Приложение 1 к рабочей программе
по дисциплине «Элективные дисциплины
по физической культуре и спорту»
«Баскетбол»

Федеральное агентство связи
Уральский технический институт связи и информатики (филиал) ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет телекоммуникаций
и информатики» в г. Екатеринбурге (УрТИСИ СибГУТИ)

УРАЛЬСКИЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ СВЯЗИ И ИНФОРМАТИКИ

СОГЛАСОВАНО
Начальник Учебного управления
_____ А.Н. Белякова
«01» 09 20 19 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор УрТИСИ СибГУТИ
_____ Е.А.Минина
«01» 09 20 19 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

по дисциплине «**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**»
«Баскетбол»
для основной профессиональной образовательной программы по направлению
11.03.02 Инфокоммуникационные технологии и системы связи,
направленность (профиль) – Инфокоммуникационные технологии в услугах связи,
квалификация – бакалавр,
форма обучения – очная,
год начала подготовки (по учебному плану) – 2019

Екатеринбург – 2019

Приложение 1 к рабочей программе
по дисциплине «Элективные дисциплины
по физической культуре и спорту»
«Баскетбол»

Федеральное агентство связи
Уральский технический институт связи и информатики (филиал) ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет телекоммуникаций
и информатики» в г. Екатеринбурге (УрТИСИ СибГУТИ)

СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Начальник Учебного управления	Директор УрТИСИ СибГУТИ
_____ А.Н. Белякова	_____ Е.А.Минина
«___»_____20___г.	«___»_____20___г.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

по дисциплине «**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**»
«Баскетбол»
для основной профессиональной образовательной программы по направлению
11.03.02 Инфокоммуникационные технологии и системы связи,
направленность (профиль) – Инфокоммуникационные технологии в услугах связи,
квалификация – бакалавр,
форма обучения – очная,
год начала подготовки (по учебному плану) – 2019

Екатеринбург – 2019

1. Перечень компетенций и индикаторов их достижения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Этап	Предшествующие этапы (с указанием дисциплин)
УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Знает виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.	2	1 этап – Физическая культура и спорт
	УК-7.2. Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.	2	1 этап – Физическая культура и спорт
	УК-7.3. Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2	1 этап – Физическая культура и спорт

Форма(ы) промежуточной аттестации по дисциплине: зачет (2,3,4,5,6 семестр).

2. Показатели, критерии и шкалы оценивания компетенций

2.1 Показателем оценивания компетенций на этапе их формирования при изучении дисциплины является уровень их освоения.

<table>
<tr><th>Шкала оценивания</th><th>Результаты обучения</th><th>Дескрипторы уровней освоения компетенций</th></tr>
<tr><td colspan="3">УК-7.1 – Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля</td></tr>
<tr><td>Низкий (пороговый) уровень</td><td rowspan="3">Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля</td><td>Общие понятия о физических упражнениях и значении физической культуры в жизни человека.</td></tr>
<tr><td>Средний уровень</td><td>Виды физических упражнений, значение физической культуры в жизни человека и общества.</td></tr>
<tr><td>Высокий уровень</td><td>Виды физических упражнений и их влияние на организм человека. Роль и назначение физической культуры в жизни каждого человека и общества в целом.</td></tr>
<tr><td colspan="3">УК-7.2 – Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</td></tr>
<tr><td>Низкий (пороговый) уровень</td><td rowspan="3">Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</td><td>Применять на практике средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья. Придерживается здорового образа жизни.</td></tr>
<tr><td>Средний уровень</td><td>Применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья. Придерживается здорового образа жизни. Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования</td></tr>
<tr><td>Высокий уровень</td><td>Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки. Ведет здоровый образ жизни. Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования.</td></tr>
<tr><td colspan="3">УК-7.3 – Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</td></tr>
</table>

Низкий (пороговый) уровень	**Владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Владеет общими средствами методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Средний уровень		Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Высокий уровень		Владеет разнообразными средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.2 Таблица соответствия результатов промежуточной аттестации по дисциплине уровню этапа формирования компетенций

Форма контроля	Шкала оценивания	Код индикатора достижения компетенций	Уровень освоения компетенции
Зачёт	Зачёт	УК 7.1	низкий
		УК 7.2	средний
		УК 7.3	средний

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания

Процесс оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, представлен в таблицах по формам обучения:

Тип занятия	**Тема (раздел)**	**Оценочные средства**
УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
Практическое занятие	Изучение техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. Упражнения с преодолением веса собственного тела.	Контрольные тесты и нормативы. Для студентов, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья – защита рефератов и ответы на перечень
	Изучение техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. Упражнения с внешним сопротивлением.	
	Изучение техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. Изометрические упражнения.	
	Общие физические упражнения.	
	Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей.	
	Изучение техники выполнения упражнений для развития гибкости.	
	Совершенствование техники выполнения упражнений для развития гибкости.	
	Изучение техники выполнения упражнений для развития координационных способностей.	

	Изучение техники выполнения упражнений для развития общей выносливости непрерывным методом.	теоретических вопросов
	Изучение техники выполнения упражнений для развития общей выносливости с помощью прерывного метода.	
	Совершенствование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости изученными методами.	
	Баскетбол: история, характеристика игры, правила игры.	
	Стойки и передвижения нападающего. Ведение, броски.	
	Ведение мяча правой и левой рукой, переводы мяча, остановки, развороты.	
	Основные способы передвижений в нападении	
	Техника владения мячом. Ловля мяча, остановки с ловлей мяча.	
	Техника владения мячом. Передачи мяча.	
	Техника владения мячом. Ведение мяча. Остановки после ведения мяча.	
	Техника владения мячом. Броски мяча.	
	Постановка рук для бросков по кольцу с близкого расстояния и из-за трехочковой линии.	
	Совершенствование ведения, передач, бросков мяча.	
	Атака кольца после ведения и остановки прыжком, в 2 шага.	
	Совершенствование бросков по кольцу с различных дистанций.	
	Обучение игровым приемам защиты	
	Стойки и передвижения защитника. Разновидности передвижений в защите.	
	Приемы противодействиям и овладения мячом. Вырывание мяча.	
	Приемы противодействиям и овладения мячом. Выбивание мяча. Перехват мяча.	
	Приемы противодействиям и овладения мячом. Накрывание и отбывание мяча при броске.	
	Приемы противодействиям и овладения мячом. Взятие отскока.	
	Обучение техники подбора мяча после броска по кольцу. Борьба за мяч. Штрафные броски.	
	Индивидуальные тактические действия. Действия игрока без мяча.	
	Индивидуальные тактические действия. Действия игрока с мячом.	
	Индивидуальные тактические действия. Сочетание индивидуальных тактических действий.	
	Групповые тактические действия. Взаимодействие двух игроков.	
	Групповые тактические действия. Взаимодействие трех игроков.	
	Командные тактические действия. Стремительное нападение.	
	Командные тактические действия. Позиционное нападение.	
	Командные тактические действия. Разновидности специального нападения.	
	Тактические действия в нападении при стандартных ситуациях в игре: вбрасывание мяча из аута, штрафные броски.	
	Обучение тактике защиты.	

	Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего без мяча.	
	Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего, владеющего мячом.	
	Групповые тактические действия игры в защите.	
	Командные тактические действия игры в защите.	
	Тактика командных действий при игре в защите «зоной».	
	Тактика командных действий при игре в защите «лично».	
	Совершенствование техники игры в защите. Выход из-под заслона, переключение игроков, отсекание игроков от кольца, плотная опека.	
	Тактические действия в защите при стандартных ситуациях в игре: вбрасывание мяча из аута, штрафные броски.	
	Судейство игры. Жесты, обязанности судей.	
	Особенности игровой деятельности.	
	Учебные и контрольные игры.	

4. Типовые контрольные задания

УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Развитие скоростно-силовых способностей. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей. Развитие общей выносливости.

Обучающейся допускается к выполнению контрольных нормативов только при условье выполнения комплексов задач для практических занятий и допустившим не более 15% пропуска занятий по неуважительным причинам.

Выполнение контрольного норматива по прыжкам в длину с места, толчок двумя ногами.

Обучающийся принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела обучающегося.

Обучающемуся предоставляются три попытки. Засчитывается самый лучший результат. Результат не засчитывается, если был совершен заступ в 3-х попытках.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Прыжок в длину с места, толчок двумя ногами (см)	Д	180	165	145	<130
	Ю	235	225	210	<200

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Прыжок в длину с места, толчок двумя ногами (см)	Д	180	165	145	<130
	Ю	235	225	210	<200

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Прыжок в длину с места, толчок двумя ногами (см)	Д	180	165	145	<130
	Ю	235	225	210	<200

Выполнение контрольного норматива подтягивание туловища на перекладине из положения виса (юноши.)

По команде обучающийся из виса хватом сверху подтягивается до пересечения подбородком верхней линии грифа перекладины, затем опускается в вис и т.д. Упражнения выполняются плавно, без рывков и сгибания коленей. Подтягивания за счет разгиба туловища не разрешаются. Интервал между повторениями не более 3-х секунд. Подсчитывается количество правильно выполненных упражнений.

Выполнение контрольного норматива подтягивание туловища на низкой перекладине из положения виса лицом вверх (девушки).

Подтягивание на низкой перекладине выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору.

Из исходного положения обучающийся подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 сек. исходное положение, продолжает выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Подтягивание на перекладине (раз)	Д	15	10	5	<3
	Ю	12	9	6	<5

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Подтягивание на перекладине (раз)	Д	15	10	5	<3
	Ю	12	9	6	<5

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Подтягивание на перекладине (раз)	Д	15	10	5	<3
	Ю	12	9	6	<5

Выполнение контрольного норматива поднимание туловища из положения лежа.

Обучающаяся лежит в и.п.- лежа на спине, ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов, руки за головой, ноги фиксируются партнером. При подъеме туловища локти должны касаться бедер. При возвращении в и.п. - лежа обязательно касаться лопатками пола. Подсчитывается количество правильно выполненных сгибаний туловища за 60 сек.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с. (раз)	Д	40	35	30	<25
	Ю	50	45	40	<30

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с. (раз)	Д	40	35	30	<25
	Ю	50	45	40	<30

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с. (раз)	Д	40	35	30	<25
	Ю	50	45	40	<30

Выполнение контрольного норматива сгибание-разгибание рук из исходного положения «упор лежа».

И.п. «упор лежа» - руки на ширине плеч, туловище прямое. По команде обучающийся сгибает руки под углом 90 градусов и возвращается и и.п. Не разрешается прогибать спину и не до конца выпрямлять или сгибать руки. Девушкам допускается опора рук о скамейку. Подсчитывается количество правильно выполненных сгибаний.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Сгибание-разгибание рук из исходного положения «упор лежа» (раз)	Д	15	12	8	<6
	Ю	40	30	20	<15

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Сгибание-разгибание рук из исходного положения «упор лежа» (раз)	Д	15	12	8	<6
	Ю	40	30	20	<15

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Сгибание-разгибание рук из исходного положения «упор лежа» (раз)	Д	20	15	10	<8
	Ю	50	40	30	<20

Выполнение контрольного норматива наклон туловища вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см.

При выполнении упражнения на гимнастической скамье по команде обучающийся выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 сек. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «–» ниже уровня скамьи - знаком «+».

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Наклон туловища вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	Д	10	7	5	<0
	Ю	7	5	3	<0

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Наклон туловища вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	Д	10	7	5	<0
	Ю	7	5	3	<0

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Наклон туловища вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	Д	10	7	5	<0
	Ю	7	5	3	<0

Выполнение контрольного норматива отжимание на брусьях (юноши).

Прямыми руками ухватиться за параллельные брусья, не выгибать слишком руки, ноги не касаются пола, хват прямой - ладонями к туловищу. Опуститься вниз, глубина опускания должна быть 90 градусов в локтях, из нижней позиции разгибаем руки и поднимаемся вверх и т.д. Засчитывается количество правильно выполненных отжиманий.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Отжимание на брусьях (раз)	Ю	12	10	8	<5

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Отжимание на брусьях (раз)	Ю	12	10	8	<5

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Отжимание на брусьях (раз)	Ю	15	10	8	<5

Выполнение контрольного норматива прыжки на скакалке за 60 секунд (девушки).

Контрольный норматив Прыжки на скакалке выполняется из исходного положения: стоя на полу, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно. При выполнении упражнения по команде обучающийся выполняет прыжки на скакалке в течение 60 секунд. Засчитывается количество правильно выполненных прыжков.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Прыжки на скакалке за 60 сек (раз)	Д	140	120	100	<80

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Прыжки на скакалке за 60 сек (раз)	Д	140	120	100	<80

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Прыжки на скакалке за 60 сек (раз)	Д	140	120	100	<80

Специальная физическая подготовка баскетболиста. Обучение технике игры в баскетбол. Обучение тактике игры в баскетбол. Соревновательная практика.

Обучающейся допускается к выполнению контрольных нормативов только при условье выполнения комплексов задач для практических занятий и допустившим не более 15% пропуска занятий по неуважительным причинам.

Выполнение контрольного норматива: Атака кольца после ведения мяча.

Обучающийся с мячом находится у лицевой линии и по команде начинает движение с ведением мяча к противоположному кольцу с остановкой у

кольца в 2 шага или прыжком и последующей атакой кольца. После попадания или отскока от щита обучающийся подбирает мяч и двигается с ведением к противоположному кольцу и т.д. Всего 10 попыток атаки кольца. Засчитывается результат правильно выполненного упражнения с попаданием мяча в кольцо.

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Атака кольца после ведения мяча (раз)	Д	6	4	2	<2
	Ю	6	4	2	<2

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Атака кольца после ведения мяча (раз)	Д	7	5	3	<2
	Ю	7	5	3	<2

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Атака кольца после ведения мяча (раз)	Д	8	6	4	<3
	Ю	8	6	4	<3

Выполнение контрольного норматива: Штрафной бросок.

Обучающиеся встает на линию штрафного броска и совершает бросок по кольцу, не наступая на линию штрафного броска. Количество попыток – 10 попыток. Засчитывается количество правильно выполненных попаданий (т.е. без заступа за (на) линию штрафного броска).

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Штрафной бросок (раз)	Д	4	3	2	<1
	Ю	4	3	2	<1

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Штрафной бросок (раз)	Д	6	4	2	<1
	Ю	6	4	2	<1

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Штрафной бросок (раз)	Д	7	5	3	<2
	Ю	7	5	3	<2

Выполнение контрольного норматива: Трехочковый бросок.

Обучающиеся встает за линию трехочкового броска и совершает бросок по кольцу, не наступая на линию трехочкового броска. Количество попыток – 10 попыток. Засчитывается количество правильно выполненных попаданий (т.е. без заступа за (на) линию трехочкового броска).

1 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Трехочковый бросок (раз)	Д	3	2	1	<1
	Ю	3	2	1	<1

2 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Трехочковый бросков (раз)	Д	3	2	1	<1
	Ю	3	2	1	<1

3 курс

Тест	Пол	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Трехочковый бросок (раз)	Д	4	2	1	<1
	Ю	4	2	1	<1

Перечень теоретических вопросов для подготовки к зачету для обучающихся, освобожденных от практических занятий по физической культуре по состоянию здоровья

1. Техника выполнения упражнений для развития силовых способностей. Упражнения с преодолением веса собственного тела.
2. Техника выполнения упражнений для развития силовых способностей. Упражнения с внешним сопротивлением.
3. Техника выполнения упражнений для развития силовых способностей. Изометрические упражнения.
4. Общие физические упражнения.
5. Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей.
6. Техника выполнения упражнений для развития гибкости.
7. Совершенствование техники выполнения упражнений для развития гибкости.
8. Техника выполнения упражнений для развития координационных способностей.
9. Техника выполнения упражнений для развития общей выносливости непрерывным методом.
10. Техника выполнения упражнений для развития общей выносливости с помощью прерывного метода.
11. Совершенствование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости изученными методами.
12. Баскетбол: история, характеристика игры, правила игры.
13. Стойки и передвижения нападающего. Ведение, броски.
14. Ведение мяча правой и левой рукой, переводы мяча, остановки, развороты.
15. Основные способы передвижений в нападении
16. Техника владения мячом. Ловля мяча, остановки с ловлей мяча.
17. Техника владения мячом. Передачи мяча.

18. Техника владения мячом. Ведение мяча. Остановки после ведения мяча.
19. Техника владения мячом. Броски мяча.
20. Постановка рук для бросков по кольцу с близкого расстояния и из-за трехочковой линии.
21. Совершенствование ведения, передач, бросков мяча.
22. Атака кольца после ведения и остановки прыжком, в 2 шага.
23. Совершенствование бросков по кольцу с различных дистанций.
24. Обучение игровым приемам защиты
25. Стойки и передвижения защитника. Разновидности передвижений в защите.
26. Приемы противодействиям и овладения мячом. Вырывание мяча.
27. Приемы противодействиям и овладения мячом. Выбивание мяча. Перехват мяча.
28. Приемы противодействиям и овладения мячом. Накрывание и отбывание мяча при броске.
29. Приемы противодействиям и овладения мячом. Взятие отскока.
30. Обучение техники подбора мяча после броска по кольцу. Борьба за мяч. Штрафные броски.
31. Индивидуальные тактические действия. Действия игрока без мяча.
32. Индивидуальные тактические действия. Действия игрока с мячом.
33. Индивидуальные тактические действия. Сочетание индивидуальных тактических действий.
34. Групповые тактические действия. Взаимодействие двух игроков.
35. Групповые тактические действия. Взаимодействие трех игроков.
36. Командные тактические действия. Стремительное нападение.
37. Командные тактические действия. Позиционное нападение.
38. Командные тактические действия. Разновидности специального нападения.
39. Тактические действия в нападении при стандартных ситуациях в игре: вбрасывание мяча из аута, штрафные броски.
40. Обучение тактике защиты.
41. Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего без мяча.
42. Индивидуальные тактические действия. Действия против нападающего, владеющего мячом.
43. Групповые тактические действия игры в защите.
44. Командные тактические действия игры в защите.
45. Тактика командных действий при игре в защите «зоной».
46. Тактика командных действий при игре в защите «лично».
47. Совершенствование техники игры в защите. Выход из-под заслона, переключение игроков, отсекание игроков от кольца, плотная опека.
48. Тактические действия в защите при стандартных ситуациях в игре: вбрасывание мяча из аута, штрафные броски.
49. Судейство игры. Жесты, обязанности судей.

50. Особенности игровой деятельности.
51. Учебные и контрольные игры.

Темы, для выполнения и защиты рефератов для обучающихся, освобожденных от практических занятий по физической культуре по состоянию здоровья

1 курс

1. Физическая культура, спорт, ценности физической культуры, физическое совершенствование, физическое воспитание.
2. Физическое развитие, психофизическая и функциональная подготовка.
3. Состояние организма во время выполнения физических упражнений и занятий спортом.
4. Роль физической культуры и спорта в подготовке человека к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.
5. Современное состояние физической культуры и спорта.
6. История развития физической культуры как дисциплины.
7. Рациональный режим питания при занятиях спортом
8. Двигательная активность, профессиональная направленность физического воспитания.
9. Психология физического воспитания.
10. Лечебная физическая культура: комплексы физических упражнений направленных на устранение различных заболеваний.
11. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
12. Жизненные, психологические, функциональные и поведенческие критерии использования здорового образа жизни.
13. Здоровье и иерархия потребностей культурного человека. Влияние культурного развития личности на отношение к самому себе.
14. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности в общекультурном развитии человека.
15. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условье здорового образа жизни.
16. Современные олимпийские игры: особенности проведения и их значение в жизни современного общества.
17. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
18. Средства физической культуры в совершенствовании организма, обеспечении его устойчивости к физической и умственной деятельности.
19. Двигательная активность как важнейший фактор взаимодействия организма человека с внешней средой и повышение его устойчивости к вредным воздействиям.
20. Оптимизация сопряженной деятельности студентов в учебном труде и спортивном совершенствовании.

2 курс

1. Спорт высших достижений. Особенности организации учебных занятий в основном и спортивном отделениях.
2. Оздоровительные системы физических упражнений по выбору цикла общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.
3. Студенческий спорт. Система студенческих спортивных соревнований.
4. Выбор видов спорта и систем физических упражнений с целью психофизической подготовке к будущей профессиональной деятельности и овладения жизненно необходимыми умениями и навыками, достижения наивысших спортивных результатов.
5. Виды спорта комплексного разностороннего воздействия на организм занимающегося. Нетрадиционные виды спорта.
6. История Олимпийского движения.
7. Построение и структура учебно-тренировочного занятия. Характеристика отдельных частей учебно-тренировочного занятия.
8. Общая физическая подготовка, цели и задачи. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
9. Известные спортсмены России.
10. Возможность и управление коррекцией физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
11. Участие в спортивных соревнованиях в процессе самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
12. Адаптация к физическим упражнениям на разных возрастных этапах.
13. Физическая культура и ее влияние на решение социальных проблем.
14. Физиологическая характеристика циклических и ациклических упражнений.
15. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной деятельности.
16. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность. Учет индивидуальных особенностей организма.
17. Особенности правовой базы в отношении спорта и физической культуры в России.
18. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма.
19. Врачебный контроль как условье допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом. Диспансеризация.
20. Актуальные проблемы в проведении занятий по физической культуре в учебных заведениях.

3 курс

1. Физическая активность и ее особенности на различных этапах онтогенеза.
2. Профилактика возникновения профессиональных заболеваний.

3. Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта.
4. Значение личности в спорте.
5. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.
6. Место профессионально-прикладной физической подготовки в системе физического воспитания. Основные факторы, определяющие конкретное содержание профессионально-прикладной подготовки студентов.
7. Социально-экономическая и личная необходимость психофизической подготовки человека к труду.
8. Профессионально-прикладная подготовка студентов на учебных занятиях и во внеучебное время. Система контроля профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.
9. Факторы определяющие содержание профессионально-прикладной физической подготовки: формы труда, условий труда, характера труда, режима труда и отдыха.
10. . Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
11. Занятия физическими упражнениями с оздоровительно-рекреативной направленностью.
12. Особенности рационального использования физической культуры в режиме учебного труда студента.
13. Основы методики организации судейства по избранному виду спорта.
14. Реабилитация в физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности
15. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием примерной дозировки)
16. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение я средств физической культуры для их коррекции.
17. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности
18. Взаимосвязь физического и духовного развития личности.
19. История зарождения олимпийского движения в Древней Греции.
20. История Свердловского спорта.

Критерии оценки выполнения контрольных тестов и нормативов; ответов на теоретические вопросы и защиты рефератов, для студентов, освобожденных от практических занятий по физической культуре по состоянию здоровья.

Обучающиеся основной медицинской группы выполняют все контрольные нормативы по дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» «Баскетбол».

Обучающейся допускается к выполнению контрольных нормативов только при условье выполнения комплексов задач для практических занятий и допустившим не более 15% пропуска занятий по неуважительным причинам.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе, выполняют только те виды контрольных нормативов, которые им не противопоказаны по шифру заболевания. В зависимости от характера заболевания и стадии восстановления возможны разные варианты тестов силовой, скоростно-силовой направленности и на выносливость.

В качестве критерия следует применять не сам результат теста, а величину его прироста по сравнению с исходным результатом (для упражнений силовой, скоростно-силовой направленности и на выносливость).

Обучающиеся, освобожденные от практических занятий по физической культуре по состоянию здоровья отвечают на перечень теоретических вопросов по основным темам практических занятий и защищают реферат по индивидуальной теме.

5. Банк контрольных заданий и иных материалов, используемых в процессе процедур текущего контроля и промежуточной аттестации

Банк представлен в локальной сети отдела «Клуб спортивный» в формате pdf и доступен по URL: http://www.aup.uisi.ru. Далее выбрать следующий путь: Обучение / Обучение по программам ВО и СПО / Физическая культура /ФГОС ВО 3++/ Очная форма обучения / 11.03.02 Инфокоммуникационные технологии и системы связи / Профиль Инфокоммуникационные технологии в услугах связи / Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

Оценочные средства рассмотрены и утверждены на заседании отдела «Клуб спортивный»

Протокол № от " " 20 г.
Руководитель физического воспитания _____/ В.И. Кузнецов

Протокол № от " " 20 г.
Заведующий (зам. заведующего) кафедрой _____/_____/

Протокол № от " " 20 г.
Заведующий (зам. заведующего) кафедрой _____/_____/

Протокол № от " " 20 г.
Заведующий (зам. заведующего) кафедрой _____/_____/

Оценочные средства рассмотрены и утверждены на заседании отдела «Клуб спортивный»

Протокол № 1 от "01" сент 2019 г.
Руководитель физического воспитания _____/В.И. Кузнецов

Протокол № 1 от "01" 09 2020 г.
Заведующий (зам. заведующего) кафедрой _____/ Кузнецов В.И.

Протокол № 1 от "01" 09 2021 г.
Заведующий (зам. заведующего) кафедрой _____/ Кузнецов В.И.

Протокол № от " " 20 г.
Заведующий (зам. заведующего) кафедрой _____/_____/