



Ігрові види спорту  
(баскетбол)

Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

**Реквізити навчальної дисципліни**

Рівень вищої освіти	<i>Перший (бакалаврський)</i>
Галузь знань	<i>Всі</i>
Спеціальність	<i>Всі</i>
Освітня програма	<i>Всі</i>
Статус дисципліни	<i>Вибіркова</i>
Форма навчання	<i>Очна (денна)</i>
Рік підготовки, семестр	<i>2-й курс, осінній / весняний семестр</i>
Обсяг дисципліни	<i>2 кредити (60 год) аудиторні заняття: лекції – 0 годин, практичні – 30 годин, самостійна робота – 30 годин</i>
Семестровий контроль/контрольні заходи	<i>Залік, модульна контрольна робота</i>
Розклад занять	<i>2 години на тиждень</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Інформація про керівника курсу /викладачів	Анікеєнко Лариса Василівна, старший викладач кафедри ТОС Єфременко Вікторія Миколаївна, старший викладач кафедри ТОС Яременко Олег Миколайович, викладач кафедри ТОС <a href="https://ktos-fbmi.kpi.ua/article/spivrobotnyky-0">https://ktos-fbmi.kpi.ua/article/spivrobotnyky-0</a>
Розміщення курсу	Ігрові види спорту_Баскетбол <a href="https://do.ipk.kpi.ua/course/view.php?id=4821">https://do.ipk.kpi.ua/course/view.php?id=4821</a>

**Програма навчальної дисципліни**

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

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

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

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

1) з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров'я;

- 2) здійснювати контроль та самоконтроль функціонального стану організму;
- 3) забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров'я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.

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

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

## **3. Зміст навчальної дисципліни**

- Тема 1. Інформаційне забезпечення проведення занять з баскетболу.
- Тема 2. Визначення індивідуального рівня фізичного стану. Аналіз та оцінювання рівня індивідуальної фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.
- Тема 3. Ознайомлення та навчання техніці виконання технічних прийомів та фізичних вправ з баскетболу.
- Тема 4. Підвищення рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.
- Тема 5. Тестування рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.

## **4. Навчальні матеріали та ресурси**

### **Базова навчальна література**

#### **Навчальні посібники**

1. Методичні рекомендації «Історія виникнення та розвитку баскетболу у світі та Україні» [Електронний ресурс] / НТУУ «КПІ»; уклад. Л. В. Анікеєнко, Бойко Г. Л., В. М. Єфременко. – Київ: НТУУ «КПІ», 2012. - 42 с.

URI: <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1784>

2. Фізичне виховання. Техніка та тактика гри в баскетбол. Навчання техніці та тактиці гри у баскетбол для студентів [Електронний ресурс]: навчальний посібник для студентів / КПІ ім. Ігоря Сікорського, уклад.: Л. В. Анікеєнко, В. М. Єфременко, О. М. Яременко, О. В. Кузенков, Г. О. Устименко. – Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. – 127 с.

URI: <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/42020>

3. Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д. Іваніцький Р. Б. Методика навчання основних технічних прийомів гри в баскетбол: Методичні рекомендації. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки 2021. – 65 с. URI: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20246>

4. Основи фізичної підготовки баскетболістів: методичні рекомендації / В. І.Смолюк,, П. В.Глушко, А. Б.Шевчук, О. Д.. Швай , О.В. Радченко.

URI: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/21223/1/basketbol.pdf>

5. Гребінка Г.Я. Удосконалення фізичної та технічної підготовки баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки. Дисертація. Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського. Львів, 2023. - 214 с. [https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2024/02/dysertacija\\_hrebinka.pdf](https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2024/02/dysertacija_hrebinka.pdf)

6. Спеціальна фізична підготовка баскетболістів: навч. посібник / С71 Є. В. Кравчук, Н. І. Горошко, Д. О. Безкоровайний, І. Ю.Садовська. Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. – Харків: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2022. – 140 с. URI:

<https://eprints.kname.edu.ua/61757/1/Безкоровайний,%2029Н,%202021%20%28зам.%29.pdf>

7. Основи фізичної підготовки баскетболістів: методичні рекомендації / В.І.Смолюк, П.В. Глушко, А.Б. Шевчук, О.Д. Швай, О.В. Радченко. Волинський національний університет ім. Лесі

### Додаткова література:

1. Поплавський Л. Ю. Баскетбол: підруч. [для студ. вищ. навч. закл.] К.: Олімпійська літ. 2004. 446 с.
2. Спортивні ігри: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів: у 2 томах / Під ред. Ж.Б. Козіної. – Том 2: Основи окремих видів спортивних ігор: Баскетбол, Волейбол. – Харків: Точка, 2010. – 228 с.
3. Козіна Ж.Л., Вакслер М.А., Тихонова А.О. Методика розвитку точності кидків у баскетболі // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХДАДМ. - 2004. - № 17. - С. 3-8 с.
4. Козіна Ж.Л. Баскетбол для студентів: методичні розробки для студентів, викладачів, тренерів, спортсменів / Ж.Б. Козіна, Ю.М. Поярков, С.Б. Поліщук, О.І. Чуприна – Харків, 2011 – 45 с.  
URI: <https://vpusp.vn.ua/wp-content/uploads/2023/01/navch.-posibnyk.basketbol..pdf>
5. Защук С. Г. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих баскетболістів в умовах атаки швидким проривом: автореф. дис. к. фіз. вих. : 24.00.01. Київ. 2007. - 22 с. URI: [https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/10383/1/zashchuck\\_s\\_g.PDF](https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/10383/1/zashchuck_s_g.PDF)
6. Сергієнко, В.М. Контроль та оцінка рухових здібностей студентів у процесі фізичного виховання [Текст]: монографія / В.М. Сергієнко. - Суми: СумДУ, 2014. - 394 с. <https://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/37076>
7. О.А. Ефімов, І.П. Помещикова Основи баскетболу. Навчальний посібник. / О.А. Ефімов, І.П. Помещикова – Харків: ХДАФК, 2012. – 107 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://vpusp.vn.ua/wp-content/uploads/2023/01/navch.-posibnyk.basketbol..pdf>
8. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання / О.О. Мітова, В.В. Грюкова – Дніпропетровськ.: Вид. «Інновація», 2016. – 110 с. Режим доступу: <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-L1-16.pdf>
9. Організація та проведення самостійних занять зі скерованого розвитку силових якостей: посібник для студентів та викладачів вищих освітніх закладів / О. В. Єрмоленко, М. В. Єрмоленко. Краматорськ: ДДМА, 2022. – 63 с.  
[http://www.dgma.donetsk.ua/docs/kafedry/fizv/metod/04022024/Самостійні\\_заняття\\_зі\\_скерованого\\_розвитку\\_силових\\_якостей.pdf](http://www.dgma.donetsk.ua/docs/kafedry/fizv/metod/04022024/Самостійні_заняття_зі_скерованого_розвитку_силових_якостей.pdf)
10. Офіційні правила баскетболу (ФІБА). Режим доступу: <https://i.fbu.kiev.ua/1/files/global/Правила/Правила%202022%20укр.pdf>
11. Цимбалюк Ж. О., Несен О. О., Мусієнко А. В., І.М. Юрченко. Баскетбол та його різновиди у фізичній культурі дітей: навчально-методичний посібник. Харків: ХНПУ, 2022. 114 с. Режим доступу: <https://dspace.hnpu.edu.ua/bitstream/123456789/7566/1/Баскетбол%20та%20його%20різновиди%20у%20фізичній%20культурі%20дітей.pdf>
12. Теорія і методика фізичного виховання: [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]: у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
13. Koryahin, V. The technical and physical preparation of basketball players. / Koryahin, V., Dutchak, M., Iedynak, G., Blavt, O., Galamandjuk, L., &Cherepovska, E. // Human Movement. – 2018. – vol. 19(4), – С. 29–34.
14. Круцевич Т.Ю. Контроль у фазисному вихованні дітей, підлітків і молоді: [навч. посіб.] / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
15. Горбуля В.Б. Баскетбол: Фізична підготовка: навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки /В.Б. Горбуля, В.О. Горбуля, О.В. Горбуля. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 91 с. URI: [https://moodle.znu.edu.ua/pluginfile.php?file=/434860/mod\\_resource/content/1/БАСКЕТБОЛ%20ФІЗИЧНА%20ПІДГОТОВКА.PDF](https://moodle.znu.edu.ua/pluginfile.php?file=/434860/mod_resource/content/1/БАСКЕТБОЛ%20ФІЗИЧНА%20ПІДГОТОВКА.PDF)
16. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання / О.О. Мітова, В.В. Грюкова – Дніпропетровськ.: Вид. «Інновація», 2016. – 110 с. Режим доступу: <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-L1-16.pdf>

## Навчальний контент

### 5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

**Практичне заняття № 1. Задачі:** 1. Ознайомити з рейтинговою системою оцінювання (PCO) здобувачів вищої освіти.

2. Ознайомити з історією виникнення і розвитку баскетболу в світі.
3. Ознайомити з основними правилами гри в баскетбол.
4. Ознайомити з основними способами переміщень та основною стійкою баскетболіста.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Основна стійка баскетболіста, стрибки, повороти, переміщення.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 2. Задачі:** 1. Визначити рівень індивідуального фізичного стану.  
2. Ознайомити з історією виникнення і розвитку баскетболу в Україні.  
3. Навчити основним способам переміщення баскетболіста та стійці у позиції «потрійної загрози».  
4. Сприяти розвитку фізичної якості спритності.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали, тонометр, ваги, ростометр, проба Генчі, проба Штанге, проба Мартіне-Кушелєвського. Основні способи переміщення баскетболіста (повороти, зупинки, викрокування). Передача та ловля м'яча однією та двома руками на місці та у русі. Жонглювання одним, двома м'ячами на місці. Рухлива гра. Вправи для розвитку спритності. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 3. Задачі:** 1. Ознайомити з технікою ведення м'яча та з технікою виконання кросовера.

2. Навчити техніці виконання передачі та ловлі м'яча.
3. Сприяти розвитку рівноваги.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Ведення м'яча правою, лівою рукою та поперемінно з руки на руку на місці та у русі. Жонглювання одним, двома м'ячами на місці та у русі. Ловля однією рукою високого, низького м'яча. Передачі м'яча однією та двома руками. Естафети. Навчальна гра. Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 4. Задачі:** 1. Ознайомити з технікою виконання кидка м'яча у кошик у стрибку однією рукою з подвійного кроку.

2. Навчити техніці виконання кросовера та техніці ведення м'яча правою, лівою рукою та поперемінно.
3. Навчити техніці переміщень зі стрибками, зупинками та веденням м'яча.
4. Сприяти розвитку фізичної якості гнучкості.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Переміщення у поєднанні зі стрибками, зупинками, поворотами та веденням м'яча у русі. Жонглювання одним та двома м'ячами на місці та у русі. Основні способи виконання кросовера на місці у русі. Рухлива гра. Вправи для розвитку гнучкості. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 5. Задачі:** 1. Навчити техніці виконання кидка м'яча у кошик у стрибку однією рукою з подвійного кроку.

2. Навчити техніці виконання перехоплення та вибивання м'яча при веденні на місці та у русі.
3. Навчити техніці виконання ловлі та передачі м'яча різними способами в русі.
4. Сприяти розвитку сили.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Переміщення баскетболіста у поєднанні з технічними прийомами. Ведення м'яча зі зміною напрямку та швидкості руху зі зміною висоти відскоку м'яча. 1x1 з пасивним захисником. Ловля та передача м'яча у русі. Кидки м'яча однією рукою з подвійного кроку. Вправи для розвитку сили. Двостороння гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 6. Задачі:** 1. Навчити техніці виконання і різних способів ведення м'яча зі зміною напрямку руху.

Навчити техніці виконання ловлі та передачі м'яча в русі.

Сприяти розвитку спритності та координації за допомогою жонглювання.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Переміщення баскетболіста в поєднанні з технічними прийомами (веденням та передачами м'яча). Вправи для розвитку швидкості. Жонглювання одним та двома м'ячами на місці та у русі. Різні способи ведення м'яча зі зміною напрямку та швидкості руху. Ловля та передача м'яча однією та двома руками у русі із пасивним захисником. Одностороння гра. Проведення експрес-опитування.

**Практичне заняття № 7. Задачі:** 1. Ознайомити із захисною стійкою баскетболіста.

2. Ознайомити з технікою виконання кидка м'яча у кошик. Класифікація кидків.

3. Сприяти розвитку витривалості.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Захисна стійка баскетболіста під час переміщень і зупинок. Жонглювання одним та двома м'ячами. Передача м'яча в парах, трійках. Кидки м'яча у стрибку однією рукою після подвійного кроку. Біг 10-12 хвилин. Колове тренування. Одностороння гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 8. Задачі:** 1. Ознайомити з різновидами «Слем-данків» та особливостями техніки їх виконання.

2. Навчити техніці виконання кидка однією рукою від голови з місця у кошик.

3. Навчити захисній стійці баскетболіста та способам переміщення у захисті.

4. Еволюція баскетбольного м'яча та його характеристики.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Кидки м'яча у кошик однією рукою з місця. Передача м'яча в парах, трійках двома руками від грудей та однією рукою від плеча на місці та у русі. Захисна стійка баскетболіста під час переміщень і зупинок. Кидки м'яча у кошик у стрибку. Рухлива гра. Ведення та жонглювання м'яча у русі (одним та двома). Вправи із застосуванням координаційної драбинки. Стрибки на скакалці, через лаву. Одностороння гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 9. Задачі:** 1. Ознайомити з технікою виконання штрафного кидка.

2. Навчити індивідуальним діям баскетболіста у нападі.

3. Сприяти розвитку витривалості та методи її розвитку.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Ведення м'яча. Кидки м'яча з подвійного кроку. Штрафний кидок. Естафети. Колове тренування. Одностороння гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 10. Задачі:** 1. Ознайомити з технікою виконання відволікаючих дій (фінтів) у нападі.

2. Ознайомити з проведенням швидкого прориву.

3. Сприяти розвитку спеціальної швидкості. Приклади вправ для розвитку швидкості роботи рук баскетболіста.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Ведення м'яча. Кидки м'яча у кошик (у стрибку однією та двома руками, штрафні кидки). Естафети. Вправи для розвитку швидкості та швидкості роботи ніг.

Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 11. Задачі:** 1. Ознайомити з технікою виконання відволікаючих дій (фінтів) у нападі. виконання кидків м'яча у кошик з різної відстані. Вправи для індивідуального тренування кидків м'яча у кошик.

2. Ознайомити з тактичними груповими діями гравців в малих групах (2-3чол.) у нападі.

3. Сприяти розвитку сили м'язів нижніх кінцівок. Комплекс вправ.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Жонглювання одним та двома м'ячами. Ведення м'яча. Відволікаючі дії (фінти) на передачу, кидок чи ведення м'яча у нападі. Вправи 1x1, 2x1. Кидки у кошик та накривання і відбивання м'яча при кидках у кошик. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 12. Задачі:** 1. Ознайомити з груповими тактичними діями у нападі та захисті.

2. Навчити техніці виконання підбору м'яча у нападі та захисті, добивання м'яча.

3. Сприяти розвитку гнучкості за допомогою вправ зі стретчингу.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Відволікаючі дії. Вправи 1x1, 1x2, 2x1, 2x2. Ведення м'яча. Кидки м'яча у кошик. Навчальна гра. Вправи зі стретчингу.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 13. Задачі:** 1. Ознайомити з командними діями у нападі та захисті.

2. Навчити техніці виконання кидків м'яча у кошик різними способами з різних дистанцій.

3. Сприяти розвитку здатності до орієнтування у просторі як складової фізичної якості спритності.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Індивідуальні, групові та командні дії у нападі та захисті. Вправи 1x1, 3x3. Естафети. Кидки м'яча у кошик з різних точок та дистанцій. Навчальна гра.

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 14. Задачі:** 1. Ознайомити з основними видами порушень правил гри та офіційними жєстами суддів на майданчику, які пояснюють порушення.

2. Ознайомити з поняттям та визначенням «Професійно–прикладної фізичної підготовки» (ППФП), її завдання та способи реалізації.

**Засоби:** Інтерактивні матеріали. Правила гри в баскетбол

Проведення експрес-опитування (у разі дистанційного навчання).

**Практичне заняття № 15.**

Виконання модульної контрольної роботи.

## 6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

№	Назва виду СРС	Кількість годин СРС
1	Підготовка до практичних занять	20
2	Підготовка до написання модульної контрольної роботи	4
3	Підготовка до заліку (складання тестів з фізичної підготовки)	6
	<b>Всього годин</b>	<b>30</b>

## Політика та контроль

### 7. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)

#### 1. У разі очного навчання:

*Правила відвідування практичних занять:*

- здобувачі вищої освіти допускаються до практичних занять за наявності у них довідки про стан здоров'я від лікаря та за наявності спортивного одягу і спортивного взуття, що відповідають гігієнічним вимогам;

- здобувачі вищої освіти, котрі спізнилися на заняття, до них не допускаються.

*Правила поведінки на заняттях:*

- вимкнення телефонів;

- дотримання вимог з техніки безпеки перебування у спортивній залі.

*Правила захисту індивідуальних завдань:*

- дотримання принципів академічної доброчесності;

- під час складання тестів з фізичної підготовки здобувачам вищої освіти слід дотримуватися правил техніки безпеки.

*Політика дедлайнів та перескладань:*

- бали за практичні заняття, що пропущено через хворобу та підтверджено листком непрацездатності (форма 0-95) або з поважної причини (відсутність електроенергії, чи Інтернету), можна отримати, створивши презентацію (12-15 слайдів) в програмі PowerPoint, згідно з тематикою пропущених практичних занять;

- у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань у присутності комісії;

- інші вимоги, що не суперечать положенням чинного законодавства України та положенням локальних актів Університету.

*Правила призначення заохочувальних балів:* заохочувальні бали нараховуються за участь у змаганнях, спортивно-оздоровчих заходах за планом кафедри, факультету, університету (5...+7 балів);

участь у міських, республіканських або міжнародних змаганнях (5...+7 балів), за складання та виконання комплексу фізичних вправ, спрямованого на розвиток певних фізичних якостей або м'язових груп (10 балів).

**Сума заохочувальних балів не може перевищувати 10 балів.**

*Політика щодо академічної доброчесності:*

- політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначено положеннями Кодексу честі КПІ ім. Ігоря Сікорського (див: <https://kpi.ua/code>).

## **2. У разі дистанційного навчання:**

*Правила захисту індивідуальних завдань:*

- дотримання принципів академічної доброчесності.

*Політика дедлайнів та перескладань:*

- бали за практичні заняття, що пропущено, через хворобу та підтверджено листком непрацездатності (форма 0-95) або з поважної причини (відсутність електроенергії, чи Інтернету), можна отримати, створивши презентацію (12-15 слайдів) в програмі PowerPoint, згідно з тематикою пропущених практичних занять;

- у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань у присутності комісії;
- інші вимоги, що не суперечать положенням чинного законодавства України та локальним актам Університету.

*Правила призначення заохочувальних балів:* заохочувальні бали нараховуються за участь у змаганнях, спортивно-оздоровчих заходах за планом кафедри, факультету, університету (5...+7 балів); участь у міських, республіканських або міжнародних змаганнях (5...+7 балів), за складання комплексу фізичних вправ для самостійного виконання з метою розвитку певних фізичних якостей або м'язових груп (10 балів).

Нарахування штрафних балів в межах навчальної дисципліни не передбачено.

**Сума заохочувальних балів не може перевищувати 10 балів.**

*Політика щодо академічної доброчесності:*

- політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначено положеннями Кодексу честі КПІ ім. Ігоря Сікорського (див: <https://kpi.ua/code>).

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

***Поточний контроль:***

### **1. У разі очного навчання:**

**Рейтинг здобувача вищої освіти з обраної дисципліни складається з балів, отриманих за:**

1. виконання завдань, передбачених практичними заняттями – практична та теоретична складові;
2. виконання модульної контрольної роботи;
3. складання тестів з метою оцінки рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.

**Система рейтингових (вагових) балів та критерії оцінювання:**

### **1. Виконання завдань на практичних заняттях 1 – 14:**

#### **1.1. Практична складова:**

- у разі виконання завдань практичного заняття – 2 бали;
- не виконані завдання практичного заняття – 0 балів.

Максимальна кількість балів – 14 практичних занять x 2 бали = 28 балів.

1.2. Виконання тестових завдань з метою оцінки залишкових знань з теорії та методики обраного виду спорту або рухової активності (по 5 тестових запитань згідно з тематикою практичного

заняття). Кожне тестове запитання містить 3-5 варіантів відповіді, серед яких правильною є лише одна.

Ваговий бал за кожне тестове завдання із 5-ти запитань – 2 бали (5 запитань по 0,4 бали за кожен правильну відповідь). Тривалість тесту (тестового завдання, яке складається з 5-ти запитань – 15 хвилин.

Максимальна кількість балів за теоретичну складову – 14 тестових завдань x 2 бали (5 запитань x 0,4 бали) = 28 балів.

Максимальна кількість балів за виконання завдань практичних занять 1 - 14 (практична та теоретична складові) – 56 балів (по 28 балів за кожен складову).

## 2. Виконання модульної контрольної роботи.

Модульна контрольна робота проводиться на 15-му практичному занятті у формі тестування.

Усього здобувачі вищої освіти мають відповісти на 48 тестових запитань, що демонструються рандомно. Кожне із запитань містить 3-5 варіантів відповіді, серед яких правильною є лише одна. (тривалість МКР – 90 хвилин).

Ваговий бал за кожну правильну відповідь – 0,5 бала.

Максимальна кількість балів за виконання модульної контрольної роботи - 24.

## 3. Тести, що спрямовані на перевірку рівня фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти.

Ваговий бал – 5. Максимальна кількість балів 5 балів x 4 контрольних нормативи з фізичної підготовки = 20 балів.

### Стрибок вгору з місця (см)

Чол.	55	52	48	44	41	≤40
Жін.	45	42	39	36	33	≤32
Бали	5	4	3	2	1	0

### Човниковий біг 4 x 9 м (сек)

Чол.	9,0	9,4	9,8	10,3	10,8	≥10,9
Жін.	10,4	10,7	11,2	11,6	12,0	≥12,1
Бали	5	4	3	2	1	0

### Силова вправа: чоловіки, жінки – згинання-розгинання рук в упорі лежачи (разів)

Чол.	38	33	28	24	20	≤19
Жін.	20	16	12	10	8	≤7
Бали	5	4	3	2	1	0

### Вправа на гнучкість (см)

Чол.	13	11	9	7	5	≤4
Жін.	16	14	12	10	8	≤7
Бали	5	4	3	2	1	0

## Розрахунок шкали (R) рейтингу

Рейтингова шкала дисципліни (RD) складає 100 балів та формується як сума всіх рейтингових балів, отриманих здобувачем вищої освіти за результатами проведених заходів за семестр:

$$R_c = 56_{\text{(практична + теоретична складові)}} + 24_{\text{(МКР)}} + 20_{\text{(контрольні нормативи)}} = 100 \text{ балів}$$

## 2. У разі дистанційного навчання

Рейтинг здобувача вищої освіти з дисципліни складається з балів, що він отримує за:

1. виконання завдань, передбачених практичними заняттями – практична та теоретична складові;

2. виконання модульної контрольної роботи.

Система рейтингових (вагових) балів та критерії оцінювання:

1. Виконання завдань на практичних заняттях 1 – 14:

1.1. Практична складова – у разі надання правильних відповідей під час експрес-опитування – максимально 2 бали:

- 2 бали - надання повної відповіді (не менше 95 % потрібної інформації), засвоєння теоретичного матеріалу, наданого на практичному занятті, слушні доповнення відповідей інших здобувачів освіти;
- 1,5 бали - надання повної відповіді (не менше 75 % потрібної інформації) з незначними похибками, засвоєння теоретичного матеріалу, наданого на практичному занятті;
- 1 бал - надання достатньо повної відповіді (не менше 60 % потрібної інформації) з похибками, прогалини в знаннях теоретичного матеріалу;
- 0 балів - надання відповідей з чисельними значними та грубими помилками, відсутність відповіді, ухиляння від участі у практичному занятті.

Максимальна кількість балів – 14 практичних занять x 2 бали = 28 балів.

1.2. Виконання тестових завдань з метою оцінки залишкових знань з теорії та методики обраного виду спорту або рухової активності (по 5 тестових запитань згідно з тематикою практичного заняття). Кожне тестове запитання містить 3-5 варіантів відповіді, серед яких правильною є лише одна.

Ваговий бал за кожне тестове завдання із 5-ти запитань – 2 бали (5 запитань по 0,4 бали за кожен правильну відповідь). Тривалість тесту (тестового завдання, яке складається з 5-ти запитань – 15 хвилин.

Максимальна кількість балів за теоретичну складову – 14 тестових завдань x 2 бали (5 запитань x 0,4 бали) = 28 балів.

*Максимальна кількість балів за виконання завдань практичних занять 1 - 14 (практична та теоретична складові) – 56 балів (по 28 балів за кожен складову).*

2. Виконання модульної контрольної роботи.

Модульна контрольна робота проводиться на 15-му практичному занятті у формі тестування.

Усього здобувачі вищої освіти мають відповісти на 44 тестові запитання, що демонструються рандомно. Кожне із запитань містить 3-5 варіантів відповіді, серед яких правильною є лише одна. (тривалість МКР – 90 хвилин).

Ваговий бал за кожен правильну відповідь – 1 бал.

Максимальна кількість балів за виконання модульної контрольної роботи - 44.

**Розрахунок шкали (R) рейтингу**

Рейтингова шкала дисципліни (RD) складає 100 балів та формується як сума всіх рейтингових балів, отриманих здобувачем вищої освіти за результатами заходів за семестр:

$$Rc = 56_{(28 \text{ практична} + 28 \text{ теоретична складові})} + 44_{(МКР)} = 100 \text{ балів}$$

**Календарний контроль:**

Календарний контроль проводиться протягом семестру на 7-му (1-й КК) та 13-му тижні (2-й КК) як моніторинг поточного стану виконання вимог Силабусу. Позитивний результат з КК здобувач вищої освіти отримує коли його поточний рейтинговий бал складає не менше, ніж 50% від максимально можливого на момент проведення КК, а відповідна кількість балів здобувачам повідомляється на першому тижні навчання

**Семестровий контроль:**

Семестровий контроль – залік.

Опанування здобувачем вищої освіти освітнього компонента оцінюється за результатами його роботи за семестр з переведенням його рейтингових балів, відповідно до університетської шкали

оцінювання (Таблиця 1).

Остаточний рейтинг здобувача вищої освіти не може перевищувати 100 балів!

**Умови допуску до семестрового контролю:** показник семестрового рейтингу має бути більшим, ніж 30 балів.

Здобувачі вищої освіти, які мають рейтингову оцінку 60 і більше балів, отримують фактичну оцінку, відповідно до кількості набраних балів, без проведення додаткових випробувань.

Здобувачі вищої освіти, які набрали протягом семестру менше ніж 60 балів, але виконали **умови допуску** до заліку (семестровий рейтинг 30 і більше балів), а також ті з них, хто хоче підвищити власний загальний рейтинг, виконують залікову контрольну роботу (інтегральний тест). При цьому всі бали, що були ними отримані протягом семестру, скасовуються. Тестові завдання залікової контрольної роботи містять запитання, які відносяться до різних розділів та тем навчальної програми з обраної дисципліни.

**Залікова контрольна робота (інтегральний тест)** проводиться у формі тестування. Тривалість ЗКР – 90 хвилин. Залікова контрольна робота містить 50 тестових запитань, що демонструються рандомно кожне з яких містить 3-5 варіантів відповіді, серед яких правильною є лише одна. Задача здобувача вищої освіти – уважно прочитати запитання і варіанти відповідей та обрати один варіант відповіді (правильний на думку здобувача вищої освіти).

Тестове завдання виконано правильно (кожне з 50)	2 бали
Тестове завдання виконано неправильно (кожне з 50)	0 балів

*Максимальна кількість балів за інтегральний тест – 100 балів.*

Таблиця 1. Відповідність рейтингових балів оцінкам за університетською шкалою

Рейтингові бали здобувача вищої освіти	Оцінка за університетською шкалою
95 – 100	Відмінно
85 – 94	Дуже добре
75 – 84	Добре
65 – 74	Задовільно
60 – 64	Достатньо
Менше 60	Незадовільно
Не виконані умови допуску до заліку (< 30)	Не допущено

## 9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

Під час проходження навчального матеріалу з навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (баскетбол)» передбачено використання сучасних технологій в навчальному процесі. Протягом навчального періоду передбачено використання здобувачами вищої освіти засобів та методів самоконтролю за станом здоров'я, дотримання ними вимог з попередження травматизму та захворювань.

Практичні завдання здобувачам вищої освіти надаються залежно від поточного стану функціональної готовності їхнього організму та ступеню їхнього оволодіння технікою виконання спортивних та фізичних вправ.

Методика реалізації завдань регламентується правилами техніки безпеки та здійсненням здобувачами вищої освіти самостійного контролю за станом основних функціональних систем.

На практичних заняттях вирішуються завдання з підвищення рівня розвитку фізичних і психічних якостей, використовуються аналітичні підходи до вибору методів розвитку сили окремих м'язів та їх груп, а також методи та засоби активного відпочинку і відновлення організму.

Під час занять, відповідно до вимог та форм організації навчальних занять з баскетболу використовується навчальний інвентар та спортивно-технічна база.

До програмного матеріалу для груп початкової фізичної підготовки включено:

- фізичну підготовку, основною метою якої є створення бази для підвищення рівня майстерності за допомогою загально-фізичних засобів підготовки;
- технічну підготовку, основною метою якої є оволодіння та вдосконалення індивідуальної техніки, розширення діапазону рухових навичок.

**Робочу програму навчальної дисципліни (силабус) складено:**

ст. викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту Анікеєнко Лариса Василівна

ст. викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту Єфременко Вікторія Миколаївна

**Ухвалено** кафедрою технологій оздоровлення і спорту (протокол № 11 від 23.04.2025 р.)

**Погоджено** Методичною радою університету (протокол № 8 від 29.05.2025 р.)