Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 28.02.2022 09:08:55
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d2657b784eec019bf8a794cb4

Приложение 4
к основной образовательной программе высшего образования по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия (уровень специалитета), 02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний)
ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России
Утверждено на заседании ученого совета
протокол № 5 от 26» марта 2021 г.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Проректор
_____ /И.П. Черная/
«17» 05 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.05 Элективные курсы по физической культуре и спорту.
Б1.В.ДВ.05.03 Баскетбол

Специальность	**30.05.01 Медицинская биохимия**
Уровень подготовки	специалитет
Направленность подготовки Сфера профессиональной деятельности	02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний)
Форма обучения	**очная**
Срок освоения ОПОП	**6 лет**
Кафедра	Физической культуры и спорта

Владивосток, 2021

При разработке рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» в основу положены:
1) ФГОС ВО по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия
02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний)

утвержденный Министерством высшего образования и науки Российской Федерации «12» августа 2020г. № 988

2) Учебный план по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия
02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний), утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «26» марта 2021г., Протокол № 5.

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта

от «15» апреля 2021г. Протокол № 9

Заведующий кафедрой _____ Каерова Е.В.

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» одобрена УМС по специальностям факультета Общественного здоровья

от «28» апреля 2021г. Протокол № 4

Председатель УМС _____ Скварник В.В.

Разработчики:

Зав. кафедрой, к.п.н., доцент	_____	Каерова Е.В
Доцент	_____	Шестёра А.А.
Доцент	_____	Степанова И.С.
Ст. преподаватель	_____	Селецкая Т.Г.
Преподаватель	_____	Бартош А.А.

2. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Цель и задачи освоения дисциплины Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол

Цель освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол», состоит в формировании всестороннего развития личности, для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в том числе с применением IT- технологий.

При этом ***задачами*** дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» являются:

1. Сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие формированию всестороннего развития организма, поддержание работоспособности, предотвращение негативных последствий использования информационных и коммуникационных технологий для здоровья на протяжении всего обучения.
2. Воспитание потребности в ежедневных физических упражнениях и рационального использования их в самостоятельной двигательной деятельности в том числе с использованием IT- технологий: цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.
3. Знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни, в том числе с использованием IT-технологий цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.
4. Приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.
5. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.
6. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, в том числе с использованием IT- технологий цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.

2.2. Место дисциплины Б1.В.ДВ.05 «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Б1.В.ДВ.05.03 Баскетбол» в структуре основной образовательной программы высшего образования по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия направленности 02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний)

2.2.1. Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» относится к ООП ВО 30.05.01 Медицинская биохимия направленности 02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний), является обязательной частью Блока 1 и реализуется в 1 – 6 семестрах на 1, 2 и 3 курсах.

2.2.2. Для изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

Физическая культура и спорт, школьный курс

Знания: основные понятия в области физической культуры и спорта, здорового образа жизни
Умения: использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к

труду и обороне" (ГТО);

Навыки: применения современных технологий укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств

Биология, школьный курс

Знания: строения, функций органов и их систем у человека.

Умения: находить и показывать в атласе анатомии мышцы, кости, сосуды и нервы организма человека.

Навыки: использования анатомических знаний в физкультурно-оздоровительной работе с различным контингентом.

Безопасность жизнедеятельности, школьный курс

Знания: понятийно-терминологический аппарат в области безопасности; классификацию и характеристику основных опасностей, возникающих в повседневной жизни и правила безопасного поведения; принципы оказания первой помощи.

Умения: идентифицировать основные опасности и риски среды обитания человека.

Навыки: первой медицинской помощи при травмах с использованием подручных средств

2.3. Требования к результатам освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол»

Освоение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций

Индикаторы достижения установленных универсальных компетенций

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	**Код и наименование универсальной компетенции выпускника**	**Индикаторы достижения универсальной компетенции**
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИДК.УК-7_1- определяет должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности ИДК.УК-7_2- планирует виды деятельности и их продолжительность на основе здоровьесберегающей концепции ИДК.УК-7_3- изучает способы достижения оптимального уровня физической подготовленности и использует их для коррекции изменений при необходимости

2.4. Характеристика профессиональной деятельности выпускника

2.4.1. При реализации дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» **в структуре** основной образовательной программы высшего образования по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия направленности 02 Здравоохранение (в сфере клинической лабораторной диагностики направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний) выпускники готовятся к профессиональной деятельности, направленной на научно-практическое обеспечение медицинской помощи населению в области медицинской биохимии.

2.4.2 Задачи профессиональной деятельности выпускников

В рамках освоения ООП ВО выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- медицинский,
- организационно-управленческий.

2.4.3. Виды профессиональной деятельности, на основе формируемых при реализации дисциплины (модуля) компетенций:

- выполнение клинических лабораторных исследований;
- оказание экстренной медицинской помощи. реабилитация;
- аналитическое обеспечение проведения клинических лабораторных исследований;
- организация проведения клинических лабораторных исследований;

3. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

3.1. Объем дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» и виды учебной работы

Вид учебной работы		**Всего часов/ зачетных единиц**	**Семестры**					
			№ 1	**№ 2**	**№ 3**	**№ 4**	**№ 5**	**№ 6**
			часов	**часов**	**часов**	**часов**	**часов**	**часов**
1		2	3	4	5	6	7	8
Аудиторные занятия (всего), в том числе:		328	54	54	54	54	54	58
Практические занятия (ПЗ),		216	36	36	36	36	36	36
Самостоятельная работа студента (СРС) в том числе:		112	18	18	18	18	18	22
Подготовка к занятиям (ПЗ)		24	4	4	4	4	4	4
Подготовка к текущему контролю (ПТК))		50	8	8	8	8	8	10
Подготовка к промежуточной аттестации (ППА)		38	6	6	6	6	6	8
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	-	-	З-	-	З	-	З
	экзамен (Э)	-	-	-	-	-	-	-

ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	328	54	54	54	54	54	58
	ЗЕТ		-	-	-	-	-	-

3.2.1 Разделы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» и компетенции, которые должны быть освоены при их освоении

№	№ компетенции	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов
1	2	3	4
1.	УК-7	**Общая физическая подготовка (ОФП)**	Воспитание физических качеств: выносливости (общей и специальной), скорости, гибкости, силы, координации).
2.	УК-7	**Специальная физическая подготовка (СФП)**	История игры в баскетбол. Остановка прыжком и остановка двумя шагами. Повороты вперёд, назад после остановки прыжком. Повороты вперёд, назад после остановки двумя ногами. Техника передвижений в защитной стойке. Краткие правила игры в баскетбол. Остановка прыжком и остановка двумя шагами. Повороты вперёд, назад после остановки прыжком. Повороты вперёд, назад после остановки двумя ногами. Техника передвижений в защитной стойке. Развитие координационных способностей. Тактика игры в защите и нападении.

3.2.2. Разделы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол», виды учебной деятельности и формы контроля

№	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	1	Общая физическая подготовка (ОФП)			14	9	23	Учебно-контрольные нормативы (УКН) Творческое задание
2.	1	Специальная физическая подготовка (СФП)			22	9	31	Учебно-контрольные нормативы (УКН) Творческое задание
3.	2	Общая физическая подготовка (ОФП)			16	9	25	Учебно-контрольные нормативы (УКН)
4.	2	Специальная физическая подготовка (СФП)			20	9	29	Учебно-контрольные нормативы (УКН) Ситуационная задача Творческое задание

5.	3	Общая физическая подготовка (ОФП)			14	9	23	Учебно-контрольные нормативы (УКН)
6.	3	Специальная физическая подготовка (СФП)			22	9	31	Учебно-контрольные нормативы (УКН) Творческое задание Ситуационная задача
7.	4	Общая физическая подготовка (ОФП)			16	9	25	Учебно-контрольные нормативы (УКН)
8.	4	Специальная физическая подготовка (СФП)			20	9	29	Учебно-контрольные нормативы (УКН) Ситуационная задача Творческое задание
9.	5	Общая физическая подготовка (ОФП)			14	9	23	Учебно-контрольные нормативы (УКН)
10.	5	Специальная физическая подготовка (СФП)			22	9	31	Учебно-контрольные нормативы (УКН) Творческое задание Ситуационная задача
11.	6	Общая физическая подготовка (ОФП)			16	10	26	Учебно-контрольные нормативы (УКН)
12.	6	Специальная физическая подготовка (СФП)			20	12	32	Тестирование Учебно-контрольные нормативы (УКН) Творческое задание. Ситуационная задача
ИТОГО:					**216**	**112**	**328**	

3.2.3. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол»

В соответствии с рабочим учебным планом по программе специалитета 30.05.01 Медицинская биохимия 02 Здравоохранение (в сферах: клинической лабораторной диагностики) лекционный курс не предусмотрен.

3.2.4. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол»

п/№	**Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля)**	**Часы**
1	2	3
1 семестр		
1.	Баскетбол. История игры в баскетбол. Остановка прыжком и остановка двумя шагами. Повороты вперёд, назад после остановки прыжком. Повороты вперёд, назад после остановки двумя ногами. Техника передвижений в защитной стойке.	2
2.	Баскетбол. УКН ОФП: 1) челночный бег 3х10 м (сек), 2) сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз).	2
3.	Баскетбол. Краткие правила игры в баскетбол. Остановка прыжком и остановка двумя шагами. Повороты вперёд, назад после остановки прыжком. Повороты вперёд, назад после остановки двумя ногами. Техника передвижений в защитной стойке. Развитие координационных способностей.	4
4.	Баскетбол. УКН СФП: передвижение в защитной стойке на время.	2
5.	Баскетбол. Прыжок толчком одной ногой и двумя ногами. Передача мяча двумя	4

	руками на месте и в движении различными способами: сверху, от плеча (и с отскоком), от груди (и с отскоком), снизу (и с отскоком), в прыжке, на одном уровне. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении различными способами: в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Развитие прыгучести.	
6.	Баскетбол. Прыжок толчком одной ногой и двумя ногами. Ловля мяча одной рукой на месте и в движении различными способами: в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Передача мяча одной рукой на месте и в движении различными способами: сверху, от головы, от плеча (с отскоком), с боку (с отскоком), снизу (с отскоком), в прыжке, встречная, поступательная, на одном уровне. Развитие силовых способностей.	4
7.	Баскетбол. УКН: передачи мяча на время и точность.	2
8.	Баскетбол. Учебная игра.	2
9.	Баскетбол. Ведение мяча на месте различными способами: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем, без зрительного контроля.	2
10.	Баскетбол. УКН ОФП: 1) прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин, 2) наклон вперёд из положения сед ноги прямые шире плеч (см).	2
11.	Баскетбол. Ведение мяча по прямой различными способами: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем, без зрительного контроля. Развитие выносливости.	4
12.	Баскетбол. Ведение мяча по дугам, по кругам, зигзагом. Развитие гибкости.	4
13.	Баскетбол. УКН СФП: скоростное ведение.	2
	Итого часов в семестре	**36**
2 семестр		
14.	Баскетбол. Обводка соперника с изменением высоты отскока, изменением направления, изменением скорости.	2
15.	Баскетбол. УКН ОФП: поднимание туловища (сед) из положения, лёжа на спине, руки за головой (кол-во раз).	2
16.	Баскетбол. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча, с переводом мяча под ногой, с переводом мяча за спиной. Обводка соперника с использованием нескольких приёмов подряд (сочетание). Развитие координационных способностей.	4
17.	Баскетбол. УКН ОФП: прыжок в длину с места.	2
18.	Баскетбол. Броски в корзину двумя руками сверху, двумя руками от груди, двумя руками с отскоком от щита. Развитие гибкости.	4
19.	Баскетбол. Броски в корзину двумя руками и одной рукой прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту. Штрафной бросок. Развитие силовых способностей.	4
20.	Баскетбол. УКН СФП: штрафной бросок.	2
21.	Баскетбол. Учебная игра.	2
22.	Баскетбол. Броски в корзину одной рукой сверху, одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от щита.	2
23.	Баскетбол. УКН ОФП: бег 100 метров (сек).	2
24.	Баскетбол. Броски в корзину двумя руками ближние, средние, дальние. Развитие выносливости.	4
25.	Баскетбол. УКН СФП: броски с дистанции.	2

26.	Баскетбол. Броски в корзину одной рукой ближние, средние, дальние. Развитие прыгучести.	4
	Итого часов в семестре	**36**
	3 семестр	
27.	Баскетбол. Бросок из-под кольца крюком. Бросок в кольцо двумя шагами после ведения. Развитие координационных способностей.	4
28.	Баскетбол. УКН ОФП: 1) челночный бег 3х10 м (сек), 2) сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз).	2
29.	Баскетбол. Взаимодействия с заслонами (внутренний, наружный, боковой). Развитие быстроты.	4
30.	Баскетбол. Учебная игра.	2
31.	Баскетбол. УКН СФП: передвижение в защитной стойке на время.	2
32.	Баскетбол. Взаимодействия с заслонами (обратный, задний, двойной). Развитие выносливости.	4
33.	Баскетбол. Выход для получения мяча**.** Выход для овладения отскоком мяча. Развитие гибкости.	4
34.	Баскетбол. Учебная игра.	2
35.	Баскетбол. УКН СФП: передачи мяча на время и точность.	2
36.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков «передай мяч и выходи». Развитие силовых способностей.	4
37.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков «двойка».	2
38.	Баскетбол. УКН ОФП: 1) прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин, 2) наклон вперёд из положения сед ноги прямые шире плеч (см).	2
39.	Баскетбол. Учебная игра.	2
40.	Баскетбол. УКН СФП: скоростное ведение.	2
	Итого часов в семестре	**36**
	4 семестр	
41.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «тройка»	2
42.	Баскетбол. УКН ОФП: поднимание туловища (сед) из положения, лёжа на спине, руки за головой (кол-во раз).	2
43.	Баскетбол. Тактика защиты против «тройки». Развитие выносливости.	4
44.	Баскетбол. УКН ОФП: прыжок в длину с места.	2
45.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «малая восьмёрка». Развитие силовых способностей.	4
46.	Баскетбол. Тактика защиты против «малой восьмёрки». Развитие координационных способностей.	4
47.	Баскетбол. Учебная игра.	2
48.	Баскетбол. УКН: штрафной бросок.	2
49.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «скрестный выход». Развитие быстроты.	4
50.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «сдвоенный заслон» и «наведение на двух игроков».	2
51.	Баскетбол. УКН ОФП: бег 100 метров (сек).	2
52.	Баскетбол. Тактика защиты против скрестного выхода. Тактика защиты против сдвоенного заслона. Развитие гибкости.	4

53.	Баскетбол. УКН СФП: броски с дистанции.	2
54.	Баскетбол. Раннее нападение	4
	Итого часов в семестре	**36**
	5 семестр	
55.	Баскетбол. Система зонной защиты.	2
56.	Баскетбол. УКН ОФП: 1) челночный бег 3х10 м (сек), 2) сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз).	2
57.	Баскетбол. Нападение против зонной системы защиты. Развитие выносливости.	4
58.	Баскетбол. УКН СФП: передвижение в защитной стойке на время.	2
59.	Баскетбол. Система личной защиты. Развитие силовых способностей.	4
60.	Баскетбол. Нападение против личного прессинга. Развитие гибкости.	4
61.	Баскетбол. Система личного прессинга. Развитие быстроты.	4
62.	Баскетбол. УКН СФП: передачи мяча на время и точность.	2
63.	Баскетбол. Учебная игра.	2
64.	Баскетбол. Нападение быстрым прорывом.	2
65.	Баскетбол. УКН ОФП: 1) прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин, 2) наклон вперёд из положения сед ноги прямые шире плеч (см).	2
66.	Баскетбол. Раннее нападение. Развитие координационных способностей.	4
67.	Баскетбол. УКН СФП: скоростное ведение.	2
	Итого часов в семестре	**36**
	6 семестр	
68.	Баскетбол. Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «треугольник»	2
69.	Баскетбол. УКН ОФП: поднимание туловища (сед) из положения, лёжа на спине, руки за головой (кол-во раз).	2
70.	Баскетбол. Система смешанной защиты.	2
71.	Баскетбол. Учебная игра. Развитие выносливости.	4
72.	Баскетбол. УКН ОФП: прыжок в длину с места.	2
73.	Баскетбол. Стремительное нападение. Развитие координационных способностей.	4
74.	Баскетбол. Противодействие розыгрышу мяча. Развитие силовых способностей.	4
75.	Баскетбол. УКН СФП: штрафной бросок.	2
76.	Баскетбол. Система нападения через центрового.	2
77.	Баскетбол. УКН ОФП: бег 100 метров (сек).	2
78.	Баскетбол. Система зонного прессинга. Развитие быстроты.	4
79.	Баскетбол. УКН СФП: броски с дистанции.	2
80.	Баскетбол. Игра в большинстве. Игра в меньшинстве.	2
81.	Тестирование.	2
	Итого часов в семестре	**36**
	Итого часов	**216**

3.2.5. Лабораторный практикум

В соответствии с рабочим учебным планом по программе специалитета 30.05.01 Медицинская биохимия, 02 Здравоохранение (в сферах: клинической лабораторной диагностики) лабораторный практикум не предусмотрен.

3.3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОУЧАЮЩЕГОСЯ

3.3.1. Виды СР

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4
1семестр			
1	1. Оценка физического развития человека 2. Оценка функционального состояния человека	Изучение основной и дополнительной литературы Дневник самоконтроля, заполнение таблиц, подготовка к занятиям	18
		Итого часов в семестре	18
2 семестр			
2	1. Оценка физического развития человека 2. Оценка функционального состояния человека 3. Двигательные системы	Изучение основной и дополнительной литературы. Дневник самоконтроля, заполнение таблиц, подготовка к занятиям, подготовка творческого задания презентация	18
		Итого часов в семестре	**18**
3 семестр			
3	1. Методика экспресс-анализа переносимости нагрузки 2. Дыхательные системы	Изучение основной и дополнительной литературы. Дневник самоконтроля, заполнение таблиц, подготовка к занятиям, подготовка творческого задания презентация	18
		Итого часов в семестре	**18**
4 семестр			
4	1. Оценка физического развития человека 2. Оценка функционального состояния человека 3. Оздоровительные системы	Изучение основной и дополнительной литературы. Дневник самоконтроля, заполнение таблиц, подготовка к занятиям, подготовка творческого задания презентация	18
		Итого часов в семестре	**18**
5 семестр			
5	1. Оценка физического развития человека 2. Оценка функционального состояния человека 3. Двигательные системы	Дневник самоконтроля, заполнение таблиц, подготовка к занятиям, подготовка творческого задания презентация	18
		Итого часов в семестре	**18**
6 семестр			

	1. Оценка физического развития человека (1-6 семестр) 2. Оценка функционального состояния человека(1-6 семестр)	Изучение основной и дополнительной литературы. Дневник самоконтроля, заполнение таблиц, подготовка к занятиям, подготовка к итоговому тестированию	22
		Итого часов в семестре	**22**
		Итого	**112**

3.3.2. Примерная тематика рефератов, курсовых работ

3.3.3. Контрольные вопросы к зачету
Приложение 1

3.4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.4.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	№ семестра	Виды контроля	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Оценочные средства		
				Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6	7
1.	**1**	ТК	Общая физическая подготовка (ОФП)	Учебно-контрольные нормативы по общей физической подготовке	4 норматива	Приложение 4 (1,3,5,6)
				Творческое задание	2 задания	Приложение 2, п.п.1,2
2.	**1**	ТК	Специальная физическая подготовка (СФП)	Учебно-контрольные нормативы по специальной физической подготовке	3 норматива	Приложение 5 (1,2,3)
				Творческое задание	1 задание	Приложение 2, п.3
3.	2	ТК	Общая физическая подготовка (ОФП)	Учебно-контрольные нормативы по общей физической подготовке	3 норматива	Приложение 4 (2,4,7)
4.	2	ПА	Специальная физическая подготовка (СФП)	Учебно-контрольные нормативы по специальной физической подготовке	2 норматива	Приложение 5 (4,5)

				Творческое задание	1 задания	Приложение 2, п.5
				Ситуационная задача	1 задача	Приложение 3, задача № 1
5.	3	ТК	Общая физическая подготовка (ОФП)	Учебно-контрольные нормативы по общей физической подготовке	4 норматива	Приложение 4 (1,3,5,6)
6.	3	ТК	Специальная физическая подготовка (СФП)	Учебно-контрольные нормативы по специальной физической подготовке	3 норматива	Приложение 5 (1,2,3)
				Творческое задание	3 задания	Приложение 2, п.4 (1-3)
				Ситуационная задача	1задача	Приложение 3, задача № 2
7.	4	ТК	Общая физическая подготовка (ОФП)	Учебно-контрольные нормативы по общей физической подготовке	3 норматив	Приложение 4 (2,4,7)
8.	4	ПА	Специальная физическая подготовка (СФП)	Учебно-контрольные нормативы по специальной физической подготовке	2 норматива	Приложение 5 (4,5)
				Творческое задание	3 задания	Приложение 2, п. 4 (4-6)
				Ситуационная задача	1 задача	Приложение 3, Задача

						№ 3
9.	5	ТК	Общая физическая подготовка (ОФП)	Учебно-контрольные нормативы по общей физической подготовке	4 норматива	Приложение 4 (1,3,5,6)
10.	5	ТК	Специальная физическая подготовка (СФП)	Учебно-контрольные нормативы по специальной физической подготовке	3 норматива	Приложение 5 (1,2,3)
				Творческое задание	3 задания	Приложение 2, п.5,6
				Ситуационная задача	1 задача	Приложение 3, задача № 4
11.	6	ПА	Общая физическая подготовка (ОФП)	Учебно-контрольные нормативы по общей физической подготовке	3 норматив	Приложение 4 (2,4,7)
12.	6	ПА	Специальная физическая подготовка (СФП)	Учебно-контрольные нормативы по специальной физической подготовке	2 норматива	Приложение 5 (4,5)
				Творческое задание	1 задание	Приложение 2, п.7
				Ситуационная задача	1задача	Приложение 3, задача № 5
				Тестирование	30 вопросов	Приложение 1

3.4.2.Примеры оценочных средств:

для текущего контроля (ТК)	Учебно-контрольные нормативы для определения общей физической подготовленности студентов. Учебно-контрольные нормативы для определения специальной физической подготовленности.
	Творческое задание: 1.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие силовых способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов 2.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие выносливости при занятиях баскетболом из 10 элементов. 3.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие быстроты при занятиях баскетболом из 10 элементов. 4.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие координационных способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов. 5. Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие гибкости при занятиях баскетболом из 10 элементов.
для промежуточной аттестации (ПА)	Учебно-контрольные нормативы для определения общей физической подготовленности студентов. Учебно-контрольные нормативы для определения специальной физической подготовленности.
	Творческое задание: 1.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие силовых способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов 2.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие выносливости при занятиях баскетболом из 10 элементов. 3.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие быстроты при занятиях баскетболом из 10 элементов. 4.Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие координационных способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов. 5. Составить и продемонстрировать комплекс специальных физических упражнений на развитие гибкости при занятиях баскетболом из 10 элементов.

3.5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ. БАСКЕТБОЛ».

3.5.1. Основная литература

n/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1.	Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для вузов	А. А. Зайцев [и др.]; под общей редакцией А. А. Зайцева.	2-е изд., перераб, и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — С. 9 — 71 — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/447870/p.9-71	Неогр.д.
2.	Легкая атлетика: техника и методика тренировки: учебно-методическое пособие	В. О. Морозов; научный редактор А. В. Кирьякова.	2-е изд., стер. — Москва: ФЛИНТА, 2020. — 119 с. — ISBN 978-5-9765-4425-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/142301 (дата обращения: 09.08.2020). — Режим доступа: для автора из. пользователей.	Неограниченный доступ
3.	Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие (электронный ресурс)	В. Б. Рубанович	3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/471347	Неограниченно

3.5.2. Дополнительная литература

n/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1.	Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов (электронный ресурс)	И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко	2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 146 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11118-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/475804	Неограниченно
2.	Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов (электронный ресурс)	М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова.	2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 110 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11767-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476188	Неограниченно
3.	Гигиена	Е. А.	Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 308 с. —	Неограниченн

	физической культуры и спорта: учебник для вузов	Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев; под редакцией Е. А. Стеблецова.	(Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/477309	о
4.	Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов	В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина	Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/477118	Неограниченно
5.	Развитие цифровой экономики в России. (электронный ресурс)	Программа до 2035 года. [Электронный ресурс]	http://innclub.info/wpcontent/uploads/2017/05/strategy.pdf	Неограниченно
6.	Цифровые инструменты и сервисы в работе педагога.	С.В Панюкова	Учебно-методическое пособие. – М: Изд-во «Про-Пресс», 2020. – 33 с.	Неограниченно
7.	Цифровая трансформация отрасли «физическая культура и спорт»: теория, практика, подготовка кадров	Под ред. М.А. Новоселова. - М.: РГУФКСМиТ, 2021. 156 с.	: материалы Межрегионального круглого стола, 22 апреля 2021 года /	Неограниченно
8.	Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов (электронный ресурс)	И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко	2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 146 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11118-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/475804	Неограниченно

3.5.3 Интернет-ресурсы.

1. ЭБС «Консультант студента» http://studmedlib.ru
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. ЭБС «Юрайт» http://www.biblio-online.ru;
4. Электронные каталоги библиотеки ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России
5. ТГМУhttp://lib.vgmu.ru/catalog/
6. Медицинская литература http://www.medbook.net.ru/
7. Электронно-библиотечная система elibrary (подписка) http:// http://elibrary.ru/
8. Medline with Full Text http://web.b.ebscohost.com/
9. БД «Статистические издания России» http://online.eastview.com/

3.6. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины (модуля)

На кафедре имеются 3 спортивных зала, 2 раздевалки, кабинет заведующего, 1 преподавательская, 2 тренерских, кабинет материально ответственного, инвентарная.

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа № 56-001 1. Персональный компьютер DNS Porte – 1 шт. 2. Проектор SONY VPL-EX276 - 1 шт. 3. Экран Lumien - 1 шт. 4. Комплект учебной мебели на 72 посадочных места.	690002, Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 4, (56-001)
Спортивный зал для проведения практических занятий № 31-013 1.Скамейка гимнастическая, 2 м –4 шт. 2.Скамья деревянная - 6 шт. 3.Ворота м/ф 2*3, разборные, облегченные, профиль 80*40 мм, с сеткой м/ф – 1 шт. 4.Вышка судейская - 1 шт. 5.Кольцо баскетбольное амортизационное - 2 шт. 6.Кольцо баскетбольное d-450 мм -4 шт. 7.Стенка гимнастическая, 3,2*1,0 – 9 шт. 8.Стойка Баскетбольная универсальная со стаканами, механизм натяжения, пара - 1 шт, 9.Щит баскетбольный игровой, 10 мм, цельн. (180*105 см) - 2 шт 10.Набор воланчиков – 17 шт 11.Скакалка - 20 шт, 12.Ракетка для бадминтона – 40 шт. 13.Судейский столик - 5 шт. 14.Сетка для тенниса -1шт. 15.Набор для настольного тенниса Clory-20 шт. 16.Сетка б/б Д 5 мм комплект из 2-х штук-2 шт 17. Сетка для настольного тенниса с креплениями-6 шт. 18.Сетка м/ф-1 шт	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-013)
Спортивный зал для проведения практических занятий № 31-016 1.Ковер для самбо - 1 шт. 2.Стол для настольного тенниса - 3 шт. 3.Ограждение – 3 шт. 4.Магнитола «Samsung»-1шт. 5.Мячи для настольного тенниса набор(6шт.)-17шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-016)
Спортивный зал для проведения практических занятий № 31-001 1.Беговая дорожка Housfit-1ш, 2.Велоэргометр-1шт, 3.Стойка для приседания -1шт 4.Тренажер “Topneo” athletic-1 шт, 5.Тренажер имитации лыжного бега BODY”-1ш, 6.Штанга - 4 шт, 7.Штанга для аэробики- 10шт., 8.Скамья для жима горизонтальная – 1шт., 9.Гриф олимпийский L2200мм усиленный до 600 кг – 1шт. 10.Балансировочная доска Aerofit-20 шт., 11.Степ платформа Aerofit-20 шт	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-001)

12.Стойка для гантелий-1шт., 13.Стойка для гимнастических палок-1 шт., 14.Гантели обрезиненные вес 0,5кг- 10 шт., 15.Гантели обрезиненные вес 2кг- 10 шт., 16.Гантели обрезиненные вес 1кг- 10 шт., 17.Гантели обрезиненные вес 3кг- 10 шт. 18.Зеркала - 5 шт. 19.Стенка гимнастическая, 3,2*1 ,0- 3шт. 20.Велотренажер DH-8953-3шт 21.Балансировочный диск REEBOK-6шт. 22.Гантели-97шт. 23.Гимнастический коврик универсальный – 40шт. 24.Гриф штанги-6шт. 25.Кольцо для пилатес,TORRES-9шт. 26.Мяч для пилатес 2кг.-5шт. 27.Мяч для пилатес 3кг REEBOK-4шт. 28. Набор ленточных эспандеров, REEBOK-5 шт 29. Полка навесная- 1 шт 30. Упор для отжимания-1 шт	
Спортивный зал для проведения практических занятий № 31-002 3.Гимнастическая палка вес 3 кг - 10 шт. 4.Гимнастическая палка вес 4 кг - 10 шт. 5.Гимнастическая палка вес 5 кг - 5 шт. 6.Медицинский мяч 1 кг – 10 шт. 7.Медицинский мяч 2 кг – 7 шт. 8.Медицинский мяч 3 кг – 7 шт. 9.Гимнастический мяч – 25 шт. 10.Зеркала - 4 шт. 11.Обруч стальной утяжеленный 90см 1050г - 20 шт. 12.Стол письменный - 2 шт. 13.Мини-штанга-3шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-002)
Специальное помещения для занятий шахматами № 31-013 1.Стол письменный - 2 шт. 2.Часы шахматные.-1 шт 3. Шахматы с доской – 3 шт	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-013)
Специальное помещение (раздевалка) № 1 1.Скамейка гимнастическая, 2м – 2 шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-001) (№ 1)
Специальное помещение (раздевалка) № 2 1.Скамейка гимнастическая, 2м – 2 шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-001) (№ 2)
Специальное помещение (раздевалка) № 1 1.Скамейка гимнастическая, 2м –2 шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-013) (№ 1)
Специальное помещение (раздевалка) № 2	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а,

1.Скамейка гимнастическая, 2м – 2 шт.	(31-013) (№ 2)
Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 31-001 1.Спирометр портативный СпиросС-100 - 1 шт. 2.Динамометр становый ДС-500 – 1 шт. 3.Динамометр ДК-100 – 1 шт. 4.Весы медицинские ВЭМ-150 – 1 шт. 5.Подставка – 4 шт. 6.Шкафы для приборов – 5 шт. 7.Видеокамера-1шт. 8.Динамометр кистовой ДК100-3шт 9.Мяч баскетбольный-30шт 10.Мяч Баскетбольный -24шт. 11.Мяч футбольный -5шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-001)
Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 31-013 1.Флаг – 15 шт.	690002 Приморский край, г. Владивосток, проспект Острякова 2а, (31-013)
Кабинет для самостоятельной работы студентов № 41-007 1.Комплект учебной мебели на 10 посадочных мест. 2. Персональные компьютеры (Моноблоки) «Lenovo Think Centre All-In-One M92z 23 - 10 шт. 3. Подключение к сети «Интернет» с доступом в электронно-образовательную среду ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.	690002, Приморский край, г. Владивосток, Океанский проспект 163, (41-007)

3.7 Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), информационно-справочных систем, лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Polycom Telepresence M100 Desktop Conferencing Application (ВКС)
2. SunRav Software tTester
3. 7-PDF Split & Merge
4. ABBYY FineReader
5. Kaspersky Endpoint Security
6. Система онлайн-тестирования INDIGO
7. Microsoft Windows 7
8. Microsoft Office Pro Plus 2013
9. 1С:Университет
10. Гарант
11. MOODLE (модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда)

3.8. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при реализации дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорт. Баскетбол» 45% интерактивных занятий от объема аудиторных занятий.

3.9. Разделы дисциплины (модуля) и междисциплинарные связи с последующими

дисциплинами

п/№	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин	
		8 семестр	8 семестр
		ОФП	СФП
1	Безопасность жизнедеятельности	+	+

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):

Реализация дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» осуществляется в соответствии с учебным планом в виде аудиторных занятий (328 час.), включающих практические занятия, и самостоятельную работу (112час.). Основное учебное время выделяется на практическую работу по повышение уровня функциональных и двигательных способностей, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение в ней личного опыта, формированием устойчивого мотивационно - ценностного отношения к физкультурно-спортивной деятельности. В том числе с использованием IT- технологий: цифровые онлайн-сервисы, мобильные приложения, социальные сети для поддержания должного уровня физической подготовленности, сохранения и укрепления здоровья.

При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» необходимо использовать двигательную активность и принципы здорового образа жизни, в том числе IT- технологии: цифровые онлайн-сервисы, мобильные приложения, социальные сети и освоить практические навыки применения физических упражнений; навыки формирования у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление здоровья.

Практические занятия проводятся в виде контактной работы с демонстрацией практических навыков и умений с использованием имитационных технологий, наглядных пособий, тестирования, подготовки и выполнении творческих заданий, в том числе с использованием IT- технологий.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО при реализации дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» используются активные и интерактивные формы проведения занятий (работа в малых группах, выполнение творческих заданий, учебно-тренировочных заданий, самооценка здоровья, ведение дневника и др.). Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет не менее 45% от аудиторных занятий.

Самостоятельная работа студентов подразумевает, оценку физической подготовленности, оценку функционального состояния, заполнение «Дневника самоконтроля» с последующим анализом.

Включает работу с ЭОР ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, а также работу с информационными источниками и учебной литературой, что рассматривается как самостоятельная деятельность обучающихся по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СР). Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам Университета.

По каждому разделу дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» разработаны методические указания для студентов «Методические указания по подготовке к практическому занятию для студентов», «Методические указания по подготовке к самостоятельной работе студентов» и методические рекомендации для преподавателей «Методические указания по подготовке к практическому занятию для преподавателей».

При освоении учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» обучающиеся под руководством преподавателя изучают: влияние двигательной активности на организм человека, средства и методы игры в Баскетбол, так же выполняют разнообразные физические упражнения, составляют комплексы общеразвивающих упражнений с элементами Баскетбола, решают ситуационные задачи, заполняют обучающие таблицы, оформляют дневник самоконтроля.

Обучение в группе формирует навыки командной деятельности и коммуникабельность.

Освоение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» способствует развитию у обучающихся коммуникативных навыков на разных уровнях для решения задач, соответствующих типу профессиональной деятельности, направленных на объект профессиональной деятельности на основе формирования соответствующих компетенций. Обеспечивает выполнение трудовых действий в рамках трудовых функций профессионального стандарта 02.018 «Врач-биохимик».

Текущий контроль освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол» определяется при активном и/или интерактивном взаимодействии обучающихся и преподавателя во время контактной работы, при демонстрации практических навыков и умений, творческих заданий, тестировании, решении ситуационных задач, кейсов, предусмотренных формируемыми компетенциями реализуемой дисциплины.

Промежуточная аттестация проводится в форме, предусмотренной учебным планом с использованием тестового контроля, контрольных вопросов при собеседовании, демонстрации практических умений и навыков.

5. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

5.1.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

5.1.2. Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

5.1.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

5.1.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

Приложение 1

Контрольные вопросы к зачету по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол

	Код	Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
Т		***Баскетбол*** 1. В каком году был изобретён баскетбол: а) *1891 б) 1900 в) 1918 2. Кто изобрёл баскетбол: а) Чемберлен б) *Нейсмит в) Коннолли 3. Когда была создана Международная федерация баскетбола: а) 21 июня 1940 года б) 5 декабря 1955 года в) *18 июня 1932 года 4. Где и когда впервые был организован показательный турнир по баскетболу: а) *III О..И. в Сент-Луисе б) I О.И. в Афинах в) VIII О.И. в Париже 5. Когда впервые был организован показательный турнир по баскетболу: а) 1924 год б) 1896 год в) *1904 год

Краткие методические указания

Тестовые вопросы позволяют проверить знания студента по дисциплине. При поиске ответов на вопросы рекомендована основная и дополнительная литература (список литературы представлен в рабочей программе дисциплины).

Шкала оценивания

Оценка	Баллы	Описание
отлично	12	более 80% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня
хорошо	8	70-79% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня
удовлетворительно	4	55-69% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня
неудовлетворительно	1	менее 55% правильных ответов на тестовые задания каждого уровня

Ситуационные задачи

Ситуационная задача по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 1.

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: При обследовании группы спортсменов 16—20 лет у 45% из них выявлено плоскостопие.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Объясните причину возникновения плоскостопия.
В	2	Вопрос к задаче: 2. Укажите сроки окостенения предплюсны и плюсны, а также меры, предупреждающие патологическую адаптацию сводов стопы

Оценочный лист
к ситуационной задаче по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 1.

Вид	**Код**	**Текст компетенции / названия трудовой функции /**

		названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: При обследовании группы баскетболистов 16-20 лет у 45% из них выявлено плоскостопие.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Перечислите возможные причины возникновения плоскостопия.
Э		Правильный ответ**: 1) Гипермобильность связок и суставов.** Обычно гипермобильность впервые проявляется именно в подростковом возрасте, причем чаще – у девочек. Визуально выглядит как превышение объема движений в суставах в сравнении с ровесниками. Как правило, бывает связана с наследственным дефектом коллагена, из-за чего происходит гиперрастяжимость и уменьшение прочности связок и сухожилий. И, как следствие, перерастяжение испытывают и связки, поддерживающие свод, и в результате стопа уплощается. 2)**Неправильный рацион.** Избыточная эластичность связок и ослабление мышц сводов стопы может происходить из-за недостатка витаминов и микроэлементов в рационе подростка. 3) **Быстрый рост.** Нога у школьника, порой, растет со скоростью 1-2 размера в год. Такой активный рост отражается на функциональном состоянии ОДА. Если мышцы и связки, к примеру, не успевают за ростом костей, идет системное нарушение биомеханики стопы и последующая деформация. 4) **Спортивные нагрузки.** Баскетбол вид спорта с ударной нагрузкой на суставы и связки, что приводит к хроническим микротравмам, деформациям, провоцируя, в том числе плоскостопие. **5) Избыточный вес.** Неблагоприятно влияет на мышечно-связочный аппарат и лишний вес – проблема, которая все чаще диагностируется у нового поколения.

		Статическая нагрузка также вызывает уплощение стопы. **6) Ношение неправильной обуви.**
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
В	2	Вопрос к задаче: 2. Укажите сроки окостенения предплюсны и плюсны, а также меры, предупреждающие патологическую адаптацию сводов стопы
Э	-	Правильный ответ на вопрос: Развитие костей предплюсны происходит довольно рано. Ядра окостенения в пяточной, таранной, кубовидной костях появляются еще в утробном периоде. В клиновидных костях они возникают в 1-3-4 года, в ладьевидной – в 4,5 года. В 12–16 лет заканчивается окостенение пяточной кости. Кости плюсны окостеневают позже костей предплюсны, в возрасте 3–6 лет. Окостенение фаланг стопы происходит на третьем-четвертом году жизни. Окончательное окостенение плюсневых костей – к 17–21 у мужчин и к 14–19 у женщин; фаланг – к 15–21 у мужчин и к 13–17 годам у женщин. С 7 лет ноги растут быстрее у мальчиков. Наибольшее отношение длины ноги к туловищу достигается у мальчиков к 15 годам, у девочек – к 13 годам. Стопа человека образует свод, который опирается на пяточную кость и передние концы плюсневых костей. Общий свод стопы составляют продольный и поперечный своды. Формирование свода стопы у людей произошло как результат прямохождения. Правильному формированию сводов стоп способствует качественная, рациональная обувь: на каблучке 2 – 3 см, занимающем около трети подошвы по длине; с плотным, достаточно высоким задником, гибкой подошвой и просторным носиком. Детская обувь, как правило, имеет встроенный супинатор, который обеспечивает амортизацию; способствует, благодаря своей эластичности, оттоку венозной крови и улучшению питания тканей. Подбирать обувь необходимо по размеру: тесная и излишне свободная, она вредно сказывается на рессорных свойствах стопы. Подошва и каблук должны быть из материалов, амортизирующих толчки. Хождение босиком по неровной поверхности, зарядка для стоп,

		плавание, езда на велосипеде – это те меры, которые способствуют формированию сводов стоп, а, значит, препятствуют развитию плоскостопия.
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/ удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
О	Итоговая оценка	Выводится средняя оценка по результатам ответов на предложенные вопросы
А	Ф.И.О. автора-составителя	Степанова Ирина Сергеевна, доцент кафедры физической культуры и спорта

Ситуационная задача по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 2.

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: На занятия в баскетбольную секцию пришли два подростка. Тестированием выявлено, что первый отстает в биологическом созревании, а второй, биологически созревший.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Кому из двух подростков вы отдадите предпочтение при отборе для занятий баскетболом? Первому, который отстает в биологическом созревании, или второму, биологически созревшему, и почему?

Оценочный лист

к ситуационной задаче по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 2.

Вид	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: На занятия в баскетбольную секцию пришли два подростка. Тестированием выявлено, что первый отстает в биологическом созревании, а второй, биологически созревший.
В	1	Вопрос к задаче: Кому из двух подростков вы отдадите предпочтение при отборе для занятий баскетболом? Первому, который отстает в биологическом созревании, или второму, биологически созревшему, и почему?
Э	-	Правильный ответ**:** Предпочтение, если стоит выбор, следует отдать подростку, отстающему в биологическом созревании. Особое внимание следует уделять биологическому возрасту ребенка, так как разница в быстроте созревания может давать преимущество акселератам и ограничивать дорогу в большой спорт детям с несколько замедленным развитием (ретардантам), потенциально обладающим ничуть не меньшими способностями, а зачастую и большими. От степени биологической зрелости зависят темпы нарастания и абсолютные значения тотальных размеров тела (линейные размеры, поверхность, объем), а с ними и важнейшие морфологические и функциональные показатели деятельности организма: связь минутного и ударного объема сердца – с поверхностью тела; объем сердца – с ростом и весом и т. д. В многочисленных исследованиях установлено, что дети одного и того же паспортного возраста значительно различаются по биологической зрелости, а это оказывает большое влияние на уровень психологического и

		физического развития, двигательной и функциональной подготовленности. В настоящее время считают, что очень часто рост и развитие у акселератов заканчивается раньше, а у ретардантов продолжается значительно дольше. В результате конечная длина тела во взрослом состоянии у ретардантов может оказаться больше, чем у акселератов. Более медленное созревание мозга также приводит к лучшему его развитию и более высоким умственным способностям.
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
О	Итоговая оценка	Выводится средняя оценка по результатам ответов на предложенные вопросы
А	Ф.И.О. автора-составителя	Степанова Ирина Сергеевна, доцент кафедры физической культуры и спорта

Ситуационная задача по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 3.

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: Раздаётся свисток судьи после того, как мяч заброшен в корзину с игры.
В	1	Вопрос к задаче: Засчитываются ли в этом случае очки?

В	2	Вопрос к задаче: Можно ли производить замену или предоставить минутный перерыв?

Оценочный лист
к ситуационной задаче по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 3.

Вид	Код	Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: Раздаётся свисток судьи после того, как мяч заброшен в корзину с игры.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Засчитываются ли в этом случае очки?
Э	2	Правильный ответ: Да, засчитываются?
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/ удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
В	2	Вопрос к задаче: 2. Можно ли производить замену или предоставить минутный перерыв?
Э		Правильный ответ**.** Если свисток прозвучал после того как мяч заброшен в корзину с игры, то можно произвести замену и взять минутный перерыв.
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ

	удовлетворительно	для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
О	Итоговая оценка	Выводится средняя оценка по результатам ответов на предложенные вопросы
А	Ф.И.О. автора-составителя	Степанова Ирина Сергеевна, доцент кафедры физической культуры и спорта

Ситуационная задача по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 4.

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи. Во время игры игрок команды защиты получил фол на игроке команды нападения, который находился в фазе броска со средней дистанции. Мяч при этом попал в корзину.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Сколько очков за бросок получит игрок нападения и сколько штрафных назначит ему судья?
В	2	Вопрос к задаче: 2. Сколько игроков может располагаться по боковым линиям ограничительной зоны при выполнении штрафных бросков?

Оценочный лист
к ситуационной задаче по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 4.

Вид	**Код**	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия

К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: Во время игры игрок команды защиты получил фол на игроке команды нападения, который находился в фазе броска со средней дистанции. Мяч при этом попал в корзину.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Сколько очков за бросок получит игрок нападения и сколько штрафных назначит ему судья?
Э	-	Правильный ответ: забросок со средней дистанции игрок нападения получит 2 очка, а также возможность пробить один штрафной бросок, после забитого броска со средней дистанции.
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/ удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
В	2	Вопрос к задаче: 2. Сколько игроков может располагаться по боковым линиям ограничительной зоны при выполнении штрафных бросков?
Э	-	Правильный ответ на вопрос: Всего в площади штрафного броска могут находиться 6 игроков, включая выполняющего штрафные броски, по три игрока от каждой команды. По боковым линиям располагаются 5 игроков (3 игрока защиты и 2 игрока нападения)
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/ удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного

		учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
О	Итоговая оценка	Выводится средняя оценка по результатам ответов на предложенные вопросы
А	Ф.И.О. автора-составителя	Степанова Ирина Сергеевна, доцент кафедры физической культуры и спорта

Ситуационная задача по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 5.

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: Баскетболист выполняет бросок в кольцо одной рукой в прыжке.
В	1	Вопрос к задаче: 1. Какие основные мышцы, группы мышц будут задействованы при броске баскетбольного мяча в кольцо?

Оценочный лист
к ситуационной задаче по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре. Баскетбол» № 5.

Вид	**Код**	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	30.05.01	Медицинская биохимия
К	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Ф	А/05.7	Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории Трудовая функция Контроль выполнения находящегося в распоряжении

		медицинского персонала лаборатории требований охраны труда и санитарно-противоэпидемического режима
И		**ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**
У		Текст задачи: Баскетболист выполняет бросок в кольцо одной рукой в прыжке.
В	1	Вопрос к задаче. Какие основные мышцы, группы мышц будут задействованы при броске баскетбольного мяча в кольцо?
Э	-	Правильный ответ. 1) широчайшая мышца спины, 2) трапециевидная мышца, 3) мышцы-разгибатели кисти, 4) трехглавая мышца плеча, 5) мышцы-сгибатели кисти, 6) дельтовидная мышца, 7) икроножная мышца, 8) четырехглавая мышца бедра, 9) бицепс бедра, 10) большая ягодичная мышца, 11) мышца, выпрямляющая позвоночник. 12) прямая мышца живота.
Р2	Отлично	Демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делает правильные выводы, даёт правильный ответ на поставленный вопрос
Р1	Хорошо/ удовлетворительно	Для оценки «хорошо»: дан неточный ответ для оценки «удовлетворительно»: не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций
Р0	Неудовлетворительно	Демонстрирует существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по данному разделу; не способен аргументированно и последовательно его излагать свою точку зрения
О	Итоговая оценка	Выводится средняя оценка по результатам ответов на предложенные вопросы
А	Ф.И.О. автора-составителя	Степанова Ирина Сергеевна, доцент кафедры физической культуры и спорта

3.3. Чек-лист оценки практических навыков

Название практического навыка _поддержание и сохранение здоровья, составление комплекса физических упражнений оздоровительной направленности самоконтроля

С	31.05.01 Медицинская биохимия		
К	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
Ф	А/05.7 Организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала лаборатории		
	Действие	Проведено	Не проведено
1.	Способен осуществлять коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья	1 балл	-1 балл
2.	Демонстрирует понимание роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности	1 балл	-1 балла
3.	Способен осуществлять самоконтроль при выполнении физических нагрузок	1 балл	-1 балл
4.	Использует различные средства физической культуры для поддержания и сохранения здоровья	1 балл	-1 балл

5.	Умеет составлять комплекс физических упражнений оздоровительной направленности	1 балл	-1 балл
	Итого		

Приложение 2

Творческое задание

1. Задание по обзору Интернет-ресурсов: баскетбол.

Каталог Интернет-ресурсов представляет собой тематически подобранный студентом перечень Интернет-сайтов. В каталоге необходимо отразить:

- титульный лист;
- тему (параграф, вопрос и пр.);
- название сайта;
- электронный адрес и дату обращения к источнику;
- краткое содержание Интернет-сайта (перечень вопросов, на которые можно получить ответы по данной теме / дисциплине и пр.)

2.Задание по обзору периодической литературы и профессиональных изданий (библиографического списка) по баскетболу.

Результатом обзора периодической литературы является библиографический список.

Библиографический список – обязательный элемент любой научной работы – реферата, курсовой, дипломной работы, диссертации, монографии, обзора, научного отчета. Список включает литературу, используемую при подготовке текста: цитируемую, упоминаемую, а также имеющую непосредственное отношение к исследуемой теме или вопросу. Большое значение имеет правильное библиографическое описание документов и рациональный порядок расположения их в списке.

Библиографический список, по сути, представляет собой упорядоченные библиографические описания работ, выполненные в соответствии с государственными стандартами. Для составления библиографического списка используется краткое библиографическое описание, состоящее только из обязательных элементов – выходных данных источника.

Например:

Громова Л.А., Бавина П.А., Кондрашкин А.В. Управление проектированием образовательных программ в рамках требований федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования третьего поколения (опыт факультета управления РГПУ им. А.И. Герцена): Методическое пособие. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2010. – 104с.

3.Задания по составлению глоссария: по баскетболу.

В понятиях концентрируются накопленные знания. Таким образом, воспроизведение определений этих понятий приобретает характер первоначальной ориентации в предмете. По каждому модулю дисциплины в качестве обязательной формы самостоятельной работы предусмотрено составления глоссария. Результат этой работы может служить полезным информационным ориентиром в последующей практической деятельности.

Краткие методические указания

Требования к оформлению глоссария по теме:
- титульный лист;
- словарь терминов, относящихся к выбранной теме (не менее 5 терминов);
- приведены примеры, свидетельствующие об общем владении ситуацией.

4.Творческое задание по составлению комплекса физических упражнений (темы):

1. Составить комплекс специальных физических упражнений на развитие силовых способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов.
2. Составить комплекс физических упражнений на развитие выносливости при занятиях баскетболом из 10 элементов.
3. Составить комплекс физических упражнений на развитие скоростных способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов.
4. Составить комплекс физических упражнений на развитие координационных способностей при занятиях баскетболом из 10 элементов.
5. Составьте комплекс из 10 упражнений на развитие гибкости.
6. Составьте комплекс из 10 упражнений на развитие прыгучести.

5.Оцените работу своих основных функциональных систем

a) Проведите функциональные пробы до и после выполнения комплекса физических упражнений, заполните таблицу.
b) Дайте им оценку.

Таблица

Функциональные пробы	Данные до тренировки	Данные после тренировки	Динамики показателей	Краткая характеристика тренировки
Проба Ромберга				
Проба Яроцкого				
Ортостатическая проба				
Клиностатическая проба				

6.Проведите исследование функционального состояния своей системы внешнего дыхания

a) Оцените функциональное состояние своей системы внешнего дыхания в покое и после выполнения физических упражнений.
b) Провести гипоксические пробы и дайте оценку функциональному состоянию дыхательной системы.
c) Рассчитайте основной обмен по таблицам Гарриса-Бенедикта.

Таблица

Функциональные пробы	Данные до тренировки	Данные после тренировки	Динамики показателей	Краткая характеристика тренировки
Частота дыхания				
Проба Генчи				
Проба Штанге				
ЖЕЛ				

7.Проведите анализ показателей самоконтроля

a) Заполните Дневник самоконтроля.
b) Дайте оценку и сделайте выводы полученных результатов.
c) Использование восстановительных средств (какие, когда, сколько).

Показатели	Пн.	Вт.	Среда	Четверг	Пятн	Субб.	Вскр.
Содержание и время (физической)двигательной активности							
Масса тела							
ЧСС утром							
ЧСС вечером							
Сон							
Аппетит							
Усталость после двигательной (физической) активности							
Усталость на след. Утро							
Желание заниматься							
Нарушение режима							

Приложение 4

Учебно-контрольные нормативы для определения общей физической подготовленности студентов *основной* группы

юноши

№ п/п	Наименование контрольного упражнения	Оценка				
		5	4	3	2	1
1.	Челночный бег 3х10 м (сек).	7,9	8,6	9,0	9,1	9,5
2.	Бег 100 м (сек)	13,1	14,1	14,4	15,1	15,3
3.	Прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин	130	125	120	110	100
4.	Прыжок в длину с места (см)	223	215	205	195	190
5.	Сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз)	30	25	20	15	10
6.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке (см).	+13	+10	+8	+6	+2
7.	Поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой (кол-во раз)	48	45	37	35	33

Девушки

№ п/п	Наименование контрольного упражнения	Оценка				
		5	4	3	2	1
1.	Челночный бег 3х10 м (сек).	7,9	8,6	9,0	9,1	9,5

2.	Бег 100 м (сек)	16,4	17,4	17,8	18,2	18,8
3.	Прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин	130	120	110	100	90
4.	Прыжок в длину с места (см)	223	215	205	195	190
5.	Сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз)	15	12	11	10	9
6.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке (см).	+16	+14	+11	+9	+7
7.	Поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой (кол-во раз)	43	37	35	35	32

Учебно-контрольные нормативы для определения общей физической подготовленности студентов *подготовительной* группы

Юноши

№ п/п	Наименование контрольного упражнения	Оценка				
		5	4	3	2	1
1.	Челночный бег 3х10 м (сек).	11,00	12,3	12,6	12,9	13,00
2.	Бег 100 м (сек)	20,3	20,6	20,9	21,3	21,6
3.	Прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин	105	100	95	90	85
4.	Прыжок в длину с места (см)	230	225	215	200	205
5.	Сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз)	25	20	15	10	6
6.	Наклон вперёд из положения сед ноги прямые шире плеч (см).	+5	+4	+3	+2	+1
7.	Поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой (кол-во раз)	35	30	25	20	15

девушки

№ п/п	Наименование контрольного упражнения	Оценка				
		5	4	3	2	1
1.	Челночный бег 3х10 м (сек).	20,00	20,5	21,00	21,5	22,00
2.	Бег 100 м (сек)	24,0	24,7	28,3	29,0	30,0
3.	Прыжки на скакалке (кол-во раз) за 1 мин	105	100	95	90	85
4.	Прыжок в длину с места (см)	170	160	150	140	130
5.	Сгибание, разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз)	10	8	6	5	4
6.	Наклон вперёд из положения сед ноги прямые шире плеч (см).	+7	+6	+5	+4	+3
7.	Поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине,	30	25	20	15	10

	руки за головой (кол-во раз)					

Приложение 5

Учебно-контрольные нормативы для определения специальной физической подготовленности студентов.

№ п/п	Виды упражнений	Пол	Баллы				
			Отлично	Хорошо	Удовлетворительно		Неуд.
			100%	80%	60%	40%	20%
1	Передвижение в защитной стойке на время (сек)	М	8,8 сек	9,2 сек	9,8 сек	10,2 сек	Более 10,2 сек
		Ж	9,1 сек	9,5 сек	10,1 сек	10,6 сек	Более 10,6 сек
2	Передачи мяча на время и точность	М Ж	8 из 10 попаданий	6 из 10 попаданий	4 из 10 попаданий	2 из 10 попаданий	Менее 2
3	Скоростное ведение 20 м (сек).	М	9,7 сек	10,1 сек	10,5 сек	11,0 сек	Более 11,0 сек
		Ж	10,0 сек	10,4 сек	11,сек	11,4 сек	Более 11,4 сек
4	Штрафной бросок	М Ж	8 из 10	7 из 10	6 из 10	4 из 10	Менее 4
5	Броски с дистанции	М Ж	8 из 10	7 из 10	6 из 10	4 из 10	Менее 4