 100 балів.

Отримані здобувачем вищої освіти бали за інтегральний тест переводяться у оцінку за університетською шкалою:

Таблиця 1. Відповідність рейтингових балів оцінкам за університетською шкалою

Рейтингові бали здобувача вищої освіти	Оцінка за університетською шкалою
95 – 100	Відмінно
85 – 94	Дуже добре
75 – 84	Добре
65 – 74	Задовільно
60 – 64	Достатньо
< 60	Незадовільно

9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

Під час проходження навчального матеріалу з навчальної дисципліни передбачено використання сучасних технологій в навчальному процесі.

Робочу програму навчальної дисципліни (силабус):

Складено:

в.о. завідувача кафедри технологій оздоровлення і спорту, к.п.н., доцент, Бойко Ганна
Леонідівна

ст. викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту Анікеєнко Лариса Василівна

ст. викладач Єфременко Вікторія Миколаївна

Ухвалено кафедрою технологій оздоровлення і спорту (протокол № 3 від 18.10.2022 р.)

Погоджено Методичною радою університету (протокол № 8 від 02.06.2023 р.)