

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «ВОЛОГОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УТВЕРЖДАЮ



"20" сентября 2011 г.

Рабочая программа дисциплины

**Базовые и новые физкультурно-спортивные виды
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ**

Специальность
050720 Физическая культура

Форма обучения

Заочная

Вологда
2011

Программа составлена в соответствии с требованиями ГОС ВПО по специальности 050720 Физическая культура от 31.01.2005

Автор (ы) старший преподаватель Ленин Р.С.

Рецензент (ы) к.п.н., проф. Елагина Н.Л.

Программа одобрена на заседании методической комиссии факультета физической культуры

протокол № 1 от 20 сентября 2011 года.

Изменения рабочей программы дисциплины «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды (Спортивные игры)», утвержденные методической комиссией факультета физической культуры

[illegible]

1. Цели освоения дисциплины

Содействовать формированию у студентов навыков будущей профессиональной деятельности на предметной основе включенных в программу спортивных и подвижных игр.

Задачи курса:

- обучение студентов приемам спортивных игр, входящих в учебные программы по физической культуре образовательных учреждений;
- освоение студентами методики обучения технике и тактике спортивных игр, развития физических качеств;
- практическая реализация положений теории и методики физического воспитания и спорта с учетом специфики спортивных игр.
- изучение истории подвижных игр, их места и значения в системе физического воспитания школьников;
- изучение теории преподавания и методики проведения подвижных игр;
- приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной подготовки и проведения подвижных игр.

2. Место дисциплины в общей системе подготовки специалиста

Дисциплина «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды модуль (спортивные игры)» входит в дисциплины предметной подготовки (ДПП.Ф.16.1) подготовки 050720 «Физическая культура». Изучение данной дисциплины базируется на знаниях, полученных при освоении дисциплин «Обществознание», «Безопасность жизнедеятельности» и «Физическая культура» (средняя общеобразовательная школа).

3. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- эстетические, нравственные и духовные ценности физической культуры и спорта, освоение которых происходит в ходе занятий спортивными играми;
- дидактические закономерности в физическом воспитании и спорте, используемые в занятиях по спортивным играм;
- методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения на базе спортивных игр;
- методику подготовки спортсменов в игровых видах спорта;
- о возрастно-половых закономерностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков при занятиях спортивными играми;
- методы и организацию комплексного контроля в занятиях спортивными играми;
- методы организации и проведения научно-исследовательской и методической работы по спортивным играм.

Уметь:

- формулировать конкретные задачи в занятиях спортивными играми, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- владеть технологией обучения различных категорий людей технике и тактике, развития физических качеств в процессе занятий спортивными играми;
- оценивать эффективность занятий спортивными играми;
- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма

и оказывать первую медицинскую помощь;

Владеть:

— навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе занятий спортивными играми;

— средствами и методами формирования здорового стиля жизни на основе потребности в занятиях спортивными играми, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучающихся;

— приемами научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе занятий по спортивным играм;

— указанием ошибок в процессе освоения обучающимися приемов игры, упражнений по развитию физических качеств и находить методику их устранения.

4. Извлечение из ГОС ВПО специальности (направления), содержащее требования к обязательному минимуму содержания дисциплины и общее количество часов (выписка).

ДПП.Ф.16 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды. Всего 1294 часов.

Модуль (спортивные игры). Общие основы спортивных игр. Волейбол, баскетбол, гандбол, футбол, теннис, настольный теннис, бадминтон: характеристика игр, обучение технике и тактике, развитие физических качеств, построение занятий.

5. Структура и содержание дисциплины «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды модуль (спортивные игры)».

5.1 Общая трудоемкость дисциплины составляет 489 часов. Очная форма обучения

/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации
	Раздел 1. Футбол	1	30 Ауд.	6 лек.	24 ПР/СМ	36 Сам. раб.	Сдача норматива Защита реферата Зачет
	Раздел 2. Гандбол	2	42 ауд.	2 лек.	40 ПР/СМ	40 Сам. раб.	Сдача норматива Защита реферата Зачет
	Раздел 3. Баскетбол	3,4	72 ауд.	6 лек.	66 ПР/СМ	71 Сам. раб.	Сдача норматива Защита реферата Зачет

	Раздел 4. Волейбол	5,6	60 ауд.	8 лек.	52 ПР/СМ	60 Сам. раб.	Сдача норматива Защита реферата Зачет
	Раздел 5. Бадминтон и настольный теннис	7	38	10 лек.	28 ПР/СМ	40 Сам. раб.	Защита реферата Экзамен

5.1 Общая трудоемкость дисциплины составляет 489 часов. Заочная форма обучения

/п	Раздел дисциплины	Семе стр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации
	Раздел 1. Футбол	1	10 Ауд.	4 лек.	6 ПР/СМ	80 Сам. раб.	Защита реферата Зачет
	Раздел 2. Гандбол		8 ауд.	2 лек.	6 ПР/СМ	80 Сам. раб.	Защита реферата Зачет
	Раздел 3. Баскетбол	,4	16 ауд.	2 лек.	14 ПР/СМ	81 Сам. раб.	Защита реферата Зачет
	Раздел 4. Волейбол	,6	14 ауд.	2 лек.	12 ПР/СМ	80 Сам. раб.	Сдача норматива Защита реферата Зачет

	Раздел 5. Бадминтон и настольный теннис		20	6 лек.	14 ПР/СМ	100 Сам. раб.	Защита реферата Экзамен
--	--	--	-----------	---------------	---------------------	------------------------------	----------------------------

5.2 Содержание разделов дисциплины.

Раздел 1. Футбол

Тема №1. *Футбол как вид спорта и средство физического воспитания.*

История зарождения и развития футбола. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Футбол в системе физического воспитания. Особенности вида спорта. Система подготовки профессиональных футболистов. Классификация техники футбола. Классификация тактики футбола. Методические основы обучения технике футбола. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Тема №2. *Правила и судейство соревнований по футболу и мини-футболу*

Значение правил. Эволюция правил, их взаимосвязь с тактикой и техникой. Экипировка футболистов. Игровая площадка и оборудование. Требования к технике безопасности при проведении занятий и соревнований. Основные правила соревнований по футболу и особенности методики судейства. Основные правила соревнований по мини-футболу и особенности методики судейства.

Тема № 3. *Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в футболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне. Подвижные игры при обучении футболу.*

Анализ техники и тактики в футболе. Методика обучения основным техническим приемам и тактическим взаимодействиям в футболе. Подвижные игры на уроках по футболу.

Тематика практических занятий раздела

Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в футболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Практическое занятие №1

Техника передвижений. Стойка футболиста, бег, остановки, изменение направления бега. Требования к уровню развития физических качеств в футболе. Подвижные игры на развитие физических качеств в футболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Жонглирование ногой. Ознакомление с нормативом №1. Учебная игра 5х5 по правилам мини-футбола.

Практическое занятие №2

Техника передач и остановок мяча внутренней стороной стопы. Остановка подошвой. Ознакомление с нормативом №2. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры на развитие физических качеств, необходимых в футболе.

Практическое занятие №3

Анализ техники и методика обучения удару по мячу внутренней частью подъема. Ознакомление с нормативом №3. Совершенствование ранее разученных приёмов. Пробная сдача контрольных нормативов №1-2. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Практическое занятие №4

Анализ техники и методика обучения удару и остановке мяча серединой подъема. Удар внешней частью подъема. Совершенствование техники передвижений и ранее изученных технических приемов. Ознакомление с нормативом №4. Пробная сдача норматива №3. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Практическое занятие №5

Ведение мяча носком, внутренней и внешней частью подъема. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры на развитие физических качеств. Пробная сдача норматива №4. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Практическое занятие №6

Удар по мячу головой (серединой лба в опорном положении и после различных перемещений). Совершенствование ранее изученных приёмов. Ознакомление с нормативом №5. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Практическое занятие №7

Вбрасывание мяча руками из-за головы (аут) на месте и в движении. Совершенствование ранее изученных приёмов. Пробная сдача норматива №5. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Практическое занятие №8,9

Удар по мячу пяткой. Групповые тактические взаимодействия в атаке: «забегание», «стенка», «смена мест». Игра 2х1 с завершающим ударом по воротам. Отбор мяча при игре в меньшинстве (индивидуальные тактические действия в обороне), выбор позиции и способа отбора. Повторная сдача контрольных нормативов. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Практические занятия № 10-12

Совершенствование ранее изученных технических приемов, индивидуальных и групповых тактических взаимодействий. Техничко-тактическая и интегральная подготовка. Развитие физических качеств методом сопряженного воздействия. Повторная сдача контрольных нормативов. Учебная игра 5х5. Судейская практика.

Раздел 2. Гандбол

Тема №1. Гандбол как вид спорта и средство физического воспитания.

История зарождения и развития гандбола. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Гандбол в системе физического воспитания. Особенности вида спорта. Система подготовки профессиональных гандболистов. Классификация техники гандбола. Классификация тактики гандбола. Методические основы обучения технике гандбола. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Тема №2. Правила и судейство соревнований по гандболу

Значение правил. Эволюция правил, их взаимосвязь с тактикой и техникой. Экипировка гандболистов. Игровая площадка и оборудование. Требования к технике безопасности при проведении занятий и соревнований. Основные правила соревнований по гандболу и

особенности методики судейства. Основные правила соревнований по гандболу и особенности методики судейства.

Тематика практических занятия

Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в футболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Практическое занятие №1

Изучение стойки и перемещений гандболиста. Овладение специальными упражнениями на освоение свойств мяча. Изучение способов держания мяча, ловли мяча двумя руками, ее разновидностей (ловля высоколетящих, катящихся мячей) и передачи согнутой сверху хлестом на месте и с последующим передвижением в различных построениях (в кругах, квадратах, колоннах), с пассивным сопротивлением. Формировать тактические навыки ловли и передачи мяча. Методика обучения данной технике. П/игры: «Салки спиной к воротам», «Передал - садись», «Морской бой».

Практическое занятие №2

Совершенствование ловли двумя руками и передачу согнутой сверху на точность, силу и скорость. Изучение техники одноударного ведения, ловли и передачи мяча в движении (встречная, поступательная и параллельная передачи). Методика обучения данной технике. П/игры: «Салка и мяч».

Практическое занятие №3

Совершенствование передач мяча в движении в парах и тройках одним и двумя мячами, одноударного ведения в сочетании с ловлей мяча. Изучение техники броска по воротам с места. Методика обучения данной технике. П/игры: «Салки с ведением мяча», «Дуэлянты».

Практическое занятие №4

Совершенствование броска по воротам с места на точность (7-метровый штрафной бросок), под углом к воротам. Изучение ловли мяча, летящего сбоку и кистевой передачи в сторону. Методика обучения данной технике. Изучение разбега при броске в движении по прямой, в сочетании с замахом. Методика обучения данной технике. П/игры: «Бросай – беги», «Гандбол с булавами».

Практическое занятие №5

Совершенствование броска по воротам с места в сочетании с остановкой и ловлей мяча. Изучение техники броска в движении в полной координации. Методика обучения данной технике. Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие № 6

Совершенствование техники броска с места с сопротивлением защитника, броска в движении по прямой на точность. Изучение техники многоударного ведения. Методика обучения данной технике. П/игры: «Салки с ведением мяча». Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №7

Совершенствование техники броска в движении на точность в сочетании с ведением. Формирование тактических навыков броска по воротам (броски с сопротивлением пассивного защитника). Изучение перехвата мяча. Методика обучения данной технике. П/игры: «Собачка». Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №8

Совершенствование броска в движении под углом к воротам. Изучение выбивания мяча при ведении. Изучение отталкивания и приземления при обучении броску в прыжке. Методика обучения технике выбивания мяча при ведении. Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие № 9

Совершенствование броска в движении на силу и скорость по воротам, защищаемым вратарем. Обучение согласованным движениям рук и ног в основной фазе броска в прыжке. Методика обучения данной технике. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении и защите: освобождение от опеки защитника, опека игрока с мячом и без мяча. П/игры: «Борьба за мяч». Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №10

Совершенствование бросков с места и в движении в игровых упражнениях (игра 2х2 на одни ворота). Изучение броска в прыжке в полной координации со свободного разбега. Методика обучения данной технике. П/игры: «Волейбол – гандбол». Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №11

Совершенствование броска в прыжке с прямого разбега в три шага, в сочетании с ведением мяча. Изучение техники блокирования броска. Методика обучения данной технике. Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №12

Совершенствование броска в прыжке после ведения на точность. Сдача контрольного норматива: бросок с места в сочетании с остановкой и ловлей мяча. Учебная игра.

Практическое занятие №13

Совершенствование броска в прыжке с противодействием защитника. Совершенствование блокирования броска. Изучение техники снятия мяча с руки бросающего игрока. Изучение групповых тактических действий в нападении: взаимодействие двух и трех игроков в численном превосходстве (2х1, 3х2) и в численном равенстве - передал-выйди. Игровые комбинации двух игроков взаимодействие полусреднего и крайнего игроков - «Воздушная комбинация», «Заслон края» (ознакомление).

Практическое занятие №14

Совершенствование техники изученных приемов в комбинированных упражнениях: ловля и передача мяча в парах и тройка с выполнением броска по воротам при противодействии защитника. Изучение техники игры вратаря: стойки и передвижений вратаря, отражения мяча руками. Методика обучения данной технике. Изучение индивидуальных тактических действий в защите: действия защитника против двух нападающих. Изучение групповых тактических действий в нападении: взаимодействие крайнего и линейного игроков - комбинация «Откидка». Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №15

Совершенствование изученных приемов в комбинированных упражнениях. Изучение техники игры вратаря: отражение мяча ногами (на примере одного способа - «махом»). Методика обучения данной технике. Изучение групповых тактических действий трех игроков в нападении: комбинации «Тройка», «Растяжка». Учебная игра с заданиями.

Практическое занятие №16,17

Сдача контрольных нормативов. Изучение командных тактических действий в нападении: взаимодействия игроков при стремительном нападении, расстановка игроков при позиционном нападении.

Практическое занятие №18 – 20

Сдача контрольных нормативов. Изучение командных тактических действий в защите: личная защита и её основные варианты. Учебная игра с заданиями. Практика судейства.

Раздел 3. Баскетбол

Тема № 1 Баскетбол как вид спорта и средство физического воспитания.

История возникновения и развития баскетбола в мире. Его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Баскетбол в системе физического воспитания. Особенности вида спорта.

Тема № 2 Основы техники игры в баскетбол. Основы тактики игры в баскетбол. Методика обучения.

Классификация техники игры. Теоретические основы применения и анализ техники, основные ошибки при выполнении ключевых элементов техники. Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол. Методы организации занимающихся. Последовательность обучения технике игры. Технология обучения игровым приемам. Организационно-методические указания по обучению ключевых элементов техники.

Классификация тактики игры в баскетбол. Теоретические основы, значение и основные ошибки в применении ключевых индивидуальных, групповых и командных взаимодействий в нападении и в защите. Закономерности обучения тактике игры в баскетбол. Технология обучения тактическим действиям. Основные понятия тактики, условные обозначения. Организационно-методические указания по обучению ключевым тактическим действиям в нападении и в защите.

Тема № 3 Основы судейства, организации и проведения соревнований по баскетболу.

Правила игры. Требования к судьям. Условные обозначения, жесты судей. Протокол игры. Виды, значение и функции спортивных соревнований по баскетболу. Основные системы розыгрыша. Организационно-методические указания по проведению соревнований по баскетболу.

Тематика практических занятий

Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в футболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Практическое занятие №1

Перемещение баскетболиста. Упражнения на жонглирование мячом. Изучение ловли и передачи мяча способом двумя руками от груди. Сочетание изученных приемов: а) бег - ловля мяча - остановка прыжком; б) бег - ловля мяча под правую ногу - остановка двумя шагами.

Практическое занятие №2-3

ОРУ. «Воробьи и вороны», «Вызов номеров». Передачи мяча в парах, то же с отскоком от пола. Ловля высоколетящих мячей. Передачи лежа, сидя. Повороты с мячом вперед, назад. Бег - ловля мяча под правую ногу - остановка двумя шагами - повороты на

месте. Передачи в тройках (осалить среднего). Тактика передач. Перемещения защитника. Подвижные игры, подводящие к баскетболу: «Пятнашки в тройках (без мяча)», «Передал - садись», «Мяч среднему».

Практическое занятие №4-5

ОРУ. «Пятнашки маршем». Передачи мяча в парах. Передачи мяча с отскоком от стены двумя мячами. Изучение передач: двумя руками сверху, одной рукой снизу. Совершенствование остановок. Передачи мяча в кругах с перемещением на свободное место. Подвижные игры: «Бык на ринге», «Гонки мяча в квадрате», «Борьба за мяч».

Практическое занятие №6-8

ОРУ в шеренгах - «Догони партнера». Ловля мяча с полуотскока, катящегося мяча. Прием контрольного норматива: остановки (прыжком, двумя шагами). Передачи мяча в движении: встречные, на одном уровне. Бег - ловля мяча - 2 шага - передача. Изучение броска одной рукой от плеча с места. Подвижные игры: «Камни в огороде», «Попади в цель», «Гонка мячей по кругу».

Практическое занятие №9-10

ОРУ со скамейками. Встречные передачи, передачи в парах при параллельном движении.

Изучение ведения мяча: у стены, на месте с изменением высоты отскока, ведение прямолинейное. Ведение мяча - остановка прыжком и 2 шагами. «Мяч капитану».

Практическое занятие №11-12

ОРУ в шеренгах (по сигналу - ведение). Ведение мяча - остановки. Ведение мяча с изменением направления с пассивным сопротивлением. Изучение броска в движении после 2 шагов. Подвижные игры: «Цыплята». «Выбей мяч», учебная игра 3х3.

Практическое занятие №13-16

ОРУ в колонне (по сигналу - рывок). Передачи мяча в парах. Скрытые передачи. Передачи в прыжке на месте, у щита. Ловля мяча одной рукой и передача его после ведения. Ведение мяча с изменением скорости движения (со скакалками), без зрительного контроля. Бросок в движении после ведения. Тактика: взаимодействие 2 игроков в нападении - «передал - выйди». Подвижные игры: «Выбей мяч», «Салки в парах».

Практическое занятие №17-20

ОРУ в парах. Передачи мяча в парах в движении с броском по кольцу. Совершенствование броска в движении после двух шагов (2 шага с переводом мяча за спиной). Штрафные броски. Тактика: взаимодействие 2 нападающих. Заслоны (внутренний и внешний). «Зонный баскетбол». Учебная игра 2х2, 3х3, 5х5.

Практическое занятие №21-22

ОРУ со скакалками. «Бег по шпалам». Передачи мяча в парах с сопротивлением (в четверках). Броски по кольцу с места и в движении. Сдача норматива (броски с двух шагов). Тактика: взаимодействие 2 нападающих. Наведение. Держание игрока - «открытая стойка», «закрытая». Подстраховка. Подвижные игры: «Старт за мячом», «Вызов». Учебная игра 2х2, 3х3 с использованием изученных взаимодействий.

Практическое занятие №23-24

Передачи мяча в прыжке. «Салки в парах», «Салки в тройках». Ведение мяча - бросок мяча после 1 шага. Бросок после 2 шагов с пассивным сопротивлением.

Вырывание и выбивание мяча. Держание игрока с активным сопротивлением. Сдача нормативов. Тактика нападения: отвлекающие действия - «проход - проход». Тактика защиты: взаимодействие 2 игроков - переключение, проскальзывание. Подвижная игра: «Наперегонки с мячом». Учебная игра 2х2, 5х5.

Практическое занятие №25

Тактические действия трех нападающих «треугольник», «тройка». Учебная игра, 5х5.

Практическое занятие №26

Личная система защиты. Учебная игра, 5х5.

Практическое занятие №27

Отвлекающие действия нападающего: бросок мяча в прыжке - проход. Тактические действия трех нападающих: «Ложная тройка». Зонная система защиты. Основные принципы. Учебная игра 5х5. Практика судейства.

Практическое занятие №28

Тактические действия 3 нападающих: «Скрестный выход», «Восьмерка» (знакомство). Зонная система защиты 3-2. Учебная игра 5х5. Практика судейства.

Практическое занятие №29

Организация борьбы за мяч, отскочивший от щита или кольца. Зонная система защиты 3-2. Учебная игра 5х5. Практика судейства.

Практическое занятие №30

Отвлекающие действия: двойной финт на проход - проход. Ловля мяча на встречном движении. Учебная игра 5х5. Практика судейства.

Практическое занятие №31

Ведение протокола соревнований. Учебная практика судейства соревнований. Применение изученных приемов в учебной игре 5х5.

Практическое занятие №32-33

Система стремительного нападения 3х2. Практика судейства. Прием зачетных нормативов. Учебная игра 5х5.

Раздел 4. Волейбол

Тема №1. Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания.

История зарождения и развития волейбола. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Волейбол в системе физического воспитания. Особенности вида спорта. Система подготовки профессиональных волейболистов. Классификация техники волейбола. Классификация тактики волейбола. Методические основы обучения технике волейбола. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Тема №2. Правила и судейство соревнований по классическому и пляжному волейболу

Значение правил. Эволюция правил, их взаимосвязь с тактикой и техникой. Экипировка волейболистов. Игровая площадка и оборудование. Требования к технике безопасности при проведении занятий и соревнований. Основные правила соревнований по классическому

волейболу и особенности методики судейства. Основные правила соревнований по пляжному волейболу и особенности методики судейства.

Тема №3. *Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в волейболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.*

Подвижные игры при обучении волейболу.

Анализ техники и тактики в волейболе. Методика обучения основным техническим приемам и тактическим взаимодействиям в волейболе. Изучение подвижных игр при обучении волейболу.

Тематика практических занятий

Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в футболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Практическое занятие №1

Техника передвижений. Стойка волейболиста, бег, остановки (скачком и шагом), изменение направления бега, прыжки. Требования к уровню развития физических качеств в волейболе. Подвижные игры и упражнения на развитие физических качеств в волейболе (скоростно-силовые и координационные). Упражнения на развитие чувства мяча. Игра «Пионербол». Изучение номеров зон и правило «переход игроков».

Практическое занятие №2

Совершенствование техники передвижений: стойка волейболиста, бег, остановки (скачком и шагом), изменение направления бега, прыжки. Требования к уровню развития физических качеств в волейболе. Подвижные игры, эстафеты и упражнения на развитие физических качеств в волейболе (скоростно-силовые и координационные). Упражнения на развитие чувства мяча. Игра «Пионербол». Изучение номеров зон и правило «переход игроков».

Практическое занятие №3-4

Анализ техники и методика обучения (этап начального разучивания) передаче мяча двумя руками сверху. Ознакомление с нормативом №1. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Игра «Пионербол» двумя мячами. Изучение номеров зон и правило «переход игроков».

Практическое занятие №5-6

Анализ техники и методика обучения (этап углубленного разучивания) передаче мяча двумя руками сверху. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Игра «Пионербол» двумя мячами.

Практическое занятие №7

Анализ техники и методика обучения (этап совершенствования) передаче мяча двумя руками сверху. Основы индивидуальных тактических действий. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием передачи мяча двумя руками сверху.

Практическое занятие №8-9

Анализ техники и методика обучения (этап начального разучивания) приему мяча двумя руками снизу. Ознакомление с нормативом №2. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие

физических качеств, необходимых в волейболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием передачи мяча двумя руками сверху. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №10

Анализ техники и методика обучения (этап углубленного разучивания) приему мяча двумя руками снизу. Пробная сдача нормативов № 1, 2. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №11

Анализ техники и методика обучения (этап совершенствования) приему мяча двумя руками снизу. Основы индивидуальных тактических действий. Пробная сдача нормативов № 1, 2. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №12-13

Анализ техники и методика обучения (этап начального разучивания) прямой подаче снизу. Ознакомление с нормативом №3. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №14

Анализ техники и методика обучения (этап углубленного разучивания) прямой подаче снизу. Пробная сдача нормативов № 1, 2, 3. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №15

Анализ техники и методика обучения (этап совершенствования) прямой подачи снизу. Основы индивидуальных тактических действий. Пробная сдача нормативов № 1, 2, 3. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №16-17

Анализ техники и методика обучения (этап начального разучивания) прямой подаче сверху. Ознакомление с нормативом №4. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №18-19

Анализ техники и методика обучения (этап углубленного разучивания) прямой подаче сверху. Пробная сдача нормативов № 1, 2, 3, 4. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №20-22

Анализ техники и методика обучения (этап совершенствования) прямой подачи сверху. Основы индивидуальных тактических действий. Пробная сдача нормативов № 1, 2, 3, 4. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №23-24

Анализ техники и методика обучения атакующему удару. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Практическое занятие №25-26

Анализ техники и методика обучения (этап начального разучивания) одиночному блокированию. Совершенствование техники передвижений. Подвижные игры, эстафеты и специальные упражнения на развитие физических качеств, необходимых в волейболе, и на совершенствование ранее изученных технических приемов. Упражнения на развитие чувства мяча. Учебная игра с использованием ранее изученных технических приемов. Осуществление практического судейства.

Раздел 5. Бадминтон и настольный теннис

Тема №1-3. История зарождения и развития бадминтона. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Бадминтон в системе физического воспитания. Особенности вида спорта. Система подготовки профессиональных бадминтонистов. Классификация техники бадминтона. Классификация тактики бадминтона. Методические основы обучения технике бадминтона. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Тема №4-5. История зарождения и развития настольного тенниса. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Настольный теннис в системе физического воспитания. Особенности вида спорта. Система подготовки профессиональных теннисистов. Классификация техники настольного тенниса. Классификация тактики настольного тенниса. Методические основы обучения технике настольного тенниса.

Тематика практических занятий

Анализ техники и методика обучения основным техническим приемам в футболе. Индивидуальные и групповые тактические взаимодействия в атаке и обороне.

Практические занятия №1-4

Основы технической подготовки в бадминтоне.

Практические занятия №5-8

Основы тактической подготовки в бадминтоне.

Практические занятия №9-12

Основы технической подготовки в настольном теннисе.

Практические занятия №13-14

Основы тактической подготовки в настольном теннисе.

5.3 Темы для самостоятельного изучения. Очная форма обучения

/п	Наименование раздела дисциплины. Тема	Форма самостоятельной работы	Кол-во часов	Форма контроля выполнения самостоятельной работы
	Тема №1. Организация внеклассной работы по футболу. Учебно-тренировочные занятия по футболу в школе. Группы начальной подготовки по футболу в ДЮСШ	Реферат	6	Защита реферата
	Тема №2. Организация занятий по футболу. Оборудование и инвентарь для занятий по футболу. Возрастные группы для занятий. Соревнования по футболу.	Реферат	10	Защита реферата
	Тема №3. Техническое обеспечение занятий по футболу. Оборудование и инвентарь для проведения занятий по футболу. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	20	Защита реферата
	Тема №4. История развития гандбола в стране и за рубежом. История возникновения гандбола. Развитие гандбола в стране и за рубежом. Разновидности гандбола. Соревнования по гандболу. Сильнейшие команды в мире, в стране.	Реферат	10	Защита реферата

	Тема №5. <i>Организация внеклассной работы по гандболу.</i> Учебно-тренировочные занятия по гандболу в школе. Группы начальной подготовки по гандболу в ДЮСШ.	Реферат	1 0	Защита реферата
	Тема №6. <i>Организация занятий по гандболу.</i> Оборудование и инвентарь для занятий по гандболу. Возрастные группы для занятий. Соревнования по гандболу	Реферат	1 0	Защита реферата
	Тема №7. <i>Техническое обеспечение занятий по гандболу.</i> Оборудование и инвентарь для проведения занятий по гандболу. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	1 0	Защита реферата
	Тема №8. Спортивные игры в российской системе физического воспитания. История развития и современное состояние игры в России и за рубежом. Спортивные игры как средство физического воспитания в школах, вузах, ДЮСШ, в лагерях отдыха. Подготовка учительских кадров. Актуальность проведения научных исследований. Учебно-методическое обеспечение.	Реферат	1 5	Защита реферата
	Тема №9. Особенности в работе с командами по спортивным играм. Комплектование команд. Оперативное и стратегическое управление. Роль тренера в команде.	Реферат	5 6	Защита реферата

	Психологическая подготовка. Роль тестирования. Микроклимат в команде. Отбор в спортивных играх. Средства управления. Методы контроля. Критерии оценки.			
0	Тема №10. История развития волейбола и пляжного волейбола в стране и за рубежом. История возникновения волейбола. Развитие в стране и за рубежом. Разновидности волейбола. Соревнования по волейболу. Сильнейшие команды в мире, в стране по волейболу.	Реферат	1 0	Защита реферата
1	Тема №11. Организация внеклассной работы по волейболу. Учебно-тренировочные занятия по волейболу в школе. Группы начальной подготовки по волейболу в ДЮСШ.	Реферат	2 0	Защита реферата
2	Тема №12. Организация занятий по волейболу. Оборудование и инвентарь для занятий по пляжному волейболу. Возрастные группы для занятий. Соревнования по пляжному волейболу. Сильнейшие пары в мире и в стране по пляжному волейболу.	Реферат	2 0	Защита реферата
3	Тема №13. Техническое обеспечение занятий по волейболу. Оборудование и инвентарь для проведения занятий по волейболу. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	1 0	Защита реферата
4	Тема №14. История развития бадминтона и	Реферат	1 0	Защита реферата

	<i>настольного тенниса в стране и за рубежом.</i> История возникновения. Развитие в стране и за рубежом. Разновидности бадминтона и настольного тенниса (одиночная, парная игра). Соревнования по бадминтону и настольному теннису. Сильнейшие команды в мире, в стране по данным видам спорта.			
5	Тема № 15. Организация внеклассной работы по бадминтону и настольному теннису. Учебно-тренировочные занятия по бадминтону и настольному теннису в школе. Группы начальной подготовки по бадминтону и настольному теннису в ДЮСШ.	Реферат	1 0	Защита реферата
6	Тема №16. Организация занятий по бадминтону и настольному теннису. Оборудование и инвентарь для занятий по бадминтону и настольному теннису. Возрастные группы для занятий. Соревнования по бадминтону и настольному теннису. Сильнейшие игроки и пары в мире и в стране по бадминтону и настольному теннису.	Реферат	1 0	Защита реферата
7	Тема №17. Техническое обеспечение занятий по бадминтону и настольному теннису. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	1 0	Защита реферата

5.3 Темы для самостоятельного изучения. Заочная форма обучения

	Наименование раздела дисциплины. Тема	Форма самостоятельной	Кол-во	Форма контроля
--	---------------------------------------	-----------------------	--------	----------------

/п		работы	часов	выполнения мостоятельной работы
	Тема №1. Организация <i>внеклассной работы по футболу.</i> Учебно-тренировочные занятия по футболу в школе. Группы начальной подготовки по футболу в ДЮСШ	Реферат	2 0	Защита реферата
	Тема №2. Организация <i>занятий по футболу.</i> Оборудование и инвентарь для занятий по футболу. Возрастные группы для занятий. Соревнования по футболу.	Реферат	3 0	Защита реферата
	Тема №3. Техническое <i>обеспечение занятий по футболу.</i> Оборудование и инвентарь для проведения занятий по футболу. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	3 0	Защита реферата
	Тема №4. История <i>развития гандбола в стране и за рубежом.</i> История возникновения гандбола. Развитие гандбола в стране и за рубежом. Разновидности гандбола. Соревнования по гандболу. Сильнейшие команды в мире, в стране.	Реферат	1 0	Защита реферата
	Тема №5. Организация <i>внеклассной работы по гандболу.</i> Учебно-тренировочные занятия по гандболу в школе. Группы начальной подготовки по гандболу в ДЮСШ.	Реферат	3 0	Защита реферата
	Тема №6. Организация <i>занятий по гандболу.</i> Оборудование и инвентарь для занятий по гандболу. Возрастные группы для занятий. Соревнования по гандболу	Реферат	2 0	Защита реферата

	Тема №7. Техническое обеспечение занятий по гандболу. Оборудование и инвентарь для проведения занятий по гандболу. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	0 ²	Защита реферата
	Тема №8. Спортивные игры в российской системе физического воспитания. История развития и современное состояние игры в России и за рубежом. Спортивные игры как средство физического воспитания в школах, вузах, ДЮСШ, в лагерях отдыха. Подготовка учительских кадров. Актуальность проведения научных исследований. Учебно-методическое обеспечение.	Реферат	0 ²	Защита реферата
	Тема №9. Особенности в работе с командами по спортивным играм. Комплектование команд. Оперативное и стратегическое управление. Роль тренера в команде. Психологическая подготовка. Роль тестирования. Микроклимат в команде. Отбор в спортивных играх. Средства управления. Методы контроля. Критерии оценки.	Реферат	1 ⁶	Защита реферата
0	Тема №10. История развития волейбола и пляжного волейбола в стране и за рубежом.	Реферат	0 ¹	Защита реферата

	История возникновения волейбола. Развитие в стране и за рубежом. Разновидности волейбола. Соревнования по волейболу. Сильнейшие команды в мире, в стране по волейболу.			
1	Тема №11. Организация внеклассной работы по волейболу. Учебно-тренировочные занятия по волейболу в школе. Группы начальной подготовки по волейболу в ДЮСШ.	Реферат	2 0	Защита реферата
2	Тема №12. Организация занятий по волейболу. Оборудование и инвентарь для занятий по пляжному волейболу. Возрастные группы для занятий. Соревнования по пляжному волейболу. Сильнейшие пары в мире и в стране по пляжному волейболу.	Реферат	2 0	Защита реферата
3	Тема №13. Техническое обеспечение занятий по волейболу. Оборудование и инвентарь для проведения занятий по волейболу. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	3 0	Защита реферата
4	Тема №14. История развития бадминтона и настольного тенниса в стране и за рубежом. История возникновения. Развитие в стране и за рубежом. Разновидности бадминтона и настольного тенниса (одиночная, парная игра). Соревнования по бадминтону и настольному теннису. Сильнейшие команды в мире, в стране по данным видам спорта.	Реферат	2 0	Защита реферата

5	Тема № 15. Организация внеклассной работы по бадминтону и настольному теннису. Учебно-тренировочные занятия по бадминтону и настольному теннису в школе. Группы начальной подготовки по бадминтону и настольному теннису в ДЮСШ.	Реферат	3 0	Защита реферата
6	Тема №16. Организация занятий по бадминтону и настольному теннису. Оборудование и инвентарь для занятий по бадминтону и настольному теннису. Возрастные группы для занятий. Соревнования по бадминтону и настольному теннису. Сильнейшие игроки и пары в мире и в стране по бадминтону и настольному теннису.	Реферат	2 0	Защита реферата
7	Тема №17. Техническое обеспечение занятий по бадминтону и настольному теннису. Технические средства для теоретического освоения изучаемого материала, для совершенствования навыков и умений, для развития двигательных качеств.	Реферат	3 0	Защита реферата

6. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

Рекомендуемая литература учебные издания: учебники и учебные пособия, включая (при наличии) их электронные версии:

а) основная литература:

1.Губа В.П. Волейбол в университете [Электронный ресурс]: теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: учебное пособие для вузов/ В.П. Губа, А.В. Родин. - Электрон. текстовые дан.- Москва: Советский спорт, 2009. - 164 с. – Режим доступа:

<http://e.lanbook.com/view/book/4107/>

2.Игнатьева В. Я. Гандбол: учебник для вузов / В. Я. Игнатьева. - Москва: Физическая культура, 2008. - 384 с.

3.Мини-футбол. Правила игры и судейство соревнований (учебно-методическое пособие)/сост. А. В. Коковкин. – Вологда: ВГПУ, 2011. – 74 с.

4.Мини-футбол как вид спорта и средство физического воспитания детей (учебно методическое пособие) /сост. А. В. Коковкин. – Вологда: ВГПУ, 2011. – 86 с.

5.Родин А. В. Баскетбол в университете: теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе/ А. В. Родин, Д. В. Губа. - Москва: Советский спорт, 2009. - 168 с.

6.Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 6-е изд., стер. – Москва: Академия, 2010. – 520 с.

7.Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник для вузов / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. - 400 с.

8.Фурманов А. Г. Волейбол/ А. Г. Фурманов. - Минск: Современная школа, 2009. - 240 с.

б) дополнительная литература:

1. Антипов, Александр Викторович Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие/ А. В. Антипов, В. П. Губа, С. Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт,2008.-152 с.

2. Антипов, Александр Викторович Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие/ А. В. Антипов, В. П. Губа, С. Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт,2008.-152 с.

3. Волейбол: примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва/ [авт.: Ю. Д. Железняк, А. В. Чачин, Ю. П. Сыромятникова]. - М.: Советский спорт,2007.-112 с.

4. Дворкина Н. И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3-6 лет на основе подвижных игр / Н. И. Дворкина. – М.: Советский спорт, 2005. – 184 с.

5. Игры и спортивные развлечения в школе и оздоровительном лагере для детей подросткового возраста / Н. Л. Воробьева. – М.: АРКТИ, 2008. – 96 с.

6. Колос В.М. Баскетбол: теория, практика / В. М. Колос. – Минск, 1988.

7. Методика обучения игре в волейбол: пособие для факультетов физической культуры/ разработано В. Ю. Шнейдером. - М.: Человек,2009.-56 с.

8. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.

9. Подвижные игры. Практический материал. / Л. В. Былеева, И. М. Коротков, Р. В. Климова, Е. В. Кузьмичева. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 279 с.

10. Правила игры в футбол - М.: Проспект,2009.-96 с.

11. Русские детские подвижные игры / Е. А. Покровский. – М.: Сфера, 2009. – 184 с.

12. Самый популярный учебник футбола: тренировочные программы и упражнения от ведущих тренеров мира / Малькольм Кук и Джимми Шоулдер; предисл. Сэра Бобби Робсона и Марка Хьюза. - М.: АСТ: Астрель,2009.-126, [2] с.

13. Шоо Михаэль. Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата / Михаэль Шоо. – М.: Academia, 2003. – 112 с.

14. Жуков М. Н. Подвижные игры / М. Н. Жуков. – М.: Академия, 2006. – 160 с.

15. Чернова Е.А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу / Е.А. Чернова.. – М., 2001.

в) интернет ресурсы

1. <http://www.vgff.ru>

2. <http://www.amfr.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

7.1. Перечень используемых технических средств

- Для проведения лекций и семинаров используется аудитория оборудованная мультимедийным проектором и ноутбуком.
- Для проведения практических занятий используется спортивный зал 36X18 метров и инвентарь для спортивных игр, манишки, конусы, баскетбольные щиты, волейбольная сетка и стойки, ворота, бадминтонная сетка, столы для настольного тенниса.

8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:

8.1. Требования к зачетам по разделам:

Раздел «Футбол»

Контрольные мероприятия по курсу

Норматив №1 Жонглирование ногой. 10 касаний мяча без удара о площадку – для юношей и 5 - для девушек.

Норматив №2 Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы на точность. Попасть в ворота размером 1x1 м с расстояния 10 м для юношей, 8 м – для девушек. По пять ударов левой и правой ногой. Необходимо попасть в ворота не менее 5 раз в сумме.

Норматив №3 Удар по неподвижному мячу внутренней стороной подъема на точность. Попасть в гандбольные ворота. Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху. Расстояние, количество ударов и оценивание аналогично норм. №2.

Норматив №4 Удар по мячу средней частью подъема на точность с собственного набрасывания руками (можно после отскока от пола). Попасть в гандбольные ворота. Расстояние, количество ударов и оценивание аналогично норм. №2. Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху.

Норматив №5 Передача мяча головой в парах в одно касание. 10 передач – для юношей, 5 передач – для девушек (волейбольным мячом).

Вопросы к зачету по футболу

1. История зарождения и развития футбола
2. Современная история футбола.
3. История возникновения мини-футбола (Футзала).
4. Современная история мини-футбола (Футзала).
5. Футбол в системе физического воспитания.
6. Особенности вида спорта.
7. Система подготовки профессиональных футболистов.
8. Классификация техники футбола.
9. Классификация тактики футбола.
10. Методические основы обучения технике футбола.
11. Значение правил. Эволюция правил, их взаимосвязь с тактикой и техникой.
12. Экипировка футболистов.
13. Игровая площадка и оборудование.
14. Требования к технике безопасности при проведении занятий и соревнований.
15. Основные правила соревнований по футболу и особенности методики судейства.

16. Основные правила соревнований по мини-футболу и особенности методики судейства.

17. Техника передвижений. Стойка футболиста, бег, остановки, изменение направления бега.

18. Анализ техники и методика обучения передачам и остановкам мяча внутренней стороной стопы.

19. Подвижные игры на развитие физических качеств, необходимых в футболе.

20. Анализ техники и методика обучения удару по мячу внутренней частью подъема.

21. Анализ техники и методика обучения удару и остановке мяча серединой подъема.

22. Анализ техники и методика обучения ведению мяча носком, внутренней и внешней частью подъема.

23. Анализ техники и методика обучения удару по мячу головой (серединой лба).

24. Анализ техники и методика обучения вбрасыванию мяча руками из-за головы (аут).

25. Анализ техники и методика обучения удару по мячу пяткой.

26. Групповые взаимодействия в атаке: «забегание», «стенка», «смена мест».

Раздел «Гандбол»

Контрольные мероприятия по курсу

Норматив № 1. Выполнение ловли двумя руками и передачи согнутой сверху в движении.

Условия выполнения:

- упражнение выполняется в парах;
- скорость выполнения упражнения выше средней; оценивается техника выполнения.

Передача засчитывается в следующем случае:

- игроки выполнили упражнение без потери мяча с учетом условий выполнения;
- передача выполнена технически правильно.

Ошибки при выполнении передачи:

- разгон мяча толчком (первой движется кисть);
- отсутствие замаха; при выпуске мяча рука согнута в локтевом суставе;
- передача выполняется без учета скорости движения партнера.

Норматив № 2. Выполнение кистевой передачи в движении.

Условия выполнения и критерии оценки те же, что и в предыдущем упражнении.

Ошибки при выполнении кистевой передачи: при выполнении передачи локоть повёрнут кверху; передача выполнена выше или ниже уровня пояса; захлестывающее движение кистью.

Норматив № 3. Выполнение броска по воротам в сочетании с остановкой и ловлей мяча от партнера.

Условия выполнения:

- бросок выполняется с расстояния 6м - для девушек, 9м - для юношей;
- учитывается техника выполнения и точность броска;
- броски выполняются в верхнюю и нижнюю части ворот. Норматив: 3 попадания из 5 попыток.

Ошибки при выполнении броска:

- вес тела при замахе перенесён на впереди стоящую ногу;
- при броске вес тела остается на сзади стоящей ноге;
- отсутствие наклона туловища вперед в заключительной фазе броска

Норматив № 4. Выполнение броска по воротам в опорном положении после ведения. Условия выполнения:

- бросок выполняется после ведения, скорость передвижения - выше средней;
- бросок выполняется с расстояния 6м - для девушек, 9м - для юношей;
- учитывается техника выполнения и точность броска;

Вопросы к зачету по гандболу

1. Анализ техники передачи одной рукой сверху хлестом и ловли мяча двумя руками.
2. Анализ техники скрытой кистевой передачи и ловли мяча двумя руками.
3. Анализ техники одноударного и многоударного ведения.
4. Анализ техники броска с места из опорного положения.
5. Анализ техники броска из опорного положения после разбега.
6. Анализ техники броска в безопорном положении.
7. Анализ техники задержания мяча вратарем способом мах, особенности обучения.
8. Анализ техники задержания мяча вратарем способом выпад, особенности обучения.
9. Анализ техники блокирования броска, особенности обучения.
10. Методика обучения передаче одной рукой сверху хлестом и ловле мяча двумя руками.
11. Методика обучения скрытой кистевой передаче и ловле мяча двумя руками.
12. Методика обучения многоударному и одноударному ведению.
13. Методика обучения броску с места в опорном положении.
14. Методика обучения броску в безопорном положении.
15. Методика обучения скрытому уходу от опеки соперника.
16. Методика обучения групповому взаимодействию "Внешний заслон" с уходом.
17. Методика обучения "Отрыву".
18. Методика обучения зонной системе защиты 6:0.
19. Методика обучения подстраховке, проскальзыванию, переключению.
20. Методика обучения личной опеке и перехвату мяча.
21. Правила игры. Начальный бросок, свободный мяч, штрафной бросок.
22. Правила игры. Бросок вратаря, боковой бросок, нарушение правила ведения.
23. Площадка, инвентарь. Правила игры: грубая игра, удаления, ввод мяча в игру после забитого очка.
24. Классификация тактических действий вратаря.
25. Классификация тактики игры.
26. Классификация техники игры.

Раздел «Баскетбол»

Контрольные мероприятия по курсу

Норматив №1. Выполнение остановок прыжком и двумя шагами с правильной техникой;

Норматив №2. Бросок мяча в кольцо после двух шагов с правильной техникой (из 5 попыток - 3 попадания);

Норматив №3. Выполнение комбинированного норматива с правильной техникой на время - обводка области штрафного броска справа (правой рукой) и слева (левой рукой) с двумя попаданиями в кольцо (девушки - 12,5 сек, юноши - 11,5 сек);

Норматив №4. Выполнение штрафных бросков одной рукой от плеча (6 попаданий из 10);

Задания:

- выполнение раздела «Практическое судейство»;
- знание материала, изученного на лекциях, семинарах и практических занятиях.

Вопросы к зачету по баскетболу

1. Классификация техники игры.
2. Правила игры, основы судейства в баскетболе.
3. Классификация тактики нападения.
4. Классификация тактики защиты.
5. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов.
6. Анализ техники передачи мяча одной рукой от груди.
7. Анализ техники ведения мяча.
8. Анализ техники броска с места одной рукой от головы (от плеча).
9. Анализ техники броска в движении.
10. Обучение стойкам и перемещениям.
11. Обучение передаче мяча одной рукой от груди.
12. Обучение ведению мяча.
13. Обучение броску с места одной рукой от головы (от плеча).
14. Обучение броску в движении.
15. Обучение вырыванию, выбиванию мяча.
16. Обучение взаимодействию “пас-рывок”.
17. Обучение личной защите.
18. Обучение групповому тактическому взаимодействию в нападении “Двойка”.
19. Обучение групповому тактическому взаимодействию в нападении “Тройка”.
20. Обучение командному тактическому взаимодействию в нападении “Быстрый прорыв”.
21. Обучение командным тактическим действиям в защите: зонная система защиты 2 - 1 - 2.
22. Особенности организации спортивных соревнований по баскетболу, системы розыгрышей.

Раздел «Волейбол»

Контрольные мероприятия по курсу

Норматив №1 Передача мяча двумя руками сверху. Игрок с мячом располагается в шести метрах напротив баскетбольного щита. Он сам подбрасывает себе мяч и старается

попасть с использованием передачи двумя руками сверху в баскетбольное кольцо. Попадание засчитывается при условии:

- соблюдения основ техники передачи мяча двумя руками сверху;
- если мяч попал в баскетбольное кольцо «напрямую» или в душку кольца сверху;
- если мяч сначала не касается баскетбольного щита.

Дается пять попыток. Необходимо попасть три раза.

Норматив №2 Прямая подача снизу. Игрок с мячом располагается в зоне подачи. Он осуществляет прямую нижнюю подачу. Обязательным условием является соблюдение основ техники и правил соревнований, касающихся подачи в волейболе. Всего дается 10 попыток. Сначала за первые пять попыток необходимо 3 раза попасть в левую (правую) половину противоположной стороны площадки. Затем то же самое - в правую (левую) половину.

Норматив №3 Прямая подача сверху. Игрок с мячом располагается в зоне подачи. Он осуществляет прямую верхнюю подачу. Обязательным условием является соблюдение основ техники и правил соревнований, касающихся подачи в волейболе. Всего дается пять попыток. Девушкам необходимо 3 раза попасть в площадку «соперников». Юноши должны 3 раза попасть в специально размеченный прямоугольник в области шестой зоны «соперников».

Норматив №4 Прием мяча двумя руками снизу. Обязательным условием является соблюдение основ техники приема мяча. Норматив выполняется в парах. Игрок с мячом располагается в зоне №6 у линии нападения. Принимающий игрок находится на противоположной половине площадки в области зоны №6. Первый игрок через сетку любым способом набрасывает мяч партнеру. Тот принимает мяч двумя руками снизу таким образом, чтобы тот (мяч) по траектории выше верхнего края сетки, упал на этой же половине площадки в зону №3. Из пяти попыток необходимо попасть три раза. Игроку, принимающему мяч, разрешается делать 1-2 шага в любом направлении, если мяч летит не точно. Если мяч брошен очень не точно, то принимающий игрок имеет право не более двух раз не осуществлять приема мяча. Это за попытку не засчитывается.

Вопросы к зачету по волейболу

1. История зарождения и развития классического волейбола.
2. Современная история классического волейбола.
3. История возникновения пляжного волейбола.
4. Современная история пляжного волейбола.
5. Волейбол в системе физического воспитания.
6. Особенности вида спорта.
7. Система подготовки профессиональных волейболистов.
8. Классификация техники волейбола.
9. Классификация тактики волейбола.
10. Методические основы обучения технике волейбола.
11. Значение правил. Эволюция правил, их взаимосвязь с тактикой и техникой.
12. Экипировка волейболистов.
13. Игровая площадка и оборудование.
14. Требования к технике безопасности при проведении занятий и соревнований.
15. Основные правила соревнований по волейболу и особенности методики судейства.
16. Основные правила соревнований по пляжному волейболу и особенности методики судейства.

17. Техника передвижений. Стойка волейболиста, бег, остановки, изменение направления бега.
18. Анализ техники и методика обучения передаче мяча внутренней двумя руками сверху. Индивидуальные тактические действия.
19. Подвижные игры на развитие физических качеств, необходимых в волейболе.
20. Анализ техники и методика обучения прямой подаче снизу. Индивидуальные тактические действия.
21. Анализ техники и методика обучения прямой подаче сверху. Индивидуальные тактические действия.
22. Анализ техники и методика обучения атакующему удару. Индивидуальные тактические действия.
23. Анализ техники и методика обучения одиночному блокированию. Индивидуальные тактические действия.
24. Анализ техники и методика обучения приему мяча двумя руками снизу. Индивидуальные тактические действия.
25. Анализ техники и методика обучения групповому блокированию.
26. Групповые взаимодействия в атаке: «волна», «эшелон», «крест».
27. Особенности групповых взаимодействий в обороне: расположение на площадке, осуществление страховки, при блокировании при атакующем ударе соперника, при подаче соперника.

Раздел «Бадминтон и настольный теннис»

Вопросы к зачету по бадминтону и настольному теннису

1. История зарождения и развития бадминтона.
2. История зарождения и развития настольного тенниса.
3. Основы технической подготовки в бадминтоне.
4. Основы технической подготовки в настольном теннисе.
5. Основы тактической подготовки в бадминтоне.
6. Основы тактической подготовки в настольном теннисе.
7. Правила одиночной игры в бадминтоне.
8. Правила парной игры в бадминтоне.
9. Правила одиночной игры в настольном теннисе.
10. Правила парной игры в настольный теннис.
11. Судейство соревнований по бадминтону.
12. Судейство соревнований по настольному теннису.

8.2. Вопросы к экзамену по модулю (спортивные игры).

Баскетбол

1. История возникновения и развития игры.
2. Перемещения. Методика обучения остановкам.
3. Способы ловли мяча. Методика обучения.
4. Классификация передач мяча. Анализ техники передачи одной рукой от плеча и методика обучения.
5. Классификация бросков. Анализ техники броска одной рукой от плеча и методика обучения.
6. Способы ведения мяча. Анализ техники и методика обучения.

7.	Обучение броску в движении и после двух шагов.
8.	Выбивание и вырывание мяча. Методика обучения.
9.	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.
10.	Взаимодействие 2-х и 3-х нападающих.
11.	Взаимодействие 2-х защитников.
12.	Организация борьбы за отскочивший от кольца мяч.
13.	Системы защиты: личная, зонная.
14.	Командная тактика в нападении.
15.	Отвлекающие действия.
16.	Подвижные игры в занятиях баскетболом.
17.	Разметка площадки и оборудование.
18.	Минутный перерыв и замены.
19.	Персональные и технические фолы.
20.	Правила 3, 5, 10, 30 секунд.

Гандбол

1.	Анализ техники и методика обучения броску согнутой рукой сверху в опорном положении.
2.	Анализ техники и методика обучения броску в прыжке.
3.	Техника игры вратаря. Методика обучения.
4.	Классификация техники игры в защите.
5.	Групповые тактические действия нападающих.
6.	Командные тактические действия в защите.
7.	Разметка площадки и оборудование.
8.	Предупреждение и удаление в игре.
9.	Правила семиметрового штрафного броска.
10.	Способы ведения мяча в игру.

Футбол

1.	Футбол как вид спорта и средство физического воспитания. Характеристика игровой деятельности.
2.	Подвижные игры при обучении футболу.
3.	Классификация техники футбола.
4.	Классификация тактики футбола.
5.	Индивидуальные, групповые и командные технико-тактические действия футболистов в обороне.
6.	Индивидуальные, групповые и командные технико-тактические действия футболистов в атаке.
7.	Анализ техники и методика обучения удару по мячу внутренней стороной стопы в футболе.
8.	Анализ техники и методика обучения удару по мячу средней частью подъема в футболе.
9.	Анализ техники и методика обучения удару по мячу средней частью подъема в футболе.
10.	Анализ техники и методика обучения удару по мячу внутренней стороной подъема в футболе.
11.	Анализ техники и методика обучения удару по мячу средней частью лба в опорном положении в футболе.

12. Способы ведения мяча в футболе. Анализ техники и методика обучения ведению мяча внутренней и внешней частью подъёма.
13. Способы остановок и подработок мяча в футболе.
14. Вбрасывание мяча из-за боковой линии («аут») в футболе. Анализ техники и методика обучения.
15. Правила футбола. Площадка, инвентарь, оборудование.
16. Правила футбола. Число игроков и экипировка.
17. Правила футбола. Судья и помощники судьи.
18. Правила футбола. Начало, возобновление и продолжительность игры.
19. Правила футбола. Мяч в игре и не в игре, определение взятия ворот.
20. Правила футбола. Положение «вне игры»
21. Правила футбола. Нарушение правил и недисциплинированное поведение. Штрафной и свободные удары.
22. Правила футбола. 11-метровый удар.
23. Правила футбола. Удар от ворот, угловой удар.
24. Правила мини-футбола. Площадка, инвентарь, оборудование.
25. Правила мини-футбола. Число игроков и экипировка.
26. Правила мини-футбола. Судья и помощники судьи.
27. Правила мини-футбола. Начало, возобновление и продолжительность игры.
28. Правила мини-футбола. Нарушение правил и недисциплинированное поведение. Штрафной и свободные удары.
29. Правила мини-футбола. 6-метровый удар.
30. Правила мини-футбола. Набранные фолы. Дабл-пенальти.
31. Правила мини-футбола. Бросок от ворот, боковой и угловые удары.

Бадминтон

1. Бадминтон как вид спорта и средство физического воспитания. Характеристика игровой деятельности.
2. Основы техники игры.
3. Правила одиночной игры.
4. Правила парной игры.

Настольный теннис

1. Настольный теннис. Правила одиночной игры.
2. Настольный теннис. Правила парной игры.

Общие вопросы

1. Содержание школьной программы по спортивным играм.
2. Круговая система соревнований. Составить график игр с чередованием и без чередования полей для 9 команд.
3. Система с выбыванием после первого поражения. Составить график игр для 9 команд.

4. Способы деления команд на подгруппы.

Волейбол

1. Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания. Характеристика игровой деятельности.
2. Подвижные игры при обучении волейболу.
3. Классификация техники волейбола.
4. Классификация тактики волейбола.
5. Индивидуальные, групповые и командные технико-тактические действия волейболистов в обороне.
6. Индивидуальные, групповые и командные технико-тактические действия волейболистов в атаке.
7. Анализ техники и методика обучения передачи мяча двумя руками сверху в волейболе.
8. Анализ техники и методика обучения приему мяча двумя руками снизу в волейболе.
9. Анализ техники и методика обучения прямой подаче снизу в волейболе.
10. Анализ техники и методика обучения прямой верхней подаче в волейболе.
11. Анализ техники и методика обучения атакующему удару в волейболе.
12. Анализ техники и методика обучения одиночному и групповому блокированию в волейболе.
13. Правила волейбола. Площадка, инвентарь, оборудование.
14. Правила волейбола. Число игроков и экипировка.
15. Правила волейбола. Судья и помощники судьи.
16. Правила волейбола. Правило подачи.
17. Правила волейбола. Правило замены.
18. Правила волейбола. «Либеро».
19. Правила волейбола. Атакующий удар и блокирование.

8. 3. Комплект экзаменационных билетов (утвержден зав. кафедрой до начала сессии)

8.4 Примерная тематика курсовых работ.

В плане дисциплины не предусмотрено