

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Спортивно-педагогический факультет спортивных игр и единоборств

Кафедра спортивных игр

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ Акулич Л.И.

\_\_\_\_\_ 20\_\_

**СОГЛАСОВАНО**

Декан факультета

\_\_\_\_\_ Планида Е.В.

\_\_\_\_\_ 20\_\_

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС  
(ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ)  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**Спортивные и подвижные игры и методика преподавания**

1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;

1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура  
(по направлениям)»;

1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;

1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;

1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

Составители:

Давидович Т.Н., старший преподаватель  
Запелалова М.Ю., старший преподаватель  
Жигунова Е.А., старший преподаватель  
Боярина Ю.С., старший преподаватель  
Вашкевич А.М., старший преподаватель

Рассмотрено и утверждено на заседании НМС университета

\_\_\_\_\_ 20\_\_ , протокол № \_\_\_\_\_

Регистрационный № \_\_\_\_\_

# ОГЛАВЛЕНИЕ

|   |     |
|---|-----|
| <b>Пояснительная записка</b> .....  | 4   |
| <b>1. Учебные программы</b> .....   | 6   |
| 1.1. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей:1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)».....                                 | 7   |
| 1.1.1. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Подвижные игры»)..... | 47  |
| 1.1.2. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей:1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура(по направлениям)»;1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Баскетбол»).....           | 69  |
| 1.1.3. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Волейбол»).....      | 97  |
| 1.1.4. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Гандбол»).....           | 127 |
| 1.1.5. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура(по направлениям)»;1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность  |     |

|   |     |
|---|-----|
| (по направлениям)»;1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Футбол») | 154 |
| <b>2. Теоретический раздел</b>  | 175 |
| 2.1. Опорный конспект лекций  | 175 |
| <b>3. Практический раздел</b>   | 224 |
| 3.1. Содержание практических занятий  | 224 |
| <b>4. Раздел контроля знаний и умений</b>   | 296 |
| 4.1. Контрольные задания  | 296 |
| 4.1. Тематика рефератов   | 296 |
| 4.3. Контроль учебной деятельности  | 299 |
| 4.3.1. Контроль двигательных умений   | 299 |
| 4.3.2. Контроль знаний  | 301 |
| 4.4. Критерии оценки результатов учебной деятельности   | 305 |
| <b>5. Вспомогательный раздел</b>  | 309 |
| 5.1. Основная и дополнительная литература   | 309 |
| 5.2. Управляемая контролируемая самостоятельная работа студентов на занятиях                          | 316 |
| 5.3. Требования к оформлению письменных работ (рефератов)   | 319 |
| 5.4. Глоссарий  | 321 |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» сочетает преимущества компетентного подхода в обучении с использованием современных инновационных педагогических технологий. Значительный акцент сделан на формировании у студента практических навыков и умений, отвечающих задачам его профильной подготовки и дальнейшей профессиональной деятельности.

Целью изучения учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» является формирование и развитие социально-профессиональной компетентности, позволяющей сочетать академические, профессиональные, социально-личностные компетенции для решения задач в сфере профессиональной и социальной деятельности.

Поставленная цель в учебном процессе достигается путем:

- лекционного изложения курса;
- практической работы на практических занятиях;
- изучения специальной и дополнительной литературы.

Функции УМК:

- раскрывает основные требования к содержанию изучаемой учебной дисциплины;

- обеспечивает эффективное освоение обучающимися учебного материала, входящего в учебную программу учебной дисциплины для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»;

- обеспечивает преемственность в преподавании учебных дисциплин в соответствии с учебным планом.

УМК(эв) учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» включает в себя пять разделов: учебные программы; теоретический, практический, контроля знаний и умений; вспомогательный.

1. Раздел «учебные программы» УМК(эв) по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» содержит учебно-программную документацию образовательной программы высшего образования, рекомендуемые для изучения данной учебной дисциплины.

2. Теоретический раздел УМК(эв) по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» содержит материалы для теоретического изучения учебной дисциплины в объеме, установленном типовым учебным планом по специальности (направлению специальностей).

3. Практический раздел УМК(эв) по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» содержит материалы для проведения практических учебных занятий и организовывается в соответствии с типовым учебным планом по специальности (направлению специальностей).

4. Раздел контроля знаний и умений УМК(эв) по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» содержит материалы текущей и итоговой аттестации, позволяющие определить соответствие результатов учебной деятельности обучающихся требованиям образовательных стандартов высшего образования и учебно-программной документации образовательных программ высшего образования.

5. Вспомогательный раздел УМК(эв) по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» содержит информационно-аналитические материалы, рекомендуемые для изучения учебной дисциплины.

Особенностями структурирования и подачи учебного материала является последовательность рассмотрения, что способствует возникновению связи образовательных результатов, методов их достижения и определённых форм контроля в связи с другими учебными дисциплинами.

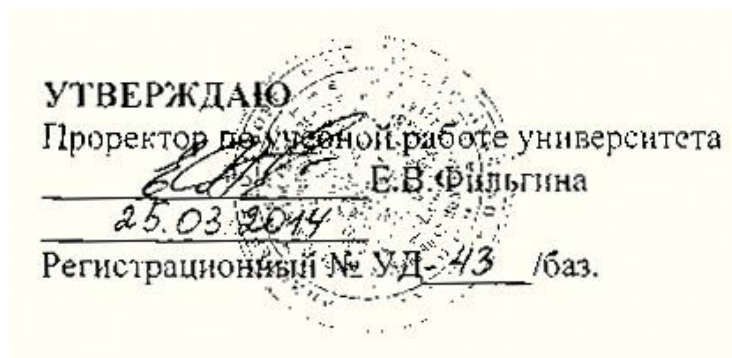
Учебно-методический комплекс (электронная версия) (УМК(эв)) является в определённой степени вспомогательным учебным материалом для освоения студентами основ данной учебной дисциплины и рекомендуется как один из элементов для систематизации восприятия и практического использования как отдельных частей, так и целостной системы знаний.

## **1. Учебные программы**

**1.1. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»**

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»



## **СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ**

Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине для специальностей:

- 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;
- 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;
- 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

Минск 2014

### **СОСТАВИТЕЛИ:**

**А.Г.Мовсесов**, заведующий кафедрой спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

**Г.А.Рымашевский**, доцент кафедры футбола и хоккея учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

**Т.Н.Давидович**, старший преподаватель кафедры спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

**Т.А.Куц**, старший преподаватель кафедры спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

**Е.А.Жигунова**, старший преподаватель кафедры спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

### **РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**А.М.Шахлай**, декан спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», доктор педагогических наук, профессор;

**С.А.Сергеев**, заведующий кафедрой фехтования, бокса и тяжелой атлетики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент

### **РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой спортивных игр учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 08.01.2014 № 6);

кафедрой футбола и хоккея учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 04.12.2013 № 5);

советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 22.01.2014 № 7);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 25.03.2014 № 7);



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» в соответствии с требованиями образовательных стандартов I ступени высшего образования ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013 и учебных планов вышеуказанных специальностей.

Учебная программа предназначена для реализации на I ступени высшего образования в рамках цикла специальных дисциплин. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание, акцентуация на компетентностном подходе в обучении, значительное усиление роли и доли самостоятельной работы студента, использование современных инновационных педагогических технологий.

Преподавание учебной дисциплины направлено на ориентацию студентов на эффективное использование достигнутого уровня теоретической, методической и практической подготовленности в их дальнейшей профессиональной деятельности, систематизацию знаний студентов, приобретенных в ходе изучения различных смежных дисциплин.

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные цели изучения учебной дисциплины:

- содействие формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на предметной основе той или иной спортивной игры;
- интеграция и систематизация знаний студентов в рамках единой методологической концепции;
- создание предпосылок для эффективного применения знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности преподавателей физической культуры.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- освоить методологические основы теории спортивных игр;
- изучить общие основы методики обучения основным технико-тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола;
- изучить общие основы теории и методики построения и проведения занятий по спортивным играм;
- обеспечить теоретическую, методическую и психологическую готовность студентов к работе в качестве преподавателя физической культуры.

В результате изучения учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» формируются следующие компетенции:

**академические:**

- уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- владеть системным и сравнительным анализом;
- владеть исследовательскими навыками;
- уметь работать самостоятельно;
- творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий;
- обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностные:**

- обладать качествами гражданственности;
- уметь работать в команде;
- пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;
- формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;
- уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;
- проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональные:**

- воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;
- формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;
- осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- анализировать и оценивать собранные данные;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;
- анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;
- квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта;
- организовывать и проводить спортивный отбор;

- контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
- судить соревнования и готовить судей по виду спорта;
- обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
- осваивать и использовать современные методики физического воспитания;
- формировать знания, двигательные умения и навыки;
- нормировать и контролировать физическую нагрузку;
- организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- анализировать рыночную ситуацию, сложившуюся в сфере физической культуры и спорта;
- понимать особенности и специфику предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- применять основы законодательства, регламентирующего предпринимательскую деятельность;
- проводить индивидуальные и групповые консультации;
- проводить просветительские психологические мероприятия различной формы.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

- правила безопасности проведения занятий по подвижным играм, баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- историю возникновения и развития игровых видов спорта;
- правила игры и методику судейства;
- классификацию техники и тактики;
- особенности содержания и методики проведения подвижных игр.

**уметь:**

- составлять комплексы соревновательно-игровых упражнений;
- составлять планирующую документацию и проводить занятия по баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- выполнять и использовать методику обучения основным техническим и тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола.

**владеть:**

- понятийным аппаратом избранных видов спорта;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой избранных видов спорта.

Изучение учебной дисциплины рассчитано на общее количество часов 408, из них 226 – аудиторные часы. Примерное распределение учебных часов по видам занятий: лекции – 12 часов, практические занятия – 214 часов.

Формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине: зачет, экзамен.

## ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Название раздела, темы   | Количество аудиторных часов |          |                      |
|--|-----------------------------|----------|----------------------|
|  | Всего                       | Из них   |                      |
|  |                             | Лекции   | Практические занятия |
| 1  | 2                           | 3        | 4                    |
| <b>Раздел I. Подвижные игры</b>  | <b>10</b>                   |          | <b>10</b>            |
| Тема 1. Методика проведения подвижных игр  | 2                           |          | 2                    |
| Тема 2. Подвижные игры в младшем школьном возрасте                                   | 2                           |          | 2                    |
| Тема 3. Подвижные игры в среднем школьном возрасте                                   | 2                           |          | 2                    |
| Тема 4. Подвижные игры в старшем школьном возрасте                                   | 2                           |          | 2                    |
| Тема 5. Подвижные игры в занятиях спортом  | 2                           |          | 2                    |
| <b>Раздел II. Баскетбол</b>  | <b>60</b>                   | <b>4</b> | <b>56</b>            |
| Тема 6. История развития баскетбола в мире и Республике Беларусь                     | 2                           | 2        |                      |
| Тема 7. Правила игры и методика судейства в баскетболе                               | 2                           | 2        |                      |
| Тема 8. Классификация техники и тактики баскетбола                                   | 2                           |          | 2                    |
| Тема 9. Организация и методика проведения соревнований по баскетболу                 | 2                           |          | 2                    |
| Тема 10. Организация и методика проведения занятий по баскетболу                     | 2                           |          | 2                    |
| Тема 11. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения                 | 6                           |          | 6                    |
| Тема 12. Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения       | 6                           |          | 6                    |
| Тема 13. Техника ведения мяча, методика обучения                                     | 6                           |          | 6                    |
| Тема 14. Техника бросков мяча в движении, методика обучения                          | 6                           |          | 6                    |
| Тема 15. Техника бросков мяча с места и в прыжке, методика обучения                  | 6                           |          | 6                    |
| Тема 16. Техника противодействия и овладения мячом, методика обучения                | 4                           |          | 4                    |
| Тема 17. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения | 4                           |          | 4                    |
| Тема 18. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4                           |          | 4                    |

| 1  | 2         | 3        | 4         |
|--|-----------|----------|-----------|
| Тема 19. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |          | 4         |
| Тема 20. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся баскетболом         | 4         |          | 4         |
| <b>Раздел III. Волейбол</b>  | <b>60</b> | <b>4</b> | <b>56</b> |
| Тема 21. История развития волейбола в мире и Республике Беларусь                     | 4         | 2        | 2         |
| Тема 22. Правила игры и методика судейства в волейболе                               | 4         | 2        | 2         |
| Тема 23. Классификация техники и тактики волейбола                                   | 2         |          | 2         |
| Тема 24. Организация и методика проведения соревнований по волейболу                 | 2         |          | 2         |
| Тема 25. Организация и методика проведения занятий по волейболу                      | 4         |          | 4         |
| Тема 26. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения                 | 2         |          | 2         |
| Тема 27. Техника верхней прямой и нижней прямой подачи мяча, методика обучения       | 4         |          | 4         |
| Тема 28. Техника передачи мяча двумя руками сверху, методика обучения                | 6         |          | 6         |
| Тема 29. Техника прямого нападающего удара, методика обучения                        | 6         |          | 6         |
| Тема 30. Техника передачи мяча двумя руками снизу, методика обучения                 | 6         |          | 6         |
| Тема 31. Техника блокирования, методика обучения                                     | 4         |          | 4         |
| Тема 32. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения | 4         |          | 4         |
| Тема 33. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |          | 4         |
| Тема 34. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |          | 4         |
| Тема 35. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся волейболом          | 4         |          | 4         |
| <b>Раздел IV. Гандбол</b>  | <b>60</b> | <b>2</b> | <b>58</b> |
| Тема 36. История развития гандбола в мире и Республике Беларусь                      | 2         | 2        |           |
| Тема 37. Правила игры и методика судейства в гандболе                                | 4         |          | 4         |
| Тема 38. Классификация техники и тактики гандбола                                    | 2         |          | 2         |
| Тема 39. Организация и методика проведения соревнований по гандболу                  | 2         |          | 2         |
| Тема 40. Организация и методика проведения занятий по гандболу                       | 2         |          | 2         |

| 1  | 2          | 3         | 4          |
|--|------------|-----------|------------|
| Тема 41. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения                 | 4          |           | 4          |
| Тема 42. Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения       | 6          |           | 6          |
| Тема 43. Техника ведения мяча, методика обучения                                     | 4          |           | 4          |
| Тема 44. Техника броска мяча в ворота, методика обучения                             | 6          |           | 6          |
| Тема 45. Техника игры в защите, методика обучения                                    | 4          |           | 4          |
| Тема 46. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения | 6          |           | 6          |
| Тема 47. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 6          |           | 6          |
| Тема 48. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 6          |           | 6          |
| Тема 49. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся гандболом           | 6          |           | 6          |
| <b>Раздел V. Футбол</b>  | <b>36</b>  | <b>2</b>  | <b>34</b>  |
| Тема 50. История развития футбола в мире и Республике Беларусь                       | 2          | 2         |            |
| Тема 51. Правила игры и методика судейства в футболе                                 | 2          |           | 2          |
| Тема 52. Классификация техники и тактики футбола                                     | 2          |           | 2          |
| Тема 53. Организация и методика проведения соревнований по футболу                   | 2          |           | 2          |
| Тема 54. Организация и методика проведения занятий по футболу                        | 2          |           | 2          |
| Тема 55. Техника футбола и методика обучения техническим приемам                     | 16         |           | 16         |
| Тема 56. Тактика футбола и методика обучения тактическим действиям                   | 6          |           | 6          |
| Тема 57. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся футболом            | 4          |           | 4          |
| <b>ИТОГО</b>   | <b>226</b> | <b>12</b> | <b>214</b> |

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

## Раздел I. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

### Тема 1. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Воспитательная, образовательная, оздоровительная ценность подвижных игр как средства физического воспитания. Основные задачи руководителя игры в процессе ее проведения. Подготовка к проведению подвижных игр: выбор игры, подготовка места и соответствующего инвентаря, соблюдение техники безопасности и предварительный анализ правил игры. Организация деятельности играющих: размещение участников игры и место расположения руководителя при проведении игровых упражнений, объяснение правил игры, выделение водящих, распределение на команды, выбор капитанов команд, определение помощников при необходимости. Руководство процессом игры: наблюдение за ходом игры и поведением играющих, судейство, дозировка в процессе игры, окончание игры. Подведение итогов игры – определение результатов игры и анализ ее проведения.

### Тема 2. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Возрастные особенности организма детей младшего школьного возраста. Сюжетно-образный характер подвижных игр. Игры с короткими перебежками враспынную, по прямой, по кругу, с изменением направления. Перемещения, игры типа «догнать – убежать» и с элементами увертывания; игры с подпрыгиванием на одной либо двух ногах, с прыжками через условные препятствия и через предметы; игры с передачей, бросанием, ловлей и метанием на дальность и в цель мячей, игры с разнообразными движениями подражательного или творческого характера.

### Тема 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В СРЕДНЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Возрастные особенности организма детей среднего школьного возраста. Символическо-сюжетный характер подвижных игр. Игры с разделением на группы («Охотники и утки», «Перестрелка», «Выбивалы», «Два капитана» и т.п.). Игры с бегом наперегонки, с прыжками через неподвижные и движущиеся препятствия («Прыжок за прыжком», «Удочка» и т.п.), с бросанием, ловлей и метанием мячей и мелких предметов на дальность, в неподвижные и подвижные цели. Игры, связанные с кратковременными силовыми напряжениями и кратковременными интенсивными движениями («Бой петухов», «Сильные и ловкие» и т.п.). Игры с довольно сложными двигательными задачами, в которых требуется проявление ловкости и точности движений («Не давай мяч водящему», «Защита укрепления» и т.п.).

### Тема 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Возрастные особенности организма детей старшего школьного возраста. Соревновательно-игровой характер подвижных игр. Подвижные игры с элементами видов спорта: с разнообразными активными действиями, сочетающимися с бегом,

прыжками и метаниями, способствующими повышению физической подготовленности занимающихся.

### **Тема 5. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ**

Подвижные игры для воспитания физических качеств: силы (с преодолением собственного веса, веса отягощения либо сопротивления противника; с предметами: набивными мячами, гантелями, гимнастическими скамейками – «Кто сильнее», «Бой петухов», «Тяни в круг», «Выталкивание из круга», «Регби на коленях», «Перемена мест» и т.п.), быстроты (с ответной реакцией на сигнал и быстротой мышечных сокращений – «Вызов номеров», «День и ночь», «Падающая палка», различные эстафеты и т.п.), ловкости (игры, требующие тонких и четких мышечных усилий – «Попади в мяч», «Защита укрепления», «Бег командами» и т.п.), выносливости («Мяч ловцу», «Ловля парами», «Борьба за мяч» и т.п.), гибкости («Передача мячей», «Палку за спину», «Мостик и кошка» и т.п.). Использование подвижных игр для технической, тактической, морально-волевой подготовки, для активизации внимания и регулирования эмоционального состояния занимающихся.

## **Раздел II. БАСКЕТБОЛ**

### **Тема 6. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

Возникновение баскетбола; этапы развития. Значение и место баскетбола в системе средств физического воспитания. Баскетбол на Олимпийских играх, чемпионатах Европы и мира. Баскетбол в Республике Беларусь. Современные тенденции развития баскетбола в мире и Республике Беларусь.

### **Тема 7. ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В БАСКЕТБОЛЕ**

Значение правил игры; историческое развитие.

Место для игры в баскетбол; оборудование и инвентарь.

Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Анализ основных положений правил баскетбола. Методика судейства. Жестикуляция и судейская терминология. Расположение судей на площадке, взаимосвязь их во время судейства. Взаимодействие судей с секретарями.

### **Тема 8. КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ БАСКЕТБОЛА**

Определение понятия «техника в баскетболе» как средства ведения игры и как наиболее целесообразной структуры в организации движений. Классификация техники игры. Принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».

Основы спортивной тактики. Основные понятия: «стратегия», «тактика». Классификация тактики. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.



## **Тема 9. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ**

Организация и проведение соревнований по баскетболу. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.

## **Тема 10. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ**

Организация и проведение занятий по баскетболу. Формы организации занятий. Урок как основная форма организации проведения занятий по баскетболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.

Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.

## **Тема 11. ТЕХНИКА ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника ходьбы, бега: прямолинейного, по дугам, с изменением направления (зигзагообразно, «змейкой», в обратном направлении, спиной вперед), с изменением скорости (со старта и во время движения). Техника прыжков: вверх – в сторону, вверх – назад, вверх - вперед; с места и после движения (толчком одной и толчком двумя ногами), с поворотами.

Техника перемещений: стойки – с выставленной вперед ногой, со ступнями на одной линии; перемещений приставными шагами – в стороны, вперед, назад. Техника прямолинейных перемещений с изменением направления и скорости; рывков с места, выпадов, скачков. Техника остановок: «шагом» и «прыжком». Техника поворотов: на месте (вперед и назад), после остановки «шагом» и «прыжком». Методика обучения.

## **Тема 12. ТЕХНИКА ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧ МЯЧА НА МЕСТЕ И В ДВИЖЕНИИ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника ловли мяча: двумя руками и одной рукой – «высокого», «низкого», на уровне груди и с низкого отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.

Техника передач мяча: двумя руками от груди, сверху, снизу; одной рукой – от плеча, сверху, «крюком», снизу, сбоку, под рукой, за спиной, из-за плеча. Техника передач мяча с места, с места после остановки, прыжка; передач в движении (после бега, ведения). Методика обучения.

## **Тема 13. ТЕХНИКА ВЕДЕНИЯ МЯЧА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника ведения мяча: с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, по дугам, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.

Совершенствование ведения мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с максимальной скоростью, изменяя направление бега и высоту отскока мяча.

Обводка препятствий с переводом мяча на дальнюю от препятствия руку и чередованием высоты отскока. Ведение мяча на максимальной скорости в сочетании с остановками, поворотами, бросками с места и в прыжке. Игры для совершенствования ведения мяча («Пятнашки с ведением», «Пятнашки втроем», «Выбей мяч» и др.).

#### **Тема 14. ТЕХНИКА БРОСКОВ МЯЧА В ДВИЖЕНИИ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника бросков мяча одной рукой – от плеча, сверху, снизу. Методика обучения.

Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту и прямо перед щитом. Броски мяча с последующим добиванием мяча в кольцо.

#### **Тема 15. ТЕХНИКА БРОСКОВ МЯЧА С МЕСТА И В ПРЫЖКЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника бросков мяча одной рукой – от плеча, сверху в прыжке. Техника добивания мяча. Методика обучения.

Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту со средних дистанций и прямо перед щитом. Броски в прыжке после ловли и ведения (с позиции центрального, нападающего, защитника). Серийные штрафные броски. Броски в прыжке с активным сопротивлением защитника. Броски изученными способами с различных дистанций (до 7 метров). Штрафные броски без зрительного контроля (для развития мышечного чувства).

#### **Тема 16. ТЕХНИКА ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ И ОВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника вырывания мяча: двумя руками у игрока, стоящего на месте и при одновременной ловле мяча; выбивания мяча: из рук соперника при удерживании мяча, при ведении, при ловле. Техника перехвата мяча: при передаче с выходом сбоку и из-за спины; при ведении; техника накрывания (при броске) мяча, находящегося у опекаемого нападающего; при подстраховке. Техника отбивания мяча: при броске в прыжке, при броске с места. Техника овладения мячом, отскочившим от щита или корзины: с места и с разбега; под своим и чужим щитом. Методика обучения.

#### **Тема 17. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Индивидуальные тактические действия в нападении игрока без мяча: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча; применение финтов при перемещении – «на изменение направления», «на поворот», «на рывок», «на остановку». Индивидуальные тактические действия в нападении игрока с мячом: розыгрыш мяча и атака корзины (рациональное применение ловли, передач, ведения и бросков; применение финтов «на передачу», «на ведение», «на бросок» и их сочетание; характер индивидуальных действий в зависимости от места игрока на площадке и взаиморасположения партнеров и противников). Методика обучения.

Индивидуальные тактические действия в защите: опека игрока без мяча и с мячом. Опека игрока, стоящего на месте и перемещающегося в различных частях площадки. «Противодействие розыгрышу мяча», «противодействие атаке корзины». Рациональное применение приемов техники защиты: выбивания, вырывания, отбивания, накрывания, борьбы за отскочивший мяч. Методика обучения.

### **Тема 18. ГРУППОВЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Групповые взаимодействия в нападении двух игроков: «передай мяч и выходи» (при численном меньшинстве противника и при численном равенстве; при начале атаки, ее развитии и завершении); заслоны – боковой и задний, передний, перпендикулярный и «слепой», «экран»; наведение; пересечение. Групповые взаимодействия в нападении трех игроков: «треугольник», «тройка», «малая восьмерка», «скрестный выход», «сдвоенный заслон», «наведение на двух». Методика обучения.

Групповые тактические взаимодействия в защите: подстраховка при противодействии бросающему игроку, проходящему и центральному. Переключение при боковом и заднем заслонах, при наведении, пересечении, «скрестном выходе». Проскальзывание и отступление при опеке игрока без мяча и с мячом в различных частях площадки. Проскальзывание при заслонах. Групповой отбор мяча путем одновременного нападения на игрока и путем ступенчатого нападения на игрока с мячом. Тактические взаимодействия двух и трех игроков при численном превосходстве противника: правильная ориентация на площадке, атака игрока с мячом в наиболее опасной (в данный момент) части площадки. Групповая борьба за мяч, отскочивший от щита или корзины, под своим и чужим щитом. Методика обучения.

### **Тема 19. КОМАНДНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Стремительное нападение: «быстрый прорыв» (игроками передней линии при численном превосходстве и равенстве с противником). Эшелонированный прорыв. Использование коридоров продольно площадке при начале, развитии и завершении атаки. Способы начала, развития и завершения атаки. Методика обучения.

Позиционное нападение: система нападения «через центрального игрока» (с одним и двумя центровыми). Нападение из расстановки 3:2, 2:3. Методика обучения.

Командные тактические действия в защите: концентрированная защита (система личной и зонной защиты, их основные варианты). Рассредоточенная система защиты: системы личного и зонного прессинга. Смешанная система защиты. Методика обучения.

## **Тема 20. ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ**

Выполнение следующих контрольных нормативов: штрафного броска, броска в движении одной рукой сверху, остановки «шагом», поворотов – броска в прыжке (см. «Информационно-методическую часть»).

### **Раздел III. ВОЛЕЙБОЛ**

## **Тема 21. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

История развития волейбола: возникновение, этапы развития. Современное состояние и основные тенденции развития волейбола в мире.

Современное состояние и основные тенденции развития волейбола в Республике Беларусь. Значение и место волейбола в системе средств физического воспитания.

## **Тема 22. ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В ВОЛЕЙБОЛЕ**

Значение правил игры; их историческое развитие.

Место для игры в волейбол, оборудование и инвентарь.

Основные изменения в правилах игры, методика судейства соревнований. Протокол соревнований. Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Методика судейства. Жестикуляция и судейская терминология.

## **Тема 23. КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ВОЛЕЙБОЛА**

Определение понятия «техника». Классификация техники волейбола. Техника нападения и защиты: группы, приёмы, способы, разновидности.

Основы спортивной тактики. Определение понятий: «стратегия», «тактика». Тактика нападения и тактика защиты. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.

## **Тема 24. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ**

Организация и проведение соревнований по волейболу. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.

## **Тема 25. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ**

Организация и проведение занятий по волейболу. Формы организации занятий. Урок как основная форма организации и проведения занятий по волейболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.

Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся волейболом.

## **Тема 26. ТЕХНИКА ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника перемещений: ходьба, бег, скачок, прыжок, падения. Методика обучения.

Стойки волейболиста: высокая, низкая, средняя, стойка готовности. Методика обучения.

## **Тема 27. ТЕХНИКА ВЕРХНЕЙ ПРЯМОЙ И НИЖНЕЙ ПРЯМОЙ ПОДАЧИ МЯЧА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника нижней прямой подачи мяча. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).

Техника верхней прямой подачи. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).

## **Тема 28. ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ДВУМЯ РУКАМИ СВЕРХУ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника передачи мяча двумя руками сверху. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).

## **Тема 29. ТЕХНИКА ПРЯМОГО НАПАДАЮЩЕГО УДАРА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника прямого нападающего удара. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).

## **Тема 30. ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ДВУМЯ РУКАМИ СНИЗУ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника передачи мяча двумя руками снизу. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).

### **Тема 31. ТЕХНИКА БЛОКИРОВАНИЯ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника блокирования. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).

### **Тема 32. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Индивидуальные тактические действия в нападении: индивидуальные тактические действия игрока при выполнении подачи мяча, передачи мяча, нападающего удара. Методика обучения.

Индивидуальные тактические действия в защите: индивидуальные тактические действия игрока при выполнении приема мяча после подачи, приема мяча после нападающих ударов, блокирования. Методика обучения.

### **Тема 33. ГРУППОВЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Групповые тактические действия в нападении: групповые взаимодействия игроков при выполнении комбинаций «Волна», «Эшелон», «Крест». Методика обучения.

Групповые тактические действия в защите: групповые взаимодействия игроков при приеме подачи и при игре в защите. Методика обучения.

### **Тема 34. КОМАНДНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Командные тактические действия в нападении: командные взаимодействия игроков при игре в нападении – система с организацией атакующих действий через игрока передней линии, система с организацией атакующих действий через игрока задней линии. Методика обучения.

Командные тактические действия в защите: командные взаимодействия игроков при игре в защите – система игры в защите «углом вперед», система игры в защите «углом назад». Методика обучения.

### **Тема 35. ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ**

Выполнение следующих контрольных нормативов: подачи мяча, передач мяча двумя руками сверху в парах через сетку, передач мяча двумя руками снизу в парах через сетку, нападающего удара (см. «Информационно-методическую часть»).

## Раздел IV. ГАНДБОЛ

### **Тема 36. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГАНДБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

Возникновение гандбола; этапы развития. История, современное состояние гандбола и тенденции его развития. Значение и место гандбола в системе средств физического воспитания. Гандбол на Олимпийских играх, чемпионатах Европы и мира. Гандбол в Республике Беларусь. Современные тенденции развития гандбола в мире и Республике Беларусь.

### **Тема 37. ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В ГАНДБОЛЕ**

Значение правил игры; историческое развитие.

Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Анализ основных положений правил гандбола. Методика судейства. Расположение судей на площадке, взаимосвязь их во время судейства. Взаимодействие судей с секретарями.

### **Тема 38. КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ГАНДБОЛА**

Определение понятия «техника в гандболе» как средства ведения игры и как наиболее целесообразной структуры в организации движений. Классификация техники игры. Принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».

Основы спортивной тактики. Определение понятий «стратегия», «тактика». Классификация тактики. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.

### **Тема 39. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГАНДБОЛУ**

Организация и проведение соревнований по гандболу. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.

### **Тема 40. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ГАНДБОЛУ**

Организация и проведение занятий по гандболу. Формы организации занятий. Урок как основная форма организации проведения занятий по гандболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.

Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.

### **Тема 41. ТЕХНИКА ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника бега полевого игрока в нападении – обычным и скрестным шагом, с поворотом и «зигзагом», спиной вперед. Методика обучения.

Техника прыжков полевого игрока в нападении – толчком одной и толчком двумя ногами (вверх, вперед, в сторону). Методика обучения.

Техника остановок полевого игрока в нападении – одной ногой и двумя ногами. Методика обучения.

Техника перемещений полевого игрока в защите: ходьба – обычная, приставным шагом (лицом и спиной вперед); бег – обычным и приставным шагом, «зигзагом», лицом вперед и спиной вперед, боком; прыжок – толчком одной и двумя ногами, вверх, вперед, в сторону (с места и с разбега). Методика обучения.

#### **Тема 42. ТЕХНИКА ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧ МЯЧА НА МЕСТЕ И В ДВИЖЕНИИ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника ловли мяча полевого игрока – двумя руками и одной рукой – спереди и сбоку, «высокого», «низкого», катящегося мяча, с отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.

Техника передач мяча полевого игрока – одной рукой: сверху, сбоку, снизу, хлестом, кистевая, толчком, с отскоком, прямая, навесная и двумя руками, с места, с места после остановки, прыжка; передач в движении. Методика обучения.

#### **Тема 43. ТЕХНИКА ВЕДЕНИЯ МЯЧА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника ведения мяча – с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.

#### **Тема 44. ТЕХНИКА БРОСКА МЯЧА В ВОРОТА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника бросков мяча – одной рукой: сверху, сбоку (хлестом, ударом), снизу. С места, с разбега (скрестным, приставным, беговым шагами и с подскоком), в опорном положении, в прыжке, в падении, с ближнего и дальнего расстояния, лицом и спиной к воротам. Методика обучения с учетом игрового амплуа.

#### **Тема 45. ТЕХНИКА ИГРЫ В ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Техника противодействия владению мячом полевого игрока: блокирование игрока туловищем (на месте, с перемещением); блокирование мяча одной рукой сверху, сбоку, снизу (на месте и с перемещением), двумя руками сверху, снизу, на месте и с перемещением; выбивание мяча – одной рукой, направленное и ненаправленное (на месте и с перемещением). Методика обучения.

#### **Тема 46. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Тактика нападения. Индивидуальные действия: уход, финт, рациональное применение ловли, передач, ведения, бросков. Способы и варианты действия. Методика обучения.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: опека игрока с мячом и без мяча, финт, рациональное применение блокирования, выбивания, перехват. Методика обучения.



## **Тема 47. ГРУППОВЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Групповые тактические действия в нападении: подстраховка, переключение, проскальзывание, разбор. Способы и варианты действий. Методика обучения и совершенствования.

Групповые тактические действия в защите: подстраховка при опеке и при блокировании. Переключение передачей игрока и сменой. Проскальзывание. Разбор. Методика обучения.

## **Тема 48. КОМАНДНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ**

Командные тактические действия в нападении: стремительное нападение отрывом и прорывом (при численном меньшинстве, большинстве, равенстве). Позиционное нападение с первоначальной расстановкой игроков 3:3, 4:2 с разными вариантами расположения крайних нападающих. Поточное нападение. Методика обучения.

Командные тактические действия в защите: личная, зонная и смешанная виды защиты. Способы и варианты действий: личная защита с переключением и без переключения защитников. Зонная защита с первоначальной расстановкой 6:0 (с выходом и без выхода), 5:1, 4:2, 3:3, 2:4. Смешанная защита 5+1, 4+2. Методика обучения.

## **Тема 49. ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГАНДБОЛОМ**

Выполнение следующих контрольных нормативов: бега с ведением мяча на дистанции 30 м, передач мяча после 3-х шагов в парах на расстоянии 20 м за 1 минуту, бросков мяча в ворота на точность (см. «Информационно-методическую часть»).

## **Раздел V. ФУТБОЛ**

### **Тема 50. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ФУТБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

История, современное состояние футбола и тенденции его развития. Значение и место футбола в системе средств физического воспитания. Возникновение и развитие игры. Организация ФИФА. Футбол на Олимпийских играх, чемпионатах Европы и мира. Футбол в Республике Беларусь. Современные тенденции развития футбола в мире и Республике Беларусь.

### **Тема 51. ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В ФУТБОЛЕ**

Правила игры и методика судейства. Поле для игры. Мяч. Число игроков. Судья и помощники судьи. Продолжительность игры. Начало и возобновление игры. Мяч в игре и вне игры. Определение взятия ворот. Положение «вне игры». Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков. Штрафной, свободный, 11-метровый броски. Вбрасывание мяча. Удар от ворот. Угловой удар.

Права и обязанности игроков. Замены игроков. Методика судейства. Жестикуляция и судейская терминология. Роль судьи как воспитателя.

## **Тема 52. КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ФУТБОЛА**

Определение понятия «техника» в футболе как средства ведения игры и как наиболее целесообразной структуры в организации движений. Классификация техники игры. Принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».

Основы спортивной тактики. Определение понятий: «стратегия», «тактика». Классификация тактики. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.

## **Тема 53. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФУТБОЛУ**

Организация и проведение соревнований по футболу. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований. Способы определения мест, занятых в соревнованиях отдельными командами.

## **Тема 54. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФУТБОЛУ**

Организация и проведение занятий по футболу. Формы организации занятий. Урок как основная форма организации проведения занятий по футболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.

Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор и запись упражнений. Формы и методы организации деятельности занимающихся.

## **Тема 55. ТЕХНИКА ФУТБОЛА И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИМ ПРИЕМАМ**

Техника футбола и методика обучения техническим приемам. Техника передвижения: ходьба, бег, прыжки и их разновидности. Остановки выпадам, прыжком. Повороты и их разновидности. Техника ударов по мячу ногой: внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, внутренней частью подъема, внешней частью подъема; удар носком, пяткой. Удары по неподвижному мячу. Удары по катящемуся, летящему и прыгающему мячу. Методика обучения.

Техника ударов по мячу головой: удар серединой лба без прыжка и в прыжке, с поворотом, удар боковой частью лба. Методика обучения.

Техника остановок мяча ногой: внутренней стороной стопы, подошвой, подъемом, бедром. Техника остановок мяча грудью, головой. Методика обучения.

Техника ведения мяча. Техника обманных движений, техника отбора мяча в выпаде, в подкате, толчком плеча. Методика обучения.

Техника игры вратаря. Ловля мяча: снизу, сверху, сбоку, в падении. Отбивание мяча, переводы мяча, броски. Методика обучения.

## **Тема 56. ТАКТИКА ФУТБОЛА И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ**

Индивидуальные тактические действия: открывание, отвлечение, создание численного преимущества, закрывание, перехват, ведение, обводка, удар в ворота, отбор, противодействие передаче, ведению, обводке. Методика обучения.

Групповые тактические действия: 11-метровый удар, начальный удар, вбрасывание, угловой спорный мяч, свободный, штрафной удар, удар от ворот, «игра в одно касание», «скрещивание», «смена мест», «пропуск мяча», «страховка», создание искусственного положения «вне игры». Методика обучения.

Командные тактические действия: позиционное нападение и контратака, защита против позиционного нападения и контратаки. Методика обучения.

Тактика игры вратаря: действия при обороне ворот, действия в атаке, руководство действиями партнеров. Методика обучения.

## **Тема 57. ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ**

Выполнение следующих контрольных нормативов: ударов по неподвижному мячу с 16,5 м в заданную половину ворот, ударов по мячу на точность и дальность, вбрасывания мяча на точность и дальность, жонглирования мячом (см. «Информационно-методическую часть»).

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов (СРС) является неотъемлемой составляющей образовательного процесса. Основными ее задачами являются:

- развитие профессиональных компетенций;
- формирование готовности к профессиональному самообразованию;
- углубление и систематизация знаний, умений и навыков студентов;
- формирование интереса к познавательной деятельности;
- освоение способов познавательной деятельности;
- стимулирование личностного и интеллектуального саморазвития творческого отношения к деятельности, развитие гражданской ответственности.

Самостоятельная работа – это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Выделяются два уровня самостоятельной работы студентов:

- аудиторная СРС (самостоятельная работа студентов под контролем преподавателя);
- внеаудиторная СРС (собственно самостоятельная работа).

Аудиторная СРС является составной частью учебных занятий. Выбор ее содержания и формы определяются целью учебного занятия, степенью подготовленности студентов, уровнем материальной оснащенности и т.д.

Внеаудиторные виды СРС включают подготовку к аудиторным занятиям, выполнение курсовых работ, подготовку к сдаче зачетов и экзаменов и др. СРС во внеаудиторное время предусматривает работу в библиотеках, в учебно-исследовательских лабораториях, методических кабинетах, студенческих научных кружках, участие в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности и т.д.

Особым видом внеаудиторной СРС является управляемая самостоятельная работа студентов (УСРС) – организованная преподавателем целенаправленная самостоятельная деятельность студентов по системному освоению лично и профессионально значимых знаний, умений и навыков, способов их получения и предъявления.

УСРС по учебным дисциплинам планируется за счет часов, предусмотренных учебным планом, рабочим планом-графиком учебного процесса. Решение о переносе части аудиторных часов по дисциплине на УСРС принимается при разработке учебных программ учреждения высшего образования на соответствующий учебный год.

Процентное соотношение часов УСРС к аудиторным часам определяется в зависимости от научно-методического и материально-технического обеспечения педагогического процесса, степени владения преподавателями новыми образовательными технологиями, в том числе современными методами контроля и оценки знаний и компетенций студентов и др.

В рабочем варианте учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине вводится раздел «УСРС». В этот раздел включаются:

- а) темы, которые переводятся из общего объема часов аудиторной работы;
- б) перечень и формы заданий, которые выполняются студентами самостоятельно и сроки их выполнения;
- в) специальные формы контроля.

Основными формами УСРС являются:

- изучение специальной литературы;
- написание тематических докладов, рефератов и т.д.;
- выполнение контрольных работ;
- работа в библиотеке, архиве, музее и др.

Формы контроля и оценки промежуточных и итоговых результатов УСРС по учебной дисциплине определяются кафедрой. Контроль УСРС осуществляется в определенные кафедрой сроки на консультациях и аудиторных занятиях, но он не заменяет предусмотренные учебным планом итоговые формы контроля (зачет и экзамен) по учебной дисциплине.

Преподаватели, контролирующие УСРС, составляют и утверждают на кафедре в начале семестра график консультаций и сроки выполнения предусмотренных контрольных мероприятий (в соответствии с рабочим вариантом учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине).

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Методика проведения подвижных игр.
2. Подвижные игры в младшем школьном возрасте.
3. Подвижные игры в среднем школьном возрасте.
4. Подвижные игры в старшем школьном возрасте.
5. Подвижные игры в занятиях спортом.
6. Правила игры в баскетбол; методика судейства.
7. Классификация техники и тактики баскетбола.
8. Организация и методика проведения соревнований по баскетболу.
9. Организация и методика проведения занятий по баскетболу.
10. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (баскетбол).
11. Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения (баскетбол).
12. Техника ведения мяча, методика обучения (баскетбол).
13. Техника броска мяча в движении, методика обучения (баскетбол).
14. Техника броска мяча с места и в прыжке, методика обучения (баскетбол).
15. Техника противодействия и овладения мячом, методика обучения (баскетбол).
16. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (баскетбол).
17. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (баскетбол).

18. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (баскетбол).
19. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся баскетболом.
20. Правила игры в волейбол; методика судейства.
21. Классификация техники и тактики волейбола.
22. Организация и методика проведения соревнований по волейболу.
23. Организация и методика проведения занятий по волейболу.
24. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (волейбол).
25. Техника верхней прямой и нижней прямой подачи мяча, методика обучения.
26. Техника передачи мяча двумя руками сверху, методика обучения (волейбол).
27. Техника прямого нападающего удара, методика обучения.
28. Техника передачи мяча двумя руками снизу, методика обучения (волейбол).
29. Техника блокирования, методика обучения (волейбол).
30. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (волейбол).
31. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (волейбол).
32. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (волейбол).
33. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся волейболом.
34. Правила игры в гандбол; методика судейства.
35. Классификация техники и тактики гандбола.
36. Организация и методика проведения соревнований по гандболу.
37. Организация и методика проведения занятий по гандболу.
38. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (гандбол).
39. Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения (гандбол).
40. Техника ведения мяча, методика обучения (гандбол).
41. Техника броска мяча в ворота, методика обучения.
42. Техника игры в защите, методика обучения (гандбол).
43. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (гандбол).
44. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (гандбол).
45. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (гандбол).
46. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся гандболом.
47. Правила игры в футбол; методика судейства.
48. Классификация техники и тактики футбола.

49. Организация и методика проведения соревнований по футболу.
50. Организация и методика проведения занятий по футболу.
51. Техника футбола и методика обучения техническим приемам.
52. Тактика футбола и методика обучения тактическим действиям.
53. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся футболом.

## ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТИВНЫХ РАБОТ

1. Методика проведения подвижных игр с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.
2. Правила игры и методика судейства в баскетболе (волейболе, гандболе, футболе).
3. История развития баскетбола (волейбола, гандбола, футбола) в мире и Республике Беларусь.
4. Классификация техники и тактики баскетбола (волейбола, гандбола, футбола).
5. Методика обучения технике перемещений в баскетболе (стойке, ходьбе, бегу, прыжкам, остановкам, поворотам).
6. Методика обучения технике ловли и передач мяча на месте в баскетболе (гандболе).
7. Методика обучения технике ловли и передач мяча в движении в баскетболе (гандболе).
8. Методика обучения технике ведения мяча в баскетболе (гандболе).
9. Методика обучения технике броска мяча в движении в баскетболе (гандболе).
10. Методика обучения технике броска мяча с места в баскетболе (гандболе).
11. Методика обучения технике броска мяча в прыжке в баскетболе.
12. Методика обучения технике противодействия и овладения мячом в баскетболе.
13. Методика обучения технике перемещений в волейболе (ходьбе, бегу, скачку, прыжку, падению).
14. Методика обучения технике верхней (нижней) прямой подачи мяча в волейболе.
15. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками сверху (снизу) в волейболе.
16. Методика обучения технике нападающего удара в волейболе.
17. Методика обучения технике блокирования в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
18. Методика обучения технике перемещений в гандболе (ходьбе, бегу, прыжкам, остановкам).
19. Методика обучения технике игры в защите в гандболе.
20. Техника игры вратаря в гандболе (футболе).
21. Техника футбола; методика обучения основным техническим приемам в нападении и защите.

22. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите (в баскетболе, волейболе, гандболе, футболе).

23. Групповые тактические действия в нападении и защите (в баскетболе, волейболе, гандболе, футболе).

24. Командные тактические действия в нападении и защите (в баскетболе, волейболе, гандболе, футболе).

## КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Написание карточек по подвижным играм для детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

2. Написание плана - конспекта проведения занятия по баскетболу (волейболу, гандболу, футболу), направленного на обучение (совершенствование) техническому элементу нападения либо защиты. Проведение занятия с использованием плана - конспекта.

## КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ

### Баскетбол

1. Штрафной бросок (из 10) – оценивается техника выполнения и количество попаданий (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии оценки выполнения штрафных бросков

| Оценка               | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
|----------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Количество попаданий | 10   | 9   | 8   | 7   | 6   | 5   | 4   |

2. Бросок в движении одной рукой сверху – обводится область штрафного броска и выполняется бросок в движении (с «удобной» стороны). Оценивается техника ведения мяча и броска в движении (экспертная оценка). Норматив выполняется два раза подряд с обязательным попаданием в кольцо.

3. Остановка «шагом», повороты – бросок в прыжке: оценивается техника выполнения остановки, поворотов и броска в прыжке (экспертная оценка). Попадание в кольцо не является обязательным.

### Волейбол

1. Поддача мяча: выполнение пяти подач подряд в пределы площадки. Оценивается техника выполнения.

2. Передача мяча двумя руками сверху в парах через сетку (при выполнении передачи мяча игроки не должны заступать за линию нападения). Каждый игрок должен выполнить по 20 передач. Оценивается техника выполнения.

3. Передача мяча двумя руками снизу через сетку в парах (при выполнении передачи мяча игроки не должны заступать за линию нападения). Каждый игрок должен выполнить по 16 передач. Оценивается техника выполнения.

4. Нападающий удар: Выполнение пяти нападающих ударов подряд в пределы площадки. Оценивается техника выполнения.



## Гандбол

1. Бег с ведением мяча на дистанции 30 м. Оценивается техника выполнения ведения, а также время пробегания отрезка в 30 м. Студенты должны уложиться в следующие интервалы времени: юноши: 4,8 – 5,5 с; девушки: 5,1 – 6,3 с; (таблица 2, таблица 3).

Таблица 2 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (юноши)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 4,8  | 4,9 | 5,0 | 5,1 | 5,2 | 5,4 | 5,5 |

Таблица 3 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (девушки)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 5,1  | 5,3 | 5,5 | 5,7 | 5,9 | 6,1 | 6,3 |

2. Передачи мяча в парах за 1 минуту, на расстоянии 20 м, после 3-х шагов. Оценивается техника выполнения 3-х шагов, ловли и передач мяча. За 1 минуту студенты должны выполнить определенное количество передач в парах: девушки – не менее 21; юноши – не менее 23.

3. Броски мяча в ворота на точность. Броски выполняются в опорном положении, после 3-х шагов. Девушки поражают углы с 7-метровой отметки, юноши – от линии свободного броска (9 м), по центру ворот. Студенты выполняют по 3 броска в каждый из 4-х углов ворот. Оценивается техника выполнения 3-х шагов, броска и точность попадания в углы ворот, которые представляют собой мишени 60×60 см. При правильном выполнении технических приемов количество попаданий должно быть не менее 8.

## Футбол

1. Удары по неподвижному мячу с 16,5 м в заданную половину ворот, (ворота разделены по вертикали). Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху. Выполняется 3 удара. Зачет – одно попадание.

2. Удары по мячу на точность и дальность. Выполняется три удара по неподвижному мячу в квадрат 5х5, расположенный по прямой на расстоянии 25 м. Зачет – одно попадание.

3. Вбрасывание мяча на точность и дальность. Выполняется три броска руками из-за головы в квадрат 5х5, расположенный на расстоянии 18 м. Зачет – одно попадание.

4. Жонглирование мячом (не менее 15 раз). Выполняется три попытки. Зачет – по лучшей попытке.

## ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

1. Роль и место подвижных игр в системе физического воспитания.
2. Общность и отличие спортивных и подвижных игр.
3. Методика проведения подвижных игр.
4. Особенности проведения подвижных игр с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

5. Основная направленность спортивных и подвижных игр (оздоровительная, воспитательная и образовательная).
6. Прикладные задачи, решаемые в процессе занятий спортивными играми.
7. Роль и место спортивных и подвижных игр в программе по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждении общего среднего образования.
8. Особенности методики обучения детей и подростков спортивным и подвижным играм.
9. Особенности методики использования спортивных и подвижных игр на учебных занятиях по предмету «Физическая культура и здоровье» (программное содержание, типы занятий и методика их проведения).
10. Особенности проведения урока по спортивным играм в учреждении общего среднего образования (характерные черты, особенности проведения частей урока).
11. Особенности методики и организации урока по спортивным играм в учреждении среднего специального образования (техникум, училище, колледж).
12. Особенности методики организации и проведения занятий по спортивным играм с лицами среднего и пожилого возраста.
13. Разминка: ее направленность и содержание, реакция организма на разминку.
14. Структура и содержание плана-конспекта урока по спортивным играм.
15. Общие педагогические требования по проведению занятия с юными спортсменами по подвижным и спортивным играм.
16. Управление командой на соревнованиях по спортивным играм.
17. Общая и специальная физическая подготовка в спортивных играх (значение, содержание).
18. Цель, задачи, методы и средства физической подготовки игроков в спортивных играх.
19. Основы методики развития выносливости у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
20. Основы методики развития гибкости у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
21. Основы методики развития силы у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
22. Основы методики развития быстроты у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
23. Основы методики развития скоростно-силовых качеств у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
24. Основы методики развития ловкости у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
25. Техническая подготовка в спортивных играх и ее содержание на примере одного вида спорта (баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
26. Тактическая подготовка в спортивных играх и ее содержание на примере одного вида спорта (баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

27. Психологическая подготовка в спортивных играх: значение, содержание и особенности психологической подготовки детей, юношей и подростков.

28. Типичные особенности методики обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств на занятиях по спортивным и подвижным играм.

29. Общие основы обучения техническим приемам в спортивных играх (характеристика этапов).

30. Методы обучения в спортивных играх (теоретические и практические).

31. Классификация упражнений, применяемых на занятиях по спортивным играм (на примере одного вида спорта), перечень и направленность.

32. Характеристика методов, используемых при обучении техническим приемам в спортивных играх.

33. Классификация техники игры в спортивных играх (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

34. Классификация передач в баскетболе, волейболе, гандболе, футболе, методика обучения (на примере одного способа).

35. Техника остановок двойным шагом и прыжком в баскетболе (тройным шагом и прыжком в гандболе), методика обучения.

36. Техника выполнения, разновидности и методика обучения ловле мяча в баскетболе (гандболе).

37. Передача мяча одной рукой в баскетболе (гандболе): техника и методика обучения.

38. Разновидности ведения мяча в баскетболе (футболе), методика обучения (на примере одного способа).

39. Методика обучения броску мяча одной рукой от плеча в баскетболе (одной рукой в гандболе): типичные ошибки при выполнении, их предупреждение и исправление.

40. Техника броска мяча в прыжке в баскетболе (гандболе), методика обучения.

41. Техника противодействия и овладения мячом в баскетболе, методика обучения.

42. Техника перемещений в волейболе, методика обучения.

43. Техника верхней прямой и нижней прямой подачи в волейболе, методика обучения.

44. Техника передачи мяча двумя руками сверху в волейболе, методика обучения.

45. Техника выполнения нападающего удара в волейболе, методика обучения.

46. Техника передачи мяча двумя руками снизу в волейболе (разновидности, основы и детали техники), методика обучения.

47. Техника блокирования в волейболе, методика обучения.

48. Техника перемещений в футболе, методика обучения.

49. Техника выполнения, разновидности и методика обучения остановке мяча в футболе.

50. Техника ударов по мячу ногой в футболе, методика обучения.

51. Техника ударов по мячу головой в футболе, методика обучения.

52. Техника игры вратаря в футболе (гандболе), методика обучения.

53. Определение понятия «тактика игры»: классификация тактических действий в спортивных играх.

54. Тактика игры и ее классификация (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

55. Характеристика средств и методов обучения тактике (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

56. Особенности тактики игры в нападении (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

57. Особенности тактики игры в защите (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

58. Характеристика систем позиционного нападения в баскетболе (волейболе, гандболе, футболе), их варианты.

59. Система быстрого нападения в баскетболе (гандболе, футболе): сущность и методика обучения.

60. Формы организации процесса обучения в спортивных играх, профилактика травматизма.

61. Меры безопасности при обучении в спортивных играх, оказание первой помощи.

62. Международные правила и методика судейства в спортивных играх (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

63. Тенденции развития вида спорта, современные правила игры и методика судейства (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

64. Судейство в спортивных играх: состав судейской коллегии, бригады, функции судей (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

65. Разновидности и характеристика соревнований по спортивным играм.

66. Организация проведения соревнований по спортивным играм.

67. Положение о соревнованиях по спортивным играм.

68. Особенности методики, организации и проведения соревнований по спортивным играм в детских коллективах.

69. Характеристика систем розыгрыша в спортивных играх.

70. Характеристика круговой системы розыгрыша в спортивных играх. (составить таблицу на 11 команд).

71. Характеристика системы розыгрыша с выбыванием в спортивных играх (составить таблицу на 13 команд).

72. История развития спортивных игр в Республике Беларусь (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ

1. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: совершенствование техники передач мяча».

2. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: владение мячом и совершенствование ведение мяча (дриблинга)».

3. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: броски».

4. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: фундамент лично-командной защиты».

5. «Занятия ведет Захар Пашутин: методика обучения броскам (с места, в движении, в прыжке) в баскетболе».

6. Презентация «Классификация техники волейбола».

7. Презентация «Классификация тактики волейбола».

8. Записи игр чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр по баскетболу, волейболу, гандболу, футболу.

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ

1. Видеоаппаратура, DVD-проигрыватель.

2. Мультимедийное оборудование.

3. Макет баскетбольной площадки (с фишками разного цвета на магнитной основе).

4. Макет волейбольной площадки (с фишками разного цвета на магнитной основе).

5. Макет гандбольной площадки (с фишками разного цвета на магнитной основе).

6. Макет футбольной площадки (с фишками разного цвета на магнитной основе).

7. Конструкции щитов, состоящие из: щитов, корзин, включающих в себя кольца и сетки; опор, поддерживающих щиты.

8. Стойки волейбольные.

9. Ворота гандбольные.

10. Ворота футбольные.

11. Сетка волейбольная.

12. Мячи (баскетбольные, волейбольные, гандбольные, футбольные).

13. Гимнастические палки, скамейки; набивные мячи, скакалки, канаты, фишки, стойки и т.д.

## МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

Процесс обучения предполагает использование общепедагогических методов, методов теории и методики физического воспитания, а также частных методов, используемых в теории и практике спортивных игр.

В соответствии со структурой деятельности предпочтение отдается следующим методам:

• методам организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

- словесным (рассказ, лекция, беседа, объяснение, описание);
- наглядным (демонстрация, иллюстрация, наблюдение, видеометод);
- практическим (физические упражнения, учебная практика);
- работе с книгой;

- методам стимулирования учебной деятельности:
  - методам формирования познавательного интереса;
  - методам стимулирования долга и ответственности в учении;
- методам контроля и самоконтроля
  - устного контроля и самоконтроля (устные зачеты, устные экзамены);
  - письменного контроля и самоконтроля (контрольные письменные работы, письменный самоконтроль);
  - методам практического контроля (контрольные нормативы);

Система знаний, получаемых студентами в ходе изучения учебной дисциплины, занимает центральное место в формировании профессионального мировоззрения и компетентности современного специалиста в области физической культуры и спорта. Технологии обучения в рамках учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» основаны на использовании современных педагогических концепций как фактора повышения эффективности преподавания. Исходя из требований компетентностного подхода, в преподавании учебной дисциплины наиболее эффективными являются: игровые технологии, технологии проблемного, проблемно-деятельностного обучения. В качестве активных методов обучения используются анализ реальных ситуаций и решение профессиональных ситуационных задач.

Использование комплекса технологий, активных методов и форм обучения обеспечивает оптимальное сочетание личностно - и практикоориентированных подходов.

## ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Учебным планом специальности в качестве формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» предусмотрены зачеты и экзамен. Десятибалльная шкала представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четырёх) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты текущей аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.

Для промежуточной аттестации знаний студентов по учебной дисциплине и диагностики компетенций студентов используются следующие формы:

- устная форма (экзамен);
- письменная форма (планы-конспекты, рефераты и т.п)
- устно-письменная форма (отчеты по практическим упражнениям с из устной защитой, экзамен).

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Баллы                   | Показатели оценки   |
|-------------------------|---|
| 1 (один),<br>не зачтено | Отсутствие приращения знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины  |
| 2 (два),<br>не зачтено  | Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий  |
| 3 (три),<br>не зачтено  | Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий   |
| 4 (четыре),<br>зачтено  | Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий |
| 5 (пять),<br>зачтено    | Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и   |

|                               |  |
|-------------------------------|--|
|                               | <p>профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий</p>  |
| <p>6 (шесть),<br/>зачтено</p> | <p>Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках, учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень исполнения заданий</p>  |
| <p>7 (семь),<br/>зачтено</p>  | <p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p> |



|                            |  |
|----------------------------|--|
| 8 (восемь),<br>зачтено     | Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий |
| 9 (девять),<br>зачтено     | Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий   |
| 10<br>(десять),<br>зачтено | Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания», а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное и изложение  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине; и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа: на практических занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p> |
|--|--|

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Беляев, А.В. Волейбол: учебник для институтов физической культуры / А.В.Беляева, М. В. Савина. – М.: СпортАкадемпред, 2002. – 368 с.
2. Беляев, А.В. Волейбол: теория и методика / А.В. Беляев, Л.В. Булыкина. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 184 с.
3. Баскетбол: учебник / Ю.М. Портнов [и др.]; под. общ. ред. Ю.М. Портнова. – Изд. 3-е, перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.
4. Баскетбол: учебник для студентов вузов физической культуры / Ю.М. Портнов [и др.]; под. общ. ред. Ю.М. Портнова. – М.: Астра семь, 1997. – 480 с.
5. Волейбол: многолетняя тренировка: практическое пособие для тренеров / Э.К. Ахмеров, Л.И. Акулич, В.Н. Вертелко. – Минск: МГПТК полиграфии, 2010. – 292 с.
6. Волейбол в спортивной школе: методическое пособие для тренеров / Л.И. Акулич [и др.]; под ред. Э.К. Ахмерова. – Минск: МГПТК, 2006. – 134 с.
7. Игнатъева, В.Я. Гандбол: учебное пособие для студентов институтов физической культуры / В.Я. Игнатъева. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 200 с.
8. Клещев, Ю.Н. Волейбол (Серия "Школа тренера") / Ю.Н. Клещев, – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
9. Клусов, Н.П. Тактика гандбола / Н.П. Клусов. – М.: ФиС, 1980. – 151 с.
10. Кудрицкий, В.Н. Гандбол / В.Н. Кудрицкий. – Минск.: «Беларусь», 1977. – 112 с., ил.
11. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М.Я. Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 280 с.
12. Ратианидзе, А. Игра гандбольного вратаря / А.Ратианидзе, В. Марищук. – М.: ФиС, 1981. – 111 с.
13. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие / Д.И. Нестеровский. – 3-е изд., стер. – М.: Академия, 2007. – 336 с.
14. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 400 с.
15. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 520 с.
16. Фурманов, А.Г. Подготовка волейболистов / А.Г.Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007. – 329 с.
17. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / под ред. Полишкиса С.М., Выжгина В.А. – М.: Физкультура, образование и наука, 1999. – 254 с.
18. Ширяев, И.А. Волейбол: учебное пособие / И.А.Ширяев, Э.К.Ахмеров. – Минск: БГУ, 2005. – 143 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

19. Ахмеров, Э.К. Педагогический контроль за специальной физической и технической подготовленностью спортсменов в учебно-тренировочном процессе по волейболу: методические рекомендации / Э.К. Ахмеров, И.А. Ширяев. – Минск: БГУ, 2005. – 32 с.
20. Ахмеров, Э.К. История развития волейбола в Республике Беларусь: учебное пособие по курсу специализации / Э.К.Ахмеров, В.Я.Ивановский. – Минск: АФВиС РБ, 1997. – 38 с.
21. Бондарь, А. Летопись белорусского баскетбола / А.Бондарь. – Минск: Донарит, 2005. – 128 с.
22. Бондарь, А. И. Баскетбол: теория и практика / А. И. Бондарь. – Минск: БГУФК, 2007. – 423 с.
23. Бондарь, А. И. Баскетбол: теория и практика / А. И. Бондарь. – Минск: БГУФК, 2007. – 423 с.
24. Вайн, Хорст. Как научиться играть в футбол: школа технического мастерства для молодых / пер. с итал.– М.: Terra Спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с.
25. Гомельский, А.Я. Баскетбол: секреты мастерства. 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский. – М.: Фаир, 1997. – 224 с.
26. Дулин, А.Л. Баскетбол в школе: учебн. пособие для студентов фак. физ. культуры / А.Л. Дулин. – 2-е изд., доп. и перераб. – Ижевск: Изд-во Удм. ун-та, 1996. – 400 с.
27. Железняк Ю.Д. Волейбол: учебник для институтов физической культуры / Ю.Д.Железняк, А.В. Ивойлов.– М.: ФиС, 1991. – 239 с.
28. Железняк, Ю.Д. К мастерству в волейболе / Ю.Д. Железняк. – М.: ФиС, 1991. – 267 с.
29. Ивойлов, А.В. Волейбол: учебное пособие / А.В. Ивойлов. – Минск: Выш. школа, 1985. – 256 с.
30. Линдберг, Ф. Баскетбол: игра и обучение / Ф.Линдберг. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 279 с.
31. Латышкевич, Л.А. Гандбол: учебное пособие для ИФК / Л.А. Латышкевич, И.Е. Турчин, Л.Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.
32. Легоньков, С.В. Физическая подготовка в системе спортивной тренировки волейболистов: учебное пособие / С.В. Легоньков. – Смоленск: СГИФК, 2003. – 96 с.
33. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
34. Мирзоев, О.М. Применение восстановительных средств в спорте / О.М. Мирзоев – М.: СпортАкадемПресс. – 2000. – 98 с.
35. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. Киев: Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.

36. Правила игры в футбол: СБ / пер. с англ. – М.: ООО изд. АСТ, 2001. – 112 с.
37. Ручной мяч / В.Д.Кудряшов, Э.И. Бобрович. Минск: Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.
38. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: «Академия», 2001. – 480 с.
39. Чанади, А. Футбол. Техника / А.Чанади. – М.: Физкультура и спорт, 1996. – 89 с.

**1.1.2. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Подвижные игры»)**

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДАЮ**

Зам. декана СПФ СИиЕ



Н.В.Иванова

18.06.2014

Регистрационный № УД-07-01/529/р.

**СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ**

Учебная программа для специальностей:

1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02  
«Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;  
1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;  
1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;  
1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

СПФ СИиЕ, СПФ МВС, ОФКиТ  
Кафедра спортивных игр

**Курс . . . . . 2**

Семестры. . . . . 4

Форма получения

высшего образования – дневная

Практические занятия . . . .8 (часов)

Управляемая самостоятельная

работа. . . . . 2 (часов)

Всего аудиторных часов по

дисциплине. . . 10 (часов)

**Всего часов 10 (часов)**

**Курс . . . . . 3**

Семестры . . . . . 5

Форма получения

высшего образования – заочная

Практические занятия . . . .4 (часа)

Самостоятельная работа. . .6 (часов)

Всего аудиторных часов

по дисциплине . . . . .4 (часа)

**Всего часов 10 (часов)**

Составили: Ю.С.Боярина, старший преподаватель

А.А.Цагельникова, старший преподаватель

Минск 2014

Учебная программа составлена на основе учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям 1-88 01-01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям); 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)», утвержденной 25.03.2014 г., регистрационный № УД - 43/баз.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой спортивных игр

04.06.2014 №11  
(дата, номер протокола)

Заведующий кафедрой



А.Г. Мовсесов

Одобрена и рекомендована к утверждению Советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств

18.06.2014 № 12  
(дата, номер протокола)

Председатель



Н.В. Иванова



## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям 1-88 01-01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» в соответствии с требованиями образовательных стандартов I ступени высшего образования ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013 и учебных планов направлений вышеуказанных специальностей.

**Цель преподавания учебной дисциплины.** Содействие формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта и создание предпосылок для эффективного применения знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности преподавателей физической культуры.

### **Задачи изучения учебной дисциплины.**

1. Освоить методологические основы теории подвижных игр.
2. Изучить общие основы методики проведения подвижных игр для детей разного школьного возраста.
3. Изучить общие основы теории и методики построения и проведения занятий по подвижным играм.
4. Обеспечить теоретическую, методическую и психологическую готовность студентов к работе в качестве преподавателя физической культуры.

В результате освоения дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» студент должен:

#### **знать:**

- правила безопасности проведения занятия по подвижным играм;
- особенности содержания и методики проведения подвижных игр;

#### **уметь:**

- составлять игровые карточки для детей разного школьного возраста;

#### **Методы обучения.**

Процесс обучения предполагает использование общепедагогических методов, методов теории и методики физического воспитания, а также частных методов, используемых в теории и практике подвижных игр.

#### **Самостоятельная работа студентов.**

Аудиторная самостоятельная работа студентов (СРС) является составной частью учебных занятий. Выбор ее содержания и формы определяются целью учебного занятия, степенью подготовленности студентов, уровнем материальной оснащенности и т.д.

Особым видом внеаудиторной самостоятельной работы является управляемая самостоятельная работа (УСРС) – организованная преподавателем

целенаправленная самостоятельная деятельность студентов по системному освоению лично и профессионально значимых знаний, умений и навыков, способов их получения и предъявления.

Рекомендуемая форма контроля – реферат и 10 игровых карточек.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

| Название разделов и тем                            | Количество аудиторных часов |                      |
|--|-----------------------------|----------------------|
|  | Всего                       | Практические занятия |
| <b>1</b>   | <b>2</b>                    | <b>3</b>             |
| <b>Раздел I. Подвижные игры</b>                    | <b>10</b>                   | <b>10</b>            |
| Тема 1. Методика проведения подвижных игр          | 2                           | 2                    |
| Тема 2. Подвижные игры в младшем школьном возрасте | 2                           | 2                    |
| Тема 3. Подвижные игры в среднем школьном возрасте | 2                           | 2                    |
| Тема 4. Подвижные игры в старшем школьном возрасте | 2                           | 2                    |
| Тема 5. Подвижные игры в занятиях спортом          | 2                           | 2                    |
| <b>Итого</b>                                       | <b>10</b>                   | <b>10</b>            |

### 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов 2 курса дневной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |          |  |  |                    | Форма контроля занятий |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|----------|--|--|--------------------|------------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинары | Управляемая самостоятельная работа студентов | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература         |                        |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5        | 6  | 7  | 8                  | 9                      |
| 1                            | <b>Подвижные игры (10 часов)</b>   |                             | 8                    |          | 2  |  |                    |                        |
| 1.                           | <p><b>Методика проведения подвижных игр (2 часа)</b></p> <p>1. Воспитательная, образовательная, оздоровительная ценность подвижных игр как средства физического воспитания. Основные задачи руководителя игры в процессе ее проведения. Подготовка к проведению подвижных игр: выбор игры, подготовка места и соответствующего инвентаря, соблюдение техники безопасности и предварительный анализ правил игры.</p> <p>2. Организация деятельности играющих: размещение участников игры и место расположения руководителя при проведении игровых упражнений, объяснение правил игры, выделение водящих, распределение на команды, выбор капитанов команд.</p> <p>3. Руководство процессом игры: наблюдение за ходом игры и проведением играющих, судейство, дозировка в процессе игры, окончание игры.</p> <p>4. Подведение итогов игры.</p> |                             | 2                    |          |  |  | (3)<br>(6)<br>(10) |                        |

|    |  |  |   |  |  |  |                          |  |
|----|--|--|---|--|--|--|--------------------------|--|
| 2. | <p><b>Подвижные игры в младшем школьном возрасте (2 часа)</b></p> <p>1. Возрастные особенности организма детей младшего школьного возраста. Сюжетно – образный характер подвижных игр. Игры с короткими перебежками враспынную, по прямой, по кругу, с изменением направления. Перемещения, игры типа «догнать – убежать» и элементами увертывания; игры с подпрыгиванием на одной либо двух ногах, с прыжками через условные препятствия и через предметы; игры с передачей, бросанием, ловлей и метанием на дальность и в цель мячей, игры с разнообразными движениями подражательного или творческого характера.</p>  |  | 2 |  |  |  | (1)<br>(2)<br>(5)<br>(8) |  |
| 3. | <p><b>Подвижные игры в среднем школьном возрасте (2 часа)</b></p> <p>1. Возрастные особенности организма детей среднего школьного возраста. Символическо – сюжетный характер подвижных игр. Игры с разделением на группы («Охотники и утки», «Перестрелка», «Выбивалы», «Два капитана» и т.п.).</p> <p>2. Игры с бегом на перегонки, с прыжками через неподвижные и движущиеся препятствия («Прыжок за прыжком», «Удочка» и т.п.), с бросанием, ловлей и метанием мячей и мелких предметов на дальность, в неподвижные и подвижные цели. Игры, связанные с кратковременными силовыми напряжениями и кратковременными интенсивными движениями («Бой петухов», «Сильные и ловкие» и т.п.).</p> <p>3. Игры с довольно сложными двигательными задачами, в которых требуется проявление ловкости и точности движений («Не давай мяч водящему», «Защита укрепления» и т.п.).</p> |  | 2 |  |  |  | (7)<br>(9)<br>(10)       |  |

|    |  |  |          |   |          |  |                           |                                 |
|----|--|--|----------|---|----------|--|---------------------------|---------------------------------|
| 4. | <p><b>Подвижные игры в старшем школьном возрасте (2 часа)</b></p> <p>1.Возрастные особенности организма детей старшего школьного возраста.</p> <p>2.Соревновательно – игровой характер подвижных игр.</p> <p>3.Подвижные игры с элементами видов спорта: с разнообразными активными действиями, сочетающимися с бегом, прыжками и метаниями, способствующими повышению физической подготовленности занимающихся.</p>   |  | 2        |   |          |  | (6)<br>(9)<br>(11)        |                                 |
| 5. | <p><b>Подвижные игры в занятиях спортом (2 часа)</b></p> <p>1.Подвижные игры для воспитания физических качеств: силы (с преодолением собственного веса, веса отягощения либо сопротивления противника; с предметами: набивными мячами, гантелями, гимнастическими скамейками – «Кто сильнее», «Бой петухов», «Тяни в круг», «Выталкивание из круга», «Регби на коленях», «Перемена мест» и т.п.). Быстроты (с ответной реакцией на сигнал и быстротой мышечных сокращений – «Вызов номеров», «День и ночь», «Падающая палка», различные эстафеты и т. п.). Ловкости (игры, требующие тонких и четких мышечных усилий – «Попади в мяч», «Защита укрепления», «Бег командами» и т.п.). Гибкости («Передача мячей», «Палку за спину», «Мостик и кошка» и т.п.).</p> <p>2.Использование подвижных игр для технической, тактической, морально – волевой подготовки, для активизации внимания и регулирования эмоционального состояния занимающихся.</p> |  |          | 2 |          |  | (3)<br>(4)<br>(6)<br>(10) | Реферат.<br>Игровые<br>карточки |
|    | <b>Итого: 10 часов</b>   |  | <b>8</b> |   | <b>2</b> |  |                           |                                 |

**3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
(для студентов 3 курса заочной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |          |  |  |                    | Форма контроля занятий |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|----------|--|--|--------------------|------------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинары | Управляемая самостоятельная работа студентов | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература         |                        |
| <b>1</b>                     | <b>Подвижные игры (10 ч.)</b>  |                             | <b>4</b>             |          | <b>6</b>                                     |  |                    |                        |
| 1.                           | <p><b>Методика проведения подвижных игр (2 ч.)</b></p> <p>1. Воспитательная, образовательная, оздоровительная ценность подвижных игр как средства физического воспитания. Основные задачи руководителя игры в процессе ее проведения. Подготовка к проведению подвижных игр: выбор игры, подготовка места и соответствующего инвентаря, соблюдение техники безопасности и предварительный анализ правил игры.</p> <p>2. Организация деятельности играющих: размещение участников игры и место расположения руководителя при проведении игровых упражнений, объяснение правил игры, выделение водящих, распределение на команды, выбор капитанов команд.</p> <p>3. Руководство процессом игры: наблюдение за ходом игры и проведением играющих, судейство, дозировка в процессе игры, окончание игры.</p> <p>4. Подведение итогов игры.</p> |                             |                      |          | 2  |  | (3)<br>(6)<br>(10) |                        |

|    |  |  |   |  |  |  |                          |  |
|----|--|--|---|--|--|--|--------------------------|--|
| 2. | <p><b>Подвижные игры в младшем школьном возрасте (2 ч.)</b></p> <p>1. Возрастные особенности организма детей младшего школьного возраста. Сюжетно – образный характер подвижных игр. Игры с короткими перебежками враспынную, по прямой, по кругу, с изменением направления. Перемещения, игры типа «догнать – убежать» и элементами увертывания; игры с подпрыгиванием на одной либо двух ногах, с прыжками через условные препятствия и через предметы; игры с передачей, бросанием, ловлей и метанием на дальность и в цель мячей, игры с разнообразными движениями подражательного или творческого характера.</p>  |  | 2 |  |  |  | (1)<br>(2)<br>(5)<br>(8) |  |
| 3. | <p><b>Подвижные игры в среднем школьном возрасте (2 ч.)</b></p> <p>1. Возрастные особенности организма детей среднего школьного возраста. Символическо – сюжетный характер подвижных игр. Игры с разделением на группы («Охотники и утки», «Перестрелка», «Выбивалы», «Два капитана» и т.п.).</p> <p>2. Игры с бегом на перегонки, с прыжками через неподвижные и движущиеся препятствия («Прыжок за прыжком», «Удочка» и т.п.), с бросанием, ловлей и метанием мячей и мелких предметов на дальность, в неподвижные и подвижные цели. Игры, связанные с кратковременными силовыми напряжениями и кратковременными интенсивными движениями («Бой петухов», «Сильные и ловкие» и т.п.).</p> <p>3. Игры с довольно сложными двигательными задачами, в которых требуется проявление ловкости и точности движений («Не давай мяч водящему», «Защита укрепления» и т.п.).</p> |  | 2 |  |  |  | (7)<br>(9)<br>(10)       |  |



|    |  |  |   |   |  |                           |  |
|----|--|--|---|---|--|---------------------------|--|
| 4. | <p><b>Подвижные игры в старшем школьном возрасте (2 ч.)</b></p> <p>1.Возрастные особенности организма детей старшего школьного возраста.</p> <p>2.Соревновательно – игровой характер подвижных игр.</p> <p>3.Подвижные игры с элементами видов спорта: с разнообразными активными действиями, сочетающимися с бегом, прыжками и метаниями, способствующими повышению физической подготовленности занимающихся.</p>   |  |   | 2 |  | (6)<br>(9)<br>(11)        |  |
| 5. | <p><b>Подвижные игры в занятиях спортом (2 ч.)</b></p> <p>1.Подвижные игры для воспитания физических качеств: силы (с преодолением собственного веса, веса отягощения либо сопротивления противника; с предметами: набивными мячами, гантелями, гимнастическими скамейками – «Кто сильнее», «Бой петухов», «Тяни в круг», «Выталкивание из круга», «Регби на коленях», «Перемена мест» и т.п.). Быстроты (с ответной реакцией на сигнал и быстротой мышечных сокращений – «Вызов номеров», «День и ночь», «Падающая палка», различные эстафеты и т. п.). Ловкости (игры, требующие тонких и четких мышечных усилий – «Попади в мяч», «Защита укрепления», «Бег командами» и т.п.). Гибкости («Передача мячей», «Палку за спину», «Мостик и кошка» и т.п.).</p> <p>2.Использование подвижных игр для технической, тактической, морально – волевой подготовки, для активизации внимания и регулирования эмоционального состояния занимающихся.</p> |  |   | 2 |  | (3)<br>(4)<br>(6)<br>(10) |  |
|    | <b>Итого: 10 часов</b>   |  | 4 | 6 |  |                           |  |

## 4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Написание карточек по подвижным играм для детей младшего, среднего и старшего школьного возраста, и реферата (для студентов второго курса дневной формы получения образования).

### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Роль и место подвижных игр в системе физического воспитания.
2. Методика проведения подвижных игр.
3. Особенности проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста.
4. Особенности проведения подвижных игр с детьми среднего школьного возраста.
5. Особенности проведения подвижных игр с детьми старшего школьного возраста.
6. Особенности проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.
7. Подвижные игры на занятиях с баскетболистами.
8. Подвижные игры на занятиях с волейболистами.
9. Подвижные игры на занятиях с гандболистами.
10. Подвижные игры на занятиях с теннисистами.
11. Подвижные игры на занятиях с футболистами.
12. Подвижные игры на занятиях с хоккеистами.
13. Подвижные игры на занятиях с легкоатлетами.
14. Подвижные игры на занятиях с борцами.
15. Подвижные игры для повышения ОФП.
16. Написания сценария для спортивных праздников.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ



### ОСНОВНАЯ

1. Волчок, И. П. Подвижные игры младших школьников : пособие для студентов всех специальностей ун-та / И. П. Волчок ; Брест. гос. ун-т. – Брест : БрГУ, 2005. – 84 с.
2. Глущенко, Л. И. Подвижные игры как средство физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие для студентов вузов / Л. И. Глущенко. – М. : Физическая культура, 2006. – 192 с.
3. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2004. – 160 с
4. Подвижные игры : учеб. пособие для студентов оч. и заоч. форм обучения / О. С. Шалаев [и др.] ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2004. – 91 с.
5. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3–5 лет : пособие для педагогов дошкол. учреждений / Л. И. Пензулаева. – М. : ВЛАДОС, 2003. – 112 с.
6. Подвижные игры : учеб. для студентов вузов / Л. В. Былеева [и др.]. – М. : Физическая культура, 2007. – 283 с.
7. Подвижные игры : учеб. пособие / [И. М. Коротков и др.]. – М. : СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.
8. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста : учеб. пособие / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 112 с.
9. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 032101 – «Физ. культура и спорт» / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 128 с
10. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

11. Лепёшкин, В. А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры / В. А. Лепёшкин. – М. : Советский спорт, 2011. – 98 с.

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ УЧЕБНЫМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

| Название дисциплины, с которой требуется согласование                            | Кафедра, обеспечивающая изучение этой дисциплины  | Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)  |
|--|---|--|--|
| <p align="center"><b>Спортивные и подвижные игры и методика преподавания</b></p> | <p>Кафедра футбола и хоккея</p>  <p align="right">В.И. Шукан</p> |  | <p>Учебная программа УВО утверждена на заседании кафедры спортивных игр</p> <p>Протокол от <u>04.06.2014г</u> № <u>11</u></p> <p>Заведующий кафедрой</p>  <p align="right">А.Г.Мовсесов</p> |

# ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ

## УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

на 2015 / 2016 учебный год

| № п/п | Дополнения и изменения     | Основание |
|-------|----------------------------|-----------|
| 1.    | Изменений и дополнений нет |           |
| 2.    |                            |           |
| 3.    |                            |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 12 от 03.06.2015)

И.о. зав. кафедрой



Э.А. Лапухина

УТВЕРЖДАЮ

Зам. декана факультета



Н.В. Иванова

Дополнения и изменения к учебной программе  
по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика  
преподавания (подвижные игры)» для студентов 2 курса д.ф.п.о.  
и 3 курса з.ф.п.о. на 2016/2017 учебный год

| Дополнения и изменения   | Основание  |
|--|--|
| <p>Ограничение физической нагрузки в зависимости от функционально состояния физиологических систем. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием кардиореспираторной системы.</p> <p><b>Показаны физические упражнения: <i>общеразвивающие упражнения</i></b> на воздухе, ходьба и бег в медленном и среднем темпах, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля, плавание в сочетании с дыхательными упражнениями с учетом реакции сердца на нагрузку. Также показаны пешие прогулки, ближний туризм. По мере тренированности можно включать пробегание небольших отрезков с ускорениями, упражнения с предметами, в парах. В занятиях широко используется перемена положения тела, сочетание упражнений для туловища с упражнениями для конечностей, поднимание конечностей в положении <i>лежа на спине</i> для стимуляции венозного оттока крови, движения головой, упражнения для плечевого пояса с целью нормализации кровотока в сосудах головного мозга.</p> <p><b><i>Дыхательные упражнения: статические</i></b> (с ровным ритмичным дыханием, урежение дыхания, изменение механизма дыхания и фаз дыхательного цикла, понижение уровня дыхания), <b><i>динамические</i></b> (в сочетании в упражнениями, облегчающими выполнение фаз или всего дыхательного цикла; обеспечивающими избирательное увеличение подвижности и вентиляции легких, способствующими восстановлению или увеличению подвижности ребер и диафрагмы, формирующими навыки рационального сочетания дыхания и движений). Растягивание мышц и связок. Упражнения на расслабление.</p> <p>Студентам, имеющим миопию, показаны упражнения циклического, преимущественно аэробного характера, а также плавание (с исключением возможного раздражающего действия хлорсодержащих веществ на органы зрения), игры в настольный теннис, бадминтон.</p> <p><b><i>Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:</i></b> значительные длительные нагрузки циклического и ациклического характера, выполняемые с высокой интенсивностью; статические напряжения, связанные с задержкой дыхания; метание снарядов, длительное выполнение упражнений с высокой скоростью. С большими ограничениями используются упражнения с отягощениями, прыжки, резкие перемещения,</p> | <p>Результаты прохождения углубленного медицинского осмотра в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь № 1380 от 31.12.2010 «О совершенствовании организации медицинской помощи студентам и учащимся учреждений высшего, среднего, специального и профессионально-технического образования», Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь № 30 от 15.07.2014</p> |

многократные повторения однообразных упражнений, вызывающие утомление; маховые упражнения с максимальной амплитудой движения; упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, глубокими наклонами головы и туловища; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в *упоре лежа*. В зависимости от типа нервной деятельности противопоказаны упражнения, усиливающие и без того преобладающие процессы возбуждения или торможения. Из занятий физическим воспитанием студентов, имеющих *близорукость*, должны быть исключены упражнения *на бревне* типа прыжков и соскоков, опорные прыжки через снаряды, кувырки и стойки вниз головой, упражнения на гимнастической стенке на высоте более двух метров, прыжки через скакалку, прыжки и подскоки с опорой на две ноги одновременно, а также упражнения, при выполнении которых возможны падения и резкие сотрясения тела. Также противопоказаны упражнения со значительными мышечными напряжениями и интенсивностью, выполняемые на гимнастических снарядах или тренажерах.

2. Нагрузка лимитируется болевым синдромом (нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта, гепатобилиарная система).

**Показаны физические упражнения:** для студентов, имеющих заболевания желудочно-кишечного тракта, рекомендуются укрепляющие упражнения с постепенно усложняющейся и повышающейся физической нагрузкой в различных исходных положениях *лежа на спине, боку, стоя на четвереньках, сидя и стоя*). Через каждые 3-4 упражнения диафрагмальное дыхание. Упражнения с отягощениями предпочтительнее выполнять в положении *лежа на спине* или *сидя*, избегая чрезмерного напряжения мышц брюшной стенки и повышения внутрибрюшного давления. Полезны дозированная ходьба, бег в медленном и спортивные и подвижные игры средней интенсивности, плавание в теплой воде. При нарушениях обмена веществ рекомендованы физические упражнения, способствующие воспитанию выносливости. Студенты, имеющие заболевания мочеполовой нагрузки умеренной интенсивности и различной направленности предпочтительно циклического характера. При хронических гинекологических заболеваниях полезны упражнения для брюшного пресса в положении *лежа*, упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения органов малого таза. **Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** любые упражнения, выполняемые менее, чем через час после еды или на голодный желудок, а также упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, задержкой дыхания, вызывающие сильное утомление. В начальном периоде занятий ограничиваются резкие движения (прыжки, бег на

скорость, подскоки). С ограничениями используется исходное положение *лежа на животе*, в периоды обострений оно исключается полностью. При хронических воспалительных заболеваниях почек ограничивается упражнения с резкими поворотами, наклонами, скручиванием туловища, прыжки; не допускается переохлаждение организма, а в занятиях плаванием ограничивается пребывание в воде данных студентов до 15-20 мин. Наличие нефроптоза предполагает ограничение упражнений, способствующих еще большему опусканию почки: прыжков, длительного выполнения упражнений в вертикальном положении и др. При нарушениях жирового и водно-солевого обмена противопоказанными упражнениями являются прыжки (особенно с опорой одновременно на обе ноги), длительный бег, подскоки, упражнения высокой интенсивности, выполняемые с большим напряжением.

3. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата. Упражнения, направленные на укрепление различных мышечных групп, увеличение подвижности поврежденных суставов, исправление осанки. Лучшие исходные положения те, при которых максимально разгружается позвоночник: *лежа на спине, животе, стоя на четвереньках* Показаны упражнения с отягощениями в. Сочетании с дыхательными и релаксационными в положении *лежа*. Студентам, имеющим деформации позвоночника (сколиоз, кифоз, лордоз) рекомендовано плавание способом *брасс*, ходьба на лыжах, гребля, игра в волейбол, упражнения у гимнастической стенки и с гимнастической палкой. При плоскостопии используются упражнения с предметами (захват пальцами стоп карандашей, шариков, переключивание их с места на место, катание палки подошвами, массаж стоп), различные виды ходьбы (на носках, пятках, наружном своде стоп). При изменении угла наклона таза рекомендуются упражнения, укрепляющие соответствующие мышцы (брюшной пресс и заднюю поверхность бедер – при увеличении угла; мышцы поясницы и переднюю поверхность бедер – при уменьшении угла таза). Широко используются упражнения на координацию и равновесие.

**Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** при сколиозе ограничивают упражнения с сопротивлением, которые могут способствовать сближению крайних точек дуги искривленного позвоночника; упражнения, выполняемые с чрезмерным напряжением. К противопоказанного применения относятся также: круговые движения туловищем и тазом, скрестные движения руками спереди и ногами в упоре сидя сзади; скручивание туловища с наклоном вперед, назад и в стороны; скрестные шаги; попеременные движения ногами и руками. Ограничения в



занятиях физическими упражнениями зависят от локализации и тяжести повреждения органов движения. При наличии артрита нижних конечностей физические упражнения выполняются преимущественно в положении *сидя и лежа*, исключая исходные положения с опорой на больной сустав. Избегать чрезмерных напряжений. Студентам, имеющим в анамнезе пояснично-крестцовый радикулит, остеохондроз, противопоказаны резкие движения, наклоны в безопорном положении. При плоскостопии следует исключать отрицательное влияние нагрузки веса тела на свод стопы в положении *стоя и при развернутых стопах*. На начальных этапах занятий исключаются статические нагрузки.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивных игр протокол № 13 от 10.06.2016г

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета



Н.В. Иванова

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**  
на 2017 / 2018 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения     | Основание |
|----------|----------------------------|-----------|
| 1.       | Изменений и дополнений нет |           |
| 2.       |                            |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «17» июня 2017)

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В. Планида

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**  
на 2018 / 2019 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения     | Основание |
|----------|----------------------------|-----------|
| 1.       | Изменений и дополнений нет |           |
| 2.       |                            |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «6» июня 2018)

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В. Планида

**1.1.2. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Баскетбол»)**

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДАЮ**

Зам.декана СПФ СИиЕ



Н.В.Иванова

17.06.2015

Регистрационный № УД-07-01/563р.

**Спортивные и подвижные игры и методика преподавания**

Учебная программа учреждения высшего образования

по учебной дисциплине для специальностей:

1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;

1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура

(по направлениям)»;

1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;

1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;

1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

**СПФ СИиЕ, СПФ МВС, ОФКиТ**

Кафедра спортивных игр

Форма получения

высшего образования – очная

Курс 3

Семестры 5, 6

Лекции 4 (часа)

Семинарские

занятия - (часов)

Практические

занятия 32 (часа)

Управляемая самостоятельная

работа 24 (часа)

Всего аудиторных часов

по дисциплине 60 (часов)

Экзамен - (семестр)

Зачет 6 (семестр)

**Всего часов 60 (часов)**

Составила Т.Н. Давидович ст.преподаватель

Минск 2015

Учебная программа составлена на основе учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» утвержденной 25.03.2014 г., регистрационный № УД - 43/баз.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой спортивных игр

03.06.2015, протокол № 12  
(дата, номер протокола)

И.о.заведующего кафедрой



Э.А. Лапухина

Одобрена и рекомендована к утверждению советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств БГУФК

17.06.2015, протокол № 12  
(дата, номер протокола)

Председатель



Н.В. Иванова

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» в соответствии с требованиями образовательного стандартов I ступени высшего образования ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013 и учебных планов вышеуказанных специальностей.

Учебная программа предназначена для реализации на I ступени высшего образования в рамках цикла специальных дисциплин. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание, акцентуация на компетентностном подходе в обучении, значительное усиление роли и доли самостоятельной работы студента, использование современных инновационных педагогических технологий.

Преподавание учебной дисциплины направлено на ориентацию студентов на эффективное использование достигнутого уровня теоретической, методической и практической подготовленности в их дальнейшей профессиональной деятельности, систематизацию знаний студентов, приобретенных в ходе изучения различных смежных дисциплин.

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные цели изучения учебной дисциплины:

- содействие формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на предметной основе той или иной спортивной игры;
- интеграция и систематизация знаний студентов в рамках единой методологической концепции;
- создание предпосылок для эффективного применения знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности преподавателей физической культуры.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- освоить методологические основы теории спортивных игр;
- изучить общие основы методики обучения основным технико-тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола;
- изучить общие основы теории и методики построения и проведения занятий по спортивным играм;
- обеспечить теоретическую, методическую и психологическую готовность студентов к работе в качестве преподавателя физической культуры.

В результате изучения учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» формируются следующие компетенции:

**академические:**

- уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- владеть системным и сравнительным анализом;
- владеть исследовательскими навыками;
- уметь работать самостоятельно;
- творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий;
- обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностные:**

- обладать качествами гражданственности;
- уметь работать в команде;
- пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;
- формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;
- уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;
- проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональные:**

- воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;
- формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;
- осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- анализировать и оценивать собранные данные;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;
- анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;
- квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта;
- организовывать и проводить спортивный отбор;
- контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
- судить соревнования и готовить судей по виду спорта;



- обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
- осваивать и использовать современные методики физического воспитания;
- формировать знания, двигательные умения и навыки;
- нормировать и контролировать физическую нагрузку;
- организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- анализировать рыночную ситуацию, сложившуюся в сфере физической культуры и спорта;
- понимать особенности и специфику предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- применять основы законодательства, регламентирующего предпринимательскую деятельность;
- проводить индивидуальные и групповые консультации;
- проводить просветительские психологические мероприятия различной формы.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

- правила безопасности проведения занятий по подвижным играм, баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- историю возникновения и развития игровых видов спорта;
- правила игры и методику судейства;
- классификацию техники и тактики;
- особенности содержания и методики проведения подвижных игр.

**уметь:**

- составлять комплексы соревновательно-игровых упражнений;
- составлять планирующую документацию и проводить занятия по баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- выполнять и использовать методику обучения основным техническим и тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола.

**владеть:**

- понятийным аппаратом избранных видов спорта;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой избранных видов спорта.

Формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине: зачет.

## 2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

| Название раздела, темы   | Всего     | Количество аудиторных часов |                      |
|--|-----------|-----------------------------|----------------------|
|  |           | Из них                      |                      |
|  |           | Лекции                      | Практические занятия |
| <b>Раздел II. Баскетбол</b>  | <b>60</b> | <b>4</b>                    | <b>56</b>            |
| Тема 6. История развития баскетбола в мире и Республике Беларусь                     | 2         | 2                           |                      |
| Тема 7. Правила игры и методика судейства в баскетболе                               | 2         | 2                           |                      |
| Тема 8.Классификация техники и тактики баскетбола                                    | 2         |                             | 2                    |
| Тема 9. Организация и методика проведения соревнований по баскетболу                 | 2         |                             | 2                    |
| Тема 10. Организация и методика проведения занятий по баскетболу                     | 2         |                             | 2                    |
| Тема 11. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения                 | 6         |                             | 6                    |
| Тема 12. Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения       | 6         |                             | 6                    |
| Тема 13.Техника ведения мяча, методика обучения                                      | 6         |                             | 6                    |
| Тема 14. Техника бросков мяча в движении, методика обучения                          | 6         |                             | 6                    |
| Тема 15. Техника бросков мяча с места и в прыжке, методика обучения                  | 6         |                             | 6                    |
| Тема 16. Техника противодействия и овладения мячом, методика обучения                | 4         |                             | 4                    |
| Тема 17. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения | 4         |                             | 4                    |
| Тема 18. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |                             | 4                    |
| Тема 19. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |                             | 4                    |
| Тема 20. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся баскетболом         | 4         |                             | 4                    |

### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов дневной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия: перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |                     |                  |                                    | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература        | Формы контроля знаний |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|---------------------|------------------|------------------------------------|--|-------------------|-----------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинарские занятия | Учебная практика | Управляемая самостоятельная работа |  |                   |                       |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                   | 6                | 7                                  | 8  | 9                 | 10                    |
| <b>2</b>                     | <b>Баскетбол (60 часов)</b>  | <b>4</b>                    | <b>24</b>            |                     | <b>10</b>        | <b>24</b>                          |  |                   |                       |
| 6                            | История развития баскетбола в мире и Республике Беларусь (2 часа)<br>1. Возникновение игры.<br>2. Этапы ее развития.   | 2                           |                      |                     |                  |                                    | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5) |                       |
| 7                            | Правила игры и методика судейства в баскетболе (2 часа)<br>1. Правила баскетбола, их историческое развитие.<br>2. Изменение правил игры как объективная необходимость, вызванная развитием игры.<br>3. Состав судейской бригады, роль и обязанности судей, методика судейства.<br>4. Расположение судей, взаимосвязь их во время судейства, техника определения ошибок, жесты судей; взаимодействие судей с секретарями. | 2                           |                      |                     |                  |                                    | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5) |                       |
| 8                            | Классификация техники и тактики баскетбола (2 часа)<br>1. Классификация техники игры: разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности, условия выполнения.<br>2. Классификация тактики игры: разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения.  |                             | 2                    |                     |                  |                                    | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5) |                       |

|    |  |   |  |   |  |   |                              |   |                         |
|----|--|---|--|---|--|---|------------------------------|---|-------------------------|
| 9  | <p>Организация и методика проведения соревнований по баскетболу (2 часа)</p> <p>1. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный.</p> <p>2. Положение о соревнованиях, жеребьевка, составление календаря соревнований; способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.</p>   |   |  |   |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) | Реферат                 |
| 10 | <p>Организация и проведение занятий по баскетболу (2 часа)</p> <p>1. Формы организации занятий; урок как основная форма организации проведения занятий по баскетболу.</p> <p>2. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.</p> <p>3. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.</p>  |   |  |   |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) | Реферат                 |
| 11 | <p>Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (6 часов)</p> <p>1. Техника ходьбы, бега – прямолинейного, по дугам, с изменением направления (зигзагообразно, «змейкой», в обратном направлении, спиной вперед), с изменением скорости (со старта и во время движения). Техника прыжков: вверх – в сторону, вверх – назад, вверх - вперед; с места и после движения (толчком одной и толчком двумя ногами), с поворотами. Методика обучения</p> <p>2. Техника перемещений: стойки – с выставленной вперед ногой, со ступнями на одной линии; перемещений приставными шагами – в стороны, вперед, назад. Техника прямолинейных перемещений с изменением направления и скорости; рывков с места, выпадов, скачков. Техника остановок: «шагом» и «прыжком». Техника поворотов: на месте (вперед и назад), после остановки «шагом» и «прыжком». Методика обучения.</p> | 2 |  | 2 |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(8)<br>(11)<br>(13)        | Оценка<br>УП<br>Реферат |

|    |   |  |   |  |   |   |                              |  |                         |
|----|---|--|---|--|---|---|------------------------------|--|-------------------------|
| 12 | <p>Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения (6ч.)</p> <p>1. Техника ловли мяча: двумя руками и одной рукой – «высокого», «низкого», на уровне груди и с низкого отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.</p> <p>2. Техника передач мяча: двумя руками от груди, сверху, снизу; одной рукой – от плеча, сверху, «крюком», снизу, сбоку, под рукой, за спиной, из-за плеча. Техника передач мяча с места, с места после остановки, прыжка; передач в движении (после бега, ведения). Методика обучения.</p>  |  | 2 |  | 2 | 2 | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(9)<br>(11)<br>(13) | Оценка<br>УП<br>Реферат |
| 13 | <p>Техника ведения мяча, методика обучения (6 часов)</p> <p>1. Техника ведения мяча: с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, по дугам, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.</p> <p>2. Совершенствование ведения мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с максимальной скоростью, изменяя направление бега и высоту отскока мяча. Обводка препятствий с переводом мяча на дальнюю от препятствия руку и чередованием высоты отскока. Ведение мяча на максимальной скорости в сочетании с остановками, поворотами, бросками с места и в прыжке. Игры для совершенствования ведения мяча («Пятнашки с ведением», «Пятнашки втроем», «Выбей мяч» и др.).</p> |  | 2 |  | 2 | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(9)<br>(11)                | Оценка<br>УП<br>Реферат |
| 14 | <p>Техника бросков мяча в движении, методика обучения (6 часов)</p> <p>1. Техника бросков мяча одной рукой – от плеча, сверху, снизу. Методика обучения.</p> <p>2. Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту и прямо перед щитом. Броски мяча с последующим добиванием мяча в кольцо.</p>  |  | 2 |  | 2 | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(14)                       | Оценка<br>УП<br>Реферат |
| 15 | <p>Техника бросков мяча с места и в прыжке, методика обучения (6 часов)</p> <p>1. Техника бросков мяча одной рукой – от плеча, сверху в</p>   |  | 2 |  | 2 | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)                        | Оценка<br>УП<br>Реферат |

|    |  |  |   |  |  |   |                              |  |         |
|----|--|--|---|--|--|---|------------------------------|--|---------|
|    | <p>прыжке. Техника добивания мяча. Методика обучения.</p> <p>2. Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту со средних дистанций и прямо перед щитом. Броски в прыжке после ловли и ведения (с позиции центрального, нападающего, защитника). Серийные штрафные броски. Броски в прыжке с активным сопротивлением защитника. Броски изученными способами с различных дистанций (до 7 метров). Штрафные броски без зрительного контроля (для развития мышечного чувства).</p>  |  |   |  |  |   |                              | (8)<br>(10)<br>(12)<br>(14)                      |         |
| 16 | <p>Техника противодействия и овладения мячом, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Техника вырывания мяча: двумя руками у игрока, стоящего на месте и при одновременной ловле мяча; выбивания мяча: из рук соперника при удерживании мяча, при ведении, при ловле. Методика обучения.</p> <p>2. Техника перехвата мяча: при передаче с выходом сбоку и из-за спины; при ведении; техника накрывания (при броске) мяча, находящегося у опекаемого нападающего; при подстраховке. Методика обучения.</p> <p>3. Техника отбивания мяча: при броске в прыжке, при броске с места. Техника овладения мячом, отскочившим от щита или корзины: с места и с разбега; под своим и чужим щитом. Методика обучения.</p> |  | 2 |  |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14) | Реферат |
| 17 | <p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Тактика нападения. Индивидуальные действия: уход, финт, рациональное применение ловли, передач, ведения, бросков. Способы и варианты действия. Методика обучения.</p> <p>2. Тактика защиты. Индивидуальные действия: опека игрока с мячом и без мяча, финт, рациональное применение блокирования, выбивания, перехват. Методика обучения.</p>  |  | 2 |  |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13)  | Реферат |

|    |   |   |  |  |   |                              |   |         |
|----|---|---|--|--|---|------------------------------|---|---------|
| 18 | <p>Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Групповые взаимодействия в нападении двух игроков: «передай мяч и выходи» (при численном меньшинстве противника и при численном равенстве; при начале атаки, ее развитии и завершении); заслоны – боковой и задний, передний, перпендикулярный и «слепой», «экран»; наведение; пересечение. Групповые взаимодействия в нападении трех игроков: «треугольник», «тройка», «малая восьмерка», «скрестный выход», «двоенный заслон», «наведение на двух». Методика обучения.</p> <p>2. Групповые тактические взаимодействия в защите: подстраховка при противодействии бросающему игроку, проходящему и центральному. Переключение при боковом и заднем заслонах, при наведении, пересечении, «скрестном выходе». Проскальзывание и отступление при опеке игрока без мяча и с мячом в различных частях площадки. Проскальзывание при заслонах. Групповой отбор. Тактические взаимодействия двух и трех игроков при численном превосходстве противника: правильная ориентация на площадке, атака игрока с мячом в наиболее опасной (в данный момент) части площадки. Групповая борьба за мяч, отскочивший от щита или корзины под своим и чужим щитом. Методика обучения.</p> | 2 |  |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(7)<br>(8)<br>(12)<br>(14) | Реферат |
| 19 | <p>Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Стремительное нападение: «быстрый прорыв» и эшелонированный прорыв. Методика обучения.</p> <p>2. Позиционное нападение: система нападения «через центрального игрока» (с одним и двумя центровыми). Нападение из расстановки 3:2, 2:3. Методика обучения.</p> <p>3. Командные тактические действия в защите: концентрированная защита (система личной и зонной защиты,</p>   |   |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) | Реферат |

|    |  |          |           |  |           |           |                              |            |           |
|----|--|----------|-----------|--|-----------|-----------|------------------------------|------------|-----------|
|    | их основные варианты). Рассредоточенная система защиты: системы личного и зонного прессинга. Смешанная система защиты. Методика обучения.  |          |           |  |           |           |                              |            |           |
| 20 | Оценка уровня технической подготовленности занимающихся баскетболом (4 часа)<br>1. Выполнение следующих контрольных нормативов: бега с ведением мяча на дистанции 30 м, передач мяча после 3-х шагов в парах на расстоянии 20 м за 1 минуту, бросков мяча в ворота на точность (см. «Информационно-методическую часть»). |          | 4         |  |           |           | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4) | Нормативы |
|    | <b>Всего:</b>  | <b>4</b> | <b>22</b> |  | <b>10</b> | <b>24</b> |                              |            |           |



### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов заочной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия: перечень изучаемых вопросов  | Количество аудиторных часов |                      |                     |                  |                        | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература        | Формы контроля знаний |
|------------------------------|---|-----------------------------|----------------------|---------------------|------------------|------------------------|--|-------------------|-----------------------|
|                              |   | Лекции                      | Практические занятия | Семинарские занятия | Учебная практика | Самостоятельная работа |  |                   |                       |
| 1                            | 2   | 3                           | 4                    | 5                   | 6                | 7                      | 8  | 9                 | 10                    |
| <b>2</b>                     | <b>Баскетбол (60 часов)</b>   | <b>2</b>                    | <b>12</b>            |                     |                  | <b>46</b>              |  |                   |                       |
| 6                            | История развития баскетбола в мире и Республике Беларусь (2 часа)<br>1. Возникновение игры.<br>2. Этапы ее развития.  |                             |                      |                     |                  | 2                      | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5) | Реферат               |
| 7                            | Правила игры и методика судейства в баскетболе (2 часа)<br>1. Правила баскетбола, их историческое развитие.<br>2. Изменение правил игры как объективная необходимость, вызванная развитием игры.<br>3. Состав судейской бригады, роль и обязанности судей, методика судейства.<br>4. Расположение судей, взаимосвязь их во время судейства, техника определения ошибок, жестикуляция; взаимодействие судей с секретарями. | 2                           |                      |                     |                  |                        | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5) |                       |
| 8                            | Классификация техники и тактики баскетбола (2 часа)<br>1. Классификация техники игры: разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности, условия выполнения.<br>2. Классификация тактики игры: разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения.   |                             |                      |                     |                  | 2                      | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5) |                       |
| 9                            | Организация и методика проведения соревнований по баскетболу (2 часа)<br>1. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием,  |                             |                      |                     |                  | 2                      | Учебно-методический комплекс   | (2)<br>(4)<br>(6) | Реферат               |

|    |   |  |   |  |  |   |                              |   |  |
|----|---|--|---|--|--|---|------------------------------|---|--|
|    | смешанный.<br>2. Положение о соревнованиях, жеребьевка, составление календаря соревнований; способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.  |  |   |  |  |   |                              | (7)<br>(9)<br>(12)<br>(13)                      |  |
| 10 | Организация и проведение занятий по баскетболу (2 часа)<br>1.Формы организации занятий; урок как основная форма организации проведения занятий по баскетболу.<br>2. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.<br>3. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.   |  |   |  |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) |  |
| 11 | Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (6 часов)<br>1. Техника ходьбы, бега – прямолинейного, по дугам, с изменением направления (зигзагообразно, «змейкой», в обратном направлении, спиной вперед), с изменением скорости (со старта и во время движения). Техника прыжков: вверх – в сторону, вверх – назад, вверх - вперед; с места и после движения (толчком одной и толчком двумя ногами), с поворотами. Методика обучения<br>2. Техника перемещений: стойки – с выставленной вперед ногой, со ступнями на одной линии; перемещений приставными шагами – в стороны, вперед, назад. Техника прямолинейных перемещений с изменением направления и скорости; рывков с места, выпадов, скачков. Техника остановок: «шагом» и «прыжком». Техника поворотов: на месте (вперед и назад), после остановки «шагом» и «прыжком». Методика обучения. |  | 2 |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(8)<br>(11)<br>(13)        |  |
| 12 | Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения (6 часов)<br>1. Техника ловли мяча: двумя руками и одной рукой – «высокого», «низкого», на уровне груди и с низкого отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.  |  | 2 |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(9)<br>(11)                |  |

|    |  |  |   |  |  |   |                              |  |  |
|----|--|--|---|--|--|---|------------------------------|--|--|
|    | 2. Техника передач мяча: двумя руками от груди, сверху, снизу; одной рукой – от плеча, сверху, «крюком», снизу, сбоку, под рукой, за спиной, из-за плеча. Техника передач мяча с места, с места после остановки, прыжка; передач в движении (после бега, ведения). Методика обучения.  |  |   |  |  |   |                              | (13)   |  |
| 13 | Техника ведения мяча, методика обучения (6 часов)<br>1. Техника ведения мяча: с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, по дугам, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.<br>2. Совершенствование ведения мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с максимальной скоростью, изменяя направление бега и высоту отскока мяча. Обводка препятствий с переводом мяча на дальнюю от препятствия руку и чередованием высоты отскока. Ведение мяча на максимальной скорости в сочетании с остановками, поворотами, бросками с места и в прыжке. Игры для совершенствования ведения мяча («Пятнашки с ведением», «Пятнашки втроем», «Выбей мяч» и др.). |  | 2 |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(9)<br>(11)                        |  |
| 14 | Техника бросков мяча в движении, методика обучения (6 часов)<br>1. Техника бросков мяча одной рукой – от плеча, сверху, снизу. Методика обучения.<br>2. Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту и прямо перед щитом. Броски мяча с последующим добиванием мяча в кольцо.  |  | 2 |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(14)                               |  |
| 15 | Техника бросков мяча с места и в прыжке, методика обучения (6 часов)<br>1. Техника бросков мяча одной рукой – от плеча, сверху в прыжке. Техника добивания мяча. Методика обучения.<br>2. Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту со средних дистанций и прямо перед щитом. Броски в прыжке после ловли и ведения (с позиции центрального, нападающего, защитника). Серийные штрафные броски. Броски в прыжке с активным сопротивлением защитника. Броски изученными способами с различных дистанций (до 7 метров).   |  | 2 |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14) |  |

|    |  |  |   |  |  |   |                              |  |  |
|----|--|--|---|--|--|---|------------------------------|--|--|
| 16 | <p>Техника противодействия и овладения мячом, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Техника вырывания мяча: двумя руками у игрока, стоящего на месте и при одновременной ловле мяча; выбивания мяча: из рук соперника при удерживании мяча, при ведении, при ловле. Методика обучения.</p> <p>2. Техника перехвата мяча: при передаче с выходом сбоку и из-за спины; при ведении; техника накрывания (при броске) мяча, находящегося у опекаемого нападающего; при подстраховке. Методика обучения.</p> <p>3. Техника отбивания мяча: при броске в прыжке, при броске с места. Техника овладения мячом, отскочившим от щита или корзины: с места и с разбега; под своим и чужим щитом. Методика обучения.</p> |  | 2 |  |  | 2 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14) |  |
| 17 | <p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Тактика нападения. Индивидуальные действия: уход, финт, рациональное применение ловли, передач, ведения, бросков. Способы и варианты действия. Методика обучения.</p> <p>2. Тактика защиты. Индивидуальные действия: опека игрока с мячом и без мяча, финт, рациональное применение блокирования, выбивания, перехват. Методика обучения.</p>  |  |   |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13)  |  |
| 18 | <p>Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Групповые взаимодействия в нападении двух игроков: «передай мяч и выходи» (при численном меньшинстве противника и при численном равенстве; при начале атаки, ее развитии и завершении); заслоны – боковой и задний, передний, перпендикулярный и «слепой», «экран»; наведение; пересечение. Групповые взаимодействия в нападении трех игроков: «треугольник», «тройка», «малая восьмерка», «скрестный выход», «двоенный заслон», «наведение на двух». Методика обучения.</p> <p>2. Групповые тактические взаимодействия в защите:</p>   |  |   |  |  | 4 | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(7)<br>(8)<br>(12)<br>(14)  |  |

|    |   |          |           |  |  |           |                              |   |         |
|----|---|----------|-----------|--|--|-----------|------------------------------|---|---------|
|    | <p>подстраховка при противодействии бросающему игроку, проходящему и центральному. Переключение при боковом и заднем заслонах, при наведении, пересечении, «скрестном выходе». Проскальзывание и отступление при опеке игрока без мяча и с мячом в различных частях площадки. Проскальзывание при заслонах. Групповой отбор. Тактические взаимодействия двух и трех игроков при численном превосходстве противника: правильная ориентация на площадке, атака игрока с мячом в наиболее опасной (в данный момент) части площадки. Групповая борьба за мяч, отскочивший от щита или корзины под своим и чужим щитом. Методика обучения.</p> |          |           |  |  |           |                              |   |         |
| 19 | <p>Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4 часа)</p> <p>1. Стремительное нападение: «быстрый прорыв» и эшелонированный прорыв. Методика обучения.</p> <p>2. Позиционное нападение: система нападения «через центрального игрока» (с одним и двумя центровыми). Нападение из расстановки 3:2, 2:3. Методика обучения.</p> <p>3. Командные тактические действия в защите: концентрированная защита (система личной и зонной защиты, их основные варианты). Рассредоточенная система защиты: системы личного и зонного прессинга. Смешанная система защиты. Методика обучения.</p>                         |          |           |  |  | 4         | Учебно-методический комплекс | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) |         |
| 20 | <p>Оценка уровня технической подготовленности занимающихся баскетболом (4 часа)</p> <p>1. Выполнение следующих контрольных нормативов: бега с ведением мяча на дистанции 30 м, передач мяча после 3-х шагов в парах на расстоянии 20 м за 1 минуту, бросков мяча в ворота на точность (см. «Информационно-методическую часть»).</p>   |          |           |  |  | 4         | Учебно-методический комплекс | (1)<br>(4)                                      | Реферат |
|    | <b>Всего:</b>   | <b>2</b> | <b>12</b> |  |  | <b>46</b> |                              |   |         |

## 4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
2. Организация и проведение занятий по баскетболу.
3. Методика обучения технике перемещений в баскетболе (стойке, ходьбе, бегу, прыжкам, остановкам, поворотам); написание 10 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
4. Методика обучения технике ловли и передач мяча на месте в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
5. Методика обучения технике ловли и передач мяча в движении в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
6. Методика обучения технике ведения мяча в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
7. Методика обучения технике броска мяча в движении в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
8. Методика обучения технике броска мяча с места и в прыжке; написание 10 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
9. Методика обучения технике противодействия и овладения мячом в баскетболе; написание 15 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
10. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите в баскетболе.
11. Командные тактические действия в нападении и защите в баскетболе.
12. Написание плана-конспекта проведения занятия (по заданию преподавателя).

### КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ

1. Штрафной бросок (из 10) – оценивается техника выполнения и количество попаданий (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии оценки выполнения штрафных бросков

| Оценка               | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
|----------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Количество попаданий | 10   | 9   | 8   | 7   | 6   | 5   | 4   |

2. Бросок в движении одной рукой сверху – обводится область штрафного броска и выполняется бросок в движении (с «удобной» стороны). Оценивается техника ведения мяча и броска в движении (экспертная оценка). Норматив выполняется два раза подряд с обязательным попаданием в кольцо.

3. Остановка «шагом», повороты – бросок в прыжке: оценивается техника выполнения остановки, поворотов и броска в прыжке (экспертная оценка). Попадание в кольцо не является обязательным.

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ

1. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: совершенствование техники передач мяча».
2. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: владение мячом и совершенствование ведение мяча (дриблинга)».
3. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: броски».
4. «Уроки баскетбола с олимпийским чемпионом Иваном Едешко: фундамент лично-командной защиты».
5. «Занятия ведет Захар Пашутин: методика обучения броскам (с места, в движении, в прыжке) в баскетболе».
6. Записи игр чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр по баскетболу.

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ

1. Видеоаппаратура, DVD-проигрыватель, интерактивная доска.
2. Макет баскетбольной площадки (с фишками разного цвета на магнитной основе).
3. Конструкции щитов, состоящие из: щитов, корзин, включающих в себя кольца и сетки; опор, поддерживающих щиты.
4. Мячи баскетбольные.
5. Гимнастические палки, скамейки; набивные мячи, скакалки, канаты, фишки, стойки и т.д.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ



1. Баскетбол: учебник / Ю. М. Портнов [и др.]; под. общ. ред. Ю. М. Портнова. – Изд. 3-е, перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.
2. Баскетбол: учебник для студентов вузов физической культуры / Ю.М. Портнов [и др.]; под. общ. ред. Ю. М. Портнова. – М.: Астра семь, 1997.- 480 с
3. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 280 с.
4. Ратианидзе, А. Игра гандбольного вратаря / А. Ратианидзе, В. Марищук. – М.: ФиС, 1981. – 111 с.
5. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие / Д. И. Нестеровский. – 3-е изд., стер. – М.: Академия, 2007. – 336 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 400 с.
7. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 520с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Бондарь, Александр. Летопись белорусского баскетбола / Александр Бондарь. – Минск: Донарит, 2005. – 128 с.
9. Бондарь, А. И. Баскетбол: теория и практика / А. И. Бондарь. – Минск: БГУФК, 2007. – 423 с.
10. Бондарь, А. И. Баскетбол: теория и практика / А. И. Бондарь. – Минск: БГУФК, 2007. – 423 с.
11. Гомельский, А. Я. Баскетбол: секреты мастерства. 1000 баскетбольных упражнений / А. Я. Гомельский. – М.: Фаир, 1997. – 224 с.
12. Дулин, А. Л. Баскетбол в школе: учебн. пособие для студентов фак. физ. культуры / А. Л. Дулин. – 2-е изд., доп. и перераб. – Ижевск: Изд-во Удм. ун-та, 1996. – 400 с.
13. Линдберг, Ф. Баскетбол: игра и обучение / Ф. Линдберг. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 279 с.
14. Латышкевич Л. А. Гандбол: учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.
15. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
16. О. М. Мирзоев – М.: СпортАкадемПресс. – 2000. – 98 с.
17. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев: Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
18. Холодов, Ж. К. Кузнецов, В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: «Академия», 2001. – 480 с.



**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ УЧЕБНЫМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

| Название дисциплины, с которой требуется согласование                            | Кафедра, обеспечивающая изучение этой дисциплины  | Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)   |
|--|---|--|---|
| <p align="center"><b>Спортивные и подвижные игры и методика преподавания</b></p> | <p>Кафедра футбола и хоккея</p>  <p align="right">В.И. Шукан</p> |  | <p>Рабочая программа утверждена на заседании кафедры спортивных игр</p> <p>Протокол № 12 от « 3 » июня 2015г.</p> <p>И.о. заведующего кафедрой</p>  <p align="right">Э.А. Лапухина</p> |

Дополнения и изменения к учебной программе  
по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика  
преподавания» для студентов подготовительной группы здоровья 3 курса  
д.ф.п.о. и 5 курса з.ф.п.о.  
на 2016/2017 учебный год

|   |  |
|---|--|
| <p>Ограничение физической нагрузки в зависимости от функционально состояния физиологических систем. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием кардиореспираторной системы.</p> <p><b>Показаны физические упражнения: общеразвивающие упражнения</b> на воздухе, ходьба и бег в медленном и среднем темпах, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля, плавание в сочетании с дыхательными упражнениями с учетом реакции сердца на нагрузку. Также показаны пешие прогулки, ближний туризм. По мере тренированности можно включать пробегание небольших отрезков с ускорениями, упражнения с предметами, в парах. В занятиях широко используется перемена положения тела, сочетание упражнений для туловища с упражнениями для конечностей, поднятие конечностей в положении <i>лежа на спине</i> для стимуляции венозного оттока крови, движения головой, упражнения для плечевого пояса с целью нормализации кровотока в сосудах головного мозга.</p> <p><b>Дыхательные упражнения:</b> <i>статические</i> (с ровным ритмичным дыханием, урежение дыхания, изменение механизма дыхания и фаз дыхательного цикла, понижение уровня дыхания), <i>динамические</i> (в сочетании в упражнениями, облегчающими выполнение фаз или всего дыхательного цикла; обеспечивающими избирательное увеличение подвижности и вентиляции легких, способствующими восстановлению или увеличению подвижности ребер и диафрагмы, формирующими навыки рационального сочетания дыхания и движений). Растягивание мышц и связок. Упражнения на расслабление.</p> <p>Студентам, имеющим миопию, показаны упражнения циклического, преимущественно аэробного характера, а также плавание (с исключением возможного раздражающего действия хлорсодержащих веществ на органы зрения), игры в настольный теннис, бадминтон.</p> <p><b>Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:</b> значительные длительные нагрузки циклического и ациклического характера, выполняемые с высокой интенсивностью; статические напряжения, связанные с задержкой дыхания; метание снарядов, длительное выполнение упражнений с высокой скоростью. С большими ограничениями используются упражнения с</p> | <p>Результаты прохождения углубленного медицинского осмотра в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь № 1380 от 31.12.2010 «О совершенствовании организации медицинской помощи студентам и учащимся учреждений высшего, среднего, специального и профессионально-технического образования», Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь № 30 от 15.07.2014</p> |
|---|--|

отягощениями, прыжки, резкие перемещения, многократные повторения однообразных упражнений, вызывающие утомление; маховые упражнения с максимальной амплитудой движения; упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, глубокими наклонами головы и туловища; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в *упоре лежа*. В зависимости от типа нервной деятельности противопоказаны упражнения, усиливающие и без того преобладающие процессы возбуждения или торможения. Из занятий физическим воспитанием студентов, имеющих *близорукость*, должны быть исключены упражнения на *бревне* типа прыжков и соскоков, опорные прыжки через снаряды, кувырки и стойки вниз головой, упражнения на гимнастической стенке на высоте более двух метров, прыжки через скакалку, прыжки и подскоки с опорой на две ноги одновременно, а также упражнения, при выполнении которых возможны падения и резкие сотрясения тела. Также противопоказаны упражнения со значительными мышечными напряжениями и интенсивностью, выполняемые на гимнастических снарядах или тренажерах.

2. Нагрузка лимитируется болевым синдромом (нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта, гепатобилиарная система).

**Показаны физические упражнения:** для студентов, имеющих заболевания желудочно-кишечного тракта, рекомендуются укрепляющие упражнения с постепенно усложняющейся и повышающейся физической нагрузкой в различных исходных положениях *лежа на спине, боку, стоя на четвереньках, сидя и стоя*). Через каждые 3-4 упражнения диафрагмальное дыхание. Упражнения с отягощениями предпочтительнее выполнять в положении лежа на спине или сидя, избегая чрезмерного напряжения мышц брюшной стенки и повышения внутрибрюшного давления. Полезны дозированная ходьба, бег в медленном и спортивные и подвижные игры средней интенсивности, плавание в теплой воде. При нарушениях обмена веществ рекомендованы физические упражнения, способствующие воспитанию выносливости. Студенты, имеющие заболевания мочеполовой нагрузки умеренной интенсивности и различной направленности предпочтительно циклического характера. При хронических гинекологических заболеваниях полезны упражнения для брюшного пресса в положении *лежа*, упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения органов малого таза. **Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** любые упражнения, выполняемые менее, чем через час после еды или на голодный желудок, а также упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, задержкой дыхания, вызывающие сильное

утомление. В начальном периоде занятий ограничиваются резкие движения (прыжки, бег на скорость, подскоки). С ограничениями используется исходное положение *лежа на животе*, в периоды обострений оно исключается полностью. При хронических воспалительных заболеваниях почек ограничивается упражнения с резкими поворотами, наклонами, скручиванием туловища, прыжки; не допускается переохлаждение организма, а в занятиях плаванием ограничивается пребывание в воде данных студентов до 15-20 мин. Наличие нефроптоза предполагает ограничение упражнений, способствующих еще большему опусканию почки: прыжков, длительного выполнения упражнений в вертикальном положении и др. При нарушениях жирового и водно-солевого обмена противопоказанными упражнениями являются прыжки (особенно с опорой одновременно на обе ноги), длительный бег, подскоки, упражнения высокой интенсивности, выполняемые с большим напряжением.

3. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата. Упражнения, направленные на укрепление различных мышечных групп, увеличение подвижности поврежденных суставов, исправление осанки. Лучшие исходные положения те, при которых максимально разгружается позвоночник: *лежа на спине, животе, стоя на четвереньках*. Показаны упражнения с отягощениями в сочетании с дыхательными и релаксационными в положении *лежа*. Студентам, имеющим деформации позвоночника (сколиоз, кифоз, лордоз) рекомендовано плавание способом *брасс*, ходьба на лыжах, гребля, игра в волейбол, упражнения у гимнастической стенки и с гимнастической палкой. При плоскостопии используются упражнения с предметами (захват пальцами стоп карандашей, шариков, перекалывание их с места на место, катание палки подошвами, массаж стоп), различные виды ходьбы (на носках, пятках, наружном своде стоп). При изменении угла наклона таза рекомендуются упражнения, укрепляющие соответствующие мышцы (брюшной пресс и заднюю поверхность бедер – при увеличении угла; мышцы поясницы и переднюю поверхность бедер – при уменьшении угла таза). Широко используются упражнения на координацию и равновесие. ***Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:*** при сколиозе ограничивают упражнения с сопротивлением, которые могут способствовать сближению крайних точек дуги искривленного позвоночника; упражнения, выполняемые с чрезмерным напряжением. К противопоказанного применения относятся также: круговые движения туловищем и тазом, скрестные движения руками спереди

и ногами в упоре сидя сзади; скручивание туловища с наклоном вперед, назад и в стороны; скрестные шаги; попеременные движения ногами и руками. Ограничения в занятиях физическими упражнениями зависят от локализации и тяжести повреждения органов движения. При наличии артрита нижних конечностей физические упражнения выполняются преимущественно в положении *сидя и лежа*, исключая исходные положения с опорой на больной сустав. Избегать чрезмерных напряжений. Студентам, имеющим в анамнезе пояснично-крестцовый радикулит, остеохондроз, противопоказаны резкие движения, наклоны в безопорном положении. При плоскостопии следует исключать отрицательное влияние нагрузки веса тела на свод стопы в положении *стоя и при развернутых стопах*. На начальных этапах занятий исключаются статические нагрузки.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивных игр протокол № 13 от 10.06.2016г

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Н.В. Иванова

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

на 2017 / 2018 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения   | Основание  |
|----------|--|--|
| 1.       | Для студентов, обучающихся по направлению специальности «Спортивно-туристская деятельность» (спортивный и рекреационный туризм) часы (2), отведенные на практическое освоение материала (Тема 8 Классификация техники и тактики баскетбола) преобразованы в часы, отведенные на управляемую самостоятельную работу | Рабочий план-график образовательного процесса на 2017-2018 учебный год |
| 2.       | Вставлена учебно-методическая карта для студентов пятого курса заочной формы получения образования<br><br>Семестры 9,10<br>Лекции 2 часа<br>Практические занятия 12 часов<br>Всего аудиторных часов по дисциплине 14 часов<br>Экзамен 10 семестр   | Изменение учебного плана (образовательный стандарт 2013)               |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «7» июня 2017)

Заведующий кафедрой  
УТВЕРЖДАЮ



Л.И. Акулич

Декан факультета



Е.В. Планида

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

на 2018 / 2019 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения   | Основание  |
|----------|--|--|
| 1.       | Для студентов, обучающихся на факультетах СПФ СИиЕ, СПФ МВС, ОФКиТ, МСТИГ (образован в 2018) часы (2), отведенные на практическое освоение материала (Тема 18 Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения) преобразованы в часы, отведенные на управляемую самостоятельную работу | Рабочий план-график образовательного процесса на 2018-2019 учебный год |
| 2.       |  |  |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «6» июня 2018)

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В. Планида

**1.1.3. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Волейбол»)**



Учреждение образования

«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДАЮ**

Зам. декана СПФ СИиЕ



Н.В. Иванова

18.06.2014

Регистрационный № УД- 07-01/524/р.

**Спортивные и подвижные игры и методика преподавания**

Учебная программа для специальностей:

- 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;
- 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;
- 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

**СПФ СИиЕ, МВС, ОФКиТ**

Кафедра спортивных игр

Форма получения

высшего образования – очная

Форма получения

высшего образования – заочная

Курс 2  
Семестры 3,4  
Лекции 4 (часа)  
Семинарские занятия - (часа)  
Практические занятия 32 (часа)  
Управляемая самостоятельная работа 24 (часов)  
Всего аудиторных часов по дисциплине 60(часа)  
Экзамен - (семестр)  
Зачет 4 семестр

Курс 4  
Семестры 7  
Лекции 2 (часа)  
Семинарские занятия - (часа)  
Практические занятия 12 (часов)  
Самостоятельная работа 46 (часов)  
Всего часов по дисциплине 60 (часа)  
Экзамен - (семестр)  
Зачет 7 (семестр)

**Всего часов 60 (часов)**

**Всего часов 60 (часов)**

Составитель: Т.А. Куц, ст.преподаватель

Минск 2014

Учебная программа составлена на основе учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» для направления специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)», утвержденной 25.03.2014 г., регистрационный № УД - 43/баз.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой спортивных игр

Протокол № 11 от 04.06.2014

Заведующий кафедрой



А.Г. Мовсесов

Одобрена и рекомендована к утверждению советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств БГУФК

Протокол № 12 от 18.06.2014

Председатель



Н.В.Иванова

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» в соответствии с требованиями образовательного стандарта Республики Беларусь первой ступени высшего образования ОСВО 1-88 02 01-2013 и учебного плана вышеуказанной специальности.

Программа предназначена для реализации на первой ступени высшего образования в рамках цикла общепрофессиональных и специальных дисциплин. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание, акцентуация на компетентностном подходе в обучении, значительное усиление роли и доли самостоятельной работы студента, использование современных инновационных педагогических технологий.

Преподавание учебной дисциплины направлено на ориентацию студентов на эффективное использование достигнутого уровня теоретической, методической и практической подготовленности в их дальнейшей профессиональной деятельности, систематизацию знаний студентов, приобретенных в ходе изучения различных смежных дисциплин.

### ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные цели изучения дисциплины:

- содействие формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на предметной основе той или иной спортивной игры;
- интеграция и систематизация знаний студентов в рамках единой методологической концепции;
- создание предпосылок для эффективного применения знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности преподавателей физической культуры.

Задачи изучения дисциплины:

- освоить методологические основы теории спортивных игр;
- изучить общие основы методики обучения основным технико-тактическим приемам волейбола;
- изучить общие основы теории и методики построения и проведения занятий по спортивным играм;
- обеспечить теоретическую, методическую и психологическую готовность студентов к работе в качестве преподавателя физической культуры.

В результате изучения учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» формируются следующие компетенции:

**академические:**

–уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.

–владеть системным и сравнительным анализом.

–владеть исследовательскими навыками.

–уметь работать самостоятельно.

–творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

–владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.

–иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий.

–обладать навыками устной и письменной коммуникации.

–уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностные:**

–обладать качествами гражданственности.

–уметь работать в команде.

–пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения.

–формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию.

–уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм.

–проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональные:**

–воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;

–формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;

–осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

–анализировать и оценивать собранные данные;

–взаимодействовать со специалистами смежных профилей;

–вести переговоры с другими заинтересованными участниками;

–оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;

–анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;

–системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;

–контролировать и анализировать соревновательную деятельность;

–судить соревнования и готовить судей по виду спорта;

–обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
- осваивать и использовать современные методики физического воспитания.
- формировать знания, двигательные умения и навыки;
- нормировать и контролировать физическую нагрузку;
- организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- анализировать рыночную ситуацию, сложившуюся в сфере физической культуры и спорта;
- понимать особенности и специфику предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- применять основы законодательства, регламентирующего предпринимательскую деятельность;
- проводить индивидуальные и групповые консультации;
- проводить просветительские психологические мероприятия различной формы.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

- правила безопасности проведения занятий по волейболу;
- историю возникновения и развития волейбола;
- правила игры в волейбол и методику судейства соревнований по волейболу;
- классификацию техники и тактики волейбола;

**уметь:**

- составлять комплексы соревновательно-игровых упражнений;
- составлять планирующую документацию и проводить занятия по волейболу;
- использовать методику обучения основным техническим и тактическим действиям волейбола.

**владеть:**

- понятийным аппаратом изучаемой дисциплины;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой изучаемого вида спорта.

Изучение дисциплины рассчитано на общее количество часов 60. Примерное распределение учебных часов по видам занятий: лекции – 4 часов, практические занятия – 56 часов.

Формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине: зачет – 4 (дневная форма) и 7 (заочная форма) семестры.

## 2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

| Название разделов и тем  | Количество аудиторных часов |          |                      |          |
|--|-----------------------------|----------|----------------------|----------|
|  | Всего                       | Лекции   | Практические занятия | Семинары |
| <b>Раздел 3. Волейбол</b>  | <b>60</b>                   | <b>4</b> | <b>56</b>            |          |
| Тема 21. История развития волейбола в мире и Республике Беларусь                     | 4                           | 2        | 2                    |          |
| Тема 22. Правила игры и методика судейства в волейболе                               | 4                           | 2        | 2                    |          |
| Тема 23. Классификация техники и тактики волейбола                                   | 2                           |          | 2                    |          |
| Тема 24. Организация и методика проведения соревнований по волейболу                 | 2                           |          | 2                    |          |
| Тема 25. Организация и методика проведения занятий по волейболу                      | 2                           |          | 2                    |          |
| Тема 26. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения                 | 4                           |          | 4                    |          |
| Тема 27. Техника верхней прямой и нижней прямой подачи мяча, методика обучения       | 6                           |          | 6                    |          |
| Тема 28. Техника передачи мяча двумя руками сверху, методика обучения                | 6                           |          | 6                    |          |
| Тема 29. Техника передачи мяча двумя руками снизу, методика обучения                 | 4                           |          | 4                    |          |
| Тема 30. Техника прямого нападающего удара, методика обучения                        | 6                           |          | 6                    |          |
| Тема 31. Техника блокирования, методика обучения                                     | 4                           |          | 4                    |          |
| Тема 32. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения | 4                           |          | 4                    |          |
| Тема 33. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4                           |          | 4                    |          |
| Тема 34 Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения       | 4                           |          | 4                    |          |
| Тема 35. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся волейболом          | 4                           |          | 4                    |          |
| <b>Итого</b>   | <b>60</b>                   | <b>4</b> | <b>56</b>            |          |

### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов дневной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, перечень изучаемых вопросов  | Количество аудиторных часов |                      |                     |                  |   | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература                       | Формы контроля знаний    |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|---------------------|------------------|---|--|----------------------------------|--------------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинарские занятия | Учебная практика | Управляемая самостоятельная работа студента |  |                                  |                          |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                   | 6                | 7   | 8  | 9                                | 10                       |
|                              | <b>Волейбол</b>  | <b>4</b>                    | <b>30</b>            |                     | <b>2</b>         | <b>24</b>                                   |  |                                  |                          |
| 21                           | История развития волейбола в мире и Республике Беларусь (4ч.)<br>4. История развития волейбола в мире: возникновение волейбола, этапы развития. Современное состояние и основные тенденции развития в мире.<br>5. История развития волейбола в Республике Беларусь: возникновение волейбола, этапы развития. Современное состояние и основные тенденции развития волейбола в Республике Беларусь. Значение и место волейбола в системе средств физического воспитания. | 2                           |                      |                     |                  | 2   | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(10) | Реферат, защита реферата |
| 22                           | Правила игры и методика судейства в волейболе (4ч.)<br>1. Значение правил игры; их историческое развитие. Место для игры в волейбол, оборудование и инвентарь. Основные изменения в правилах игры.<br>2. Методика судейства соревнований. Протокол соревнований. Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Жестикуляция и судейская терминология.  | 2                           |                      |                     |                  | 2   | -/-  | (1)<br>(6)                       | Реферат, защита реферата |

|    |  |  |   |  |   |   |     |   |                                     |
|----|--|--|---|--|---|---|-----|---|-------------------------------------|
| 23 | <p>Классификация техники и тактики волейбола. (2ч.)</p> <p>1. Определение понятия «техника». Классификация техники волейбола. Техника нападения и защиты.</p> <p>2. Основы спортивной тактики. Основные понятия – стратегия, тактика. Тактика нападения и тактика защиты. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.</p>                   |  |   |  |   | 2 | -/- | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(11)<br>(13)   | Реферат, защита реферата            |
| 24 | <p>Организация и методика проведения соревнований по волейболу (2ч.)</p> <p>1. Организация и проведение соревнований по волейболу. Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований.</p> <p>2. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.</p>           |  | 2 |  |   |   | -/- | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(12)<br>(13)                               | Судейство соревнований по волейболу |
| 25 | <p>Организация и методика проведения занятий по волейболу (4ч.)</p> <p>1. Формы организации занятий; урок как основная форма организации проведения занятий по волейболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.</p> <p>2. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся волейболом.</p> |  |   |  | 2 | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | План-конспект                       |
| 26 | <p>Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (2ч.)</p> <p>1. Техника перемещений: ходьба, бег, скачок, прыжок, падения. Методика обучения.</p> <p>2. Стойки волейболиста: высокая, средняя, низкая, стойка готовности. Методика обучения.</p>  |  | 2 |  |   |   | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)                 |                                     |



|    |  |  |   |  |  |   |     |   |                         |
|----|--|--|---|--|--|---|-----|---|-------------------------|
|    |  |  |   |  |  |   |     | (13)<br>(14)  |                         |
| 27 | <p>Техника верхней прямой и нижней прямой подачи мяча, методика обучения (4ч.)</p> <p>1. Техника нижней прямой подачи мяча. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p> <p>2. Техника верхней прямой подачи. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p> |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 28 | <p>Техника передачи мяча двумя руками сверху, методика обучения (6ч.)</p> <p>1. Техника передачи мяча двумя руками сверху. Фазовая структура технического приема.</p> <p>2. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p>   |  | 4 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 29 | <p>Техника передачи мяча двумя руками снизу, методика обучения (6ч.)</p> <p>1. Техника передачи мяча двумя руками снизу. Фазовая структура технического приема.</p> <p>2. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p>   |  | 4 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)                         | Карточки с упражнениями |

|    |  |  |   |  |  |   |     |   |                         |
|----|--|--|---|--|--|---|-----|---|-------------------------|
|    | подводящие и специальные упражнения).  |  |   |  |  |   |     | (12)<br>(13)<br>(15)  |                         |
| 30 | Техника прямого нападающего удара, методика обучения (6ч.)<br>1. Техника прямого нападающего удара. Фазовая структура технического приема.<br>2. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).  |  | 4 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 31 | Техника блокирования, методика обучения (4ч.)<br>1. Техника блокирования. Фазовая структура технического приема.<br>2. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).  |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 31 | Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)<br>1. Индивидуальные тактические действия в нападении: индивидуальные тактические действия игрока при выполнении подачи мяча, передачи мяча, нападающего удара. Методика обучения.<br>2. Индивидуальные тактические действия в защите: индивидуальные тактические действия игрока при выполнении приема мяча после подачи, приема мяча после нападающих ударов, блокирования. Методика обучения. |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |

|    |   |  |   |  |  |   |     |   |                         |
|----|---|--|---|--|--|---|-----|---|-------------------------|
| 32 | <p>Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>1. Групповые тактические действия в нападении: групповые взаимодействия при выполнении комбинаций «Волна», «Эшелон», «Крест». Методика обучения.</p> <p>2. Групповые тактические действия в защите: групповые взаимодействия игроков при приеме подачи и при игре в защите. Методика обучения.</p>   |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 33 | <p>Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>1. Командные тактические действия в нападении: командные взаимодействия игроков при игре в нападении – система с организацией атакующих действий через игрока передней линии, система с организацией атакующих действий через игрока задней линии. Методика обучения.</p> <p>2. Командные тактические действия в защите: командные взаимодействия игроков при игре в защите – система игры в защите «Углом вперед», система игры в защите «Углом назад»; командные взаимодействия на приеме подачи мяча. Методика обучения.</p>                                |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 35 | <p>Оценка уровня технической подготовленности занимающихся волейболом (4ч.)</p> <p>Выполнение контрольных нормативов по технической подготовке:</p> <p>1. Подача мяча: выполнение пяти подач подряд в пределы волейбольной площадки через сетку, не наступая на лицевую линию. Оценивается техника выполнения и точность.</p> <p>2. Передача мяча двумя руками сверху: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 20 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).</p> <p>3. Передача мяча двумя руками снизу: выполнение передачи</p> |  | 4 |  |  |   | -/- | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(9)   | Нормативы               |

|  |   |          |           |  |          |           |  |  |  |  |  |
|--|---|----------|-----------|--|----------|-----------|--|--|--|--|--|
|  | <p>в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 16 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).</p> <p>4. Нападающий удар: выполнение пяти нападающих ударов через сетку в пределы волейбольной площадки. Оценивается техника выполнения и количество попаданий в площадку.</p> |          |           |  |          |           |  |  |  |  |  |
|  | <b>Всего:</b>   | <b>4</b> | <b>30</b> |  | <b>2</b> | <b>24</b> |  |  |  |  |  |

### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов заочной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, перечень изучаемых вопросов  | Количество аудиторных часов |                      |                     |                  |   | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература                        | Формы контроля знаний |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|---------------------|------------------|---|--|-----------------------------------|-----------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинарские занятия | Учебная практика | Управляемая самостоятельная работа студента |  |                                   |                       |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                   | 6                | 7   | 8  | 9                                 | 10                    |
|                              | <b>Волейбол (60 часов)</b>   | <b>2</b>                    | <b>12</b>            |                     |                  | <b>46</b>                                   |  |                                   |                       |
| 21                           | История развития волейбола в мире и Республике Беларусь (4ч.)<br>6. История развития волейбола в мире: возникновение волейбола, этапы развития. Современное состояние и основные тенденции развития в мире.<br>7. История развития волейбола в Республике Беларусь: возникновение волейбола, этапы развития. Современное состояние и основные тенденции развития волейбола в Республике Беларусь. Значение и место волейбола в системе средств физического воспитания. |                             |                      |                     |                  | 4   | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(10)  |                       |
| 22                           | Правила игры и методика судейства в волейболе (4ч.)<br>3. Значение правил игры; их историческое развитие. Место для игры в волейбол, оборудование и инвентарь. Основные изменения в правилах игры.<br>4. Методика судейства соревнований. Протокол соревнований. Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Жестикуляция и судейская терминология.  | 2                           |                      |                     |                  | 2   | -/-  | (1)<br>(6)                        |                       |
| 23                           | Классификация техники и тактики волейбола. (2ч.)<br>3. Определение понятия «техника». Классификация техники волейбола. Техника нападения и защиты.<br>4. Основы спортивной тактики. Основные понятия – стратегия, тактика. Тактика нападения и тактика защиты. Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства   |                             |                      |                     |                  | 2   | -/-  | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(11)<br>(13) |                       |

|    |  |  |   |  |  |   |     |   |  |
|----|--|--|---|--|--|---|-----|---|--|
|    | тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.   |  |   |  |  |   |     |   |  |
| 24 | <p>Организация и методика проведения соревнований по волейболу (2ч.)</p> <p>3. Организация и проведение соревнований по волейболу. Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований.</p> <p>4. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.</p>           |  |   |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(12)<br>(13)                               |  |
| 25 | <p>Организация и методика проведения занятий по волейболу (4ч.)</p> <p>1. Формы организации занятий; урок как основная форма организации проведения занятий по волейболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.</p> <p>2. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся волейболом.</p> |  |   |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) |  |
| 26 | <p>Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>1. Техника перемещений: ходьба, бег, скачок, прыжок, падения. Методика обучения.</p> <p>2. Стойки волейболиста: высокая, средняя, низкая, стойка готовности. Методика обучения.</p>  |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)                 |  |

|    |  |  |   |  |  |   |     |   |                         |
|----|--|--|---|--|--|---|-----|---|-------------------------|
|    |  |  |   |  |  |   |     | (13)<br>(14)  |                         |
| 27 | <p>Техника верхней прямой и нижней прямой подачи мяча, методика обучения (бч.)</p> <p>3. Техника нижней прямой подачи мяча. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p> <p>4. Техника верхней прямой подачи. Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p> |  | 2 |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) |                         |
| 28 | <p>Техника передачи мяча двумя руками сверху, методика обучения (бч.)</p> <p>3. Техника передачи мяча двумя руками сверху. Фазовая структура технического приема.</p> <p>4. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).</p>   |  | 2 |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 29 | <p>Техника передачи мяча двумя руками снизу, методика обучения (бч.)</p> <p>3. Техника передачи мяча двумя руками снизу. Фазовая структура технического приема.</p> <p>4. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные,</p>   |  | 2 |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)                         | Карточки с упражнениями |

|    |  |  |   |  |  |   |     |   |                         |
|----|--|--|---|--|--|---|-----|---|-------------------------|
|    | подводящие и специальные упражнения).  |  |   |  |  |   |     | (12)<br>(13)<br>(15)  |                         |
| 30 | Техника прямого нападающего удара, методика обучения (6ч.)<br>3. Техника прямого нападающего удара. Фазовая структура технического приема.<br>4. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).  |  | 2 |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 31 | Техника блокирования, методика обучения (4ч.)<br>3. Техника блокирования. Фазовая структура технического приема.<br>4. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения).  |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) | Карточки с упражнениями |
| 31 | Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)<br>3. Индивидуальные тактические действия в нападении: индивидуальные тактические действия игрока при выполнении подачи мяча, передачи мяча, нападающего удара. Методика обучения.<br>4. Индивидуальные тактические действия в защите: индивидуальные тактические действия игрока при выполнении приема мяча после подачи, приема мяча после нападающих ударов, блокирования. Методика обучения. |  |   |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) |                         |



|    |   |  |  |  |  |   |     |   |  |
|----|---|--|--|--|--|---|-----|---|--|
| 32 | <p>Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>3. Групповые тактические действия в нападении: групповые взаимодействия при выполнении комбинаций «Волна», «Эшелон», «Крест». Методика обучения.</p> <p>4. Групповые тактические действия в защите: групповые взаимодействия игроков при приеме подачи и при игре в защите. Методика обучения.</p>   |  |  |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) |  |
| 33 | <p>Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>3. Командные тактические действия в нападении: командные взаимодействия игроков при игре в нападении – система с организацией атакующих действий через игрока передней линии, система с организацией атакующих действий через игрока задней линии. Методика обучения.</p> <p>4. Командные тактические действия в защите: командные взаимодействия игроков при игре в защите – система игры в защите «Углом вперед», система игры в защите «Углом назад»; командные взаимодействия на приеме подачи мяча. Методика обучения.</p>                          |  |  |  |  | 4 | -/- | (1)<br>(2)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(8)<br>(11)<br>(12)<br>(13)<br>(15) |  |
| 35 | <p>Оценка уровня технической подготовленности занимающихся волейболом</p> <p>Выполнение контрольных нормативов по технической подготовке:</p> <p>1. Подача мяча: выполнение пяти подач подряд в пределы волейбольной площадки через сетку, не наступая на лицевую линию. Оценивается техника выполнения и точность.</p> <p>2. Передача мяча двумя руками сверху: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 20 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).</p> <p>3. Передача мяча двумя руками снизу: выполнение передачи</p> |  |  |  |  |   | -/- | (1)<br>(3)<br>(4)<br>(6)<br>(9)   |  |

|  |   |          |           |  |  |           |  |  |  |  |  |
|--|---|----------|-----------|--|--|-----------|--|--|--|--|--|
|  | <p>в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 16 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).</p> <p>4. Нападающий удар: выполнение пяти нападающих ударов через сетку в пределы волейбольной площадки. Оценивается техника выполнения и количество попаданий в площадку.</p> |          |           |  |  |           |  |  |  |  |  |
|  | <b>Всего:</b>   | <b>2</b> | <b>12</b> |  |  | <b>46</b> |  |  |  |  |  |

## 4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. История развития волейбола в мире и в Республике Беларусь
2. Правила игры и методика судейства в волейболе.
3. Организация и методика проведения занятий по волейболу (план-конспект урока по волейболу).
4. Методика обучения технике перемещений в волейболе (ходьбе, бегу, скачку, прыжку, падению).
5. Методика обучения технике верхней и нижней прямой подачи мяча в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
6. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками сверху в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
7. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками снизу в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
8. Методика обучения технике нападающего удара в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
9. Методика обучения технике блокирования в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
10. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите в волейболе.
11. Групповые тактические действия в нападении и защите в волейболе.
12. Командные тактические действия в нападении и защите в волейболе.

### КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ

1. Подача мяча: выполнение пяти подач подряд в пределы волейбольной площадки через сетку, не наступая на лицевую линию. Оценивается техника выполнения и точность.
2. Передача мяча двумя руками сверху: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 20 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).
3. Передача мяча двумя руками снизу: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 16 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).
4. Нападающий удар: выполнение пяти нападающих ударов через сетку в пределы волейбольной площадки. Оценивается техника выполнения и количество попаданий в площадку.

## ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ, СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРОГРАММ И Т.П.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ

1. Волейбольная сетка с антеннами.
2. Мячи волейбольные, набивные, теннисные, скакалки, гимнастические маты, резиновые жгуты.
3. Макет волейбольной площадки с магнитными фишками.
4. Учебные плакаты и схемы.
5. DVD-проигрыватель, телевизор, компьютер, интерактивная доска, мультимедийный проектор.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ

1. Презентация «История развития волейбола в мире».
2. Презентация «Правила игры и методика судейства в волейболе».
3. Презентация «Классификация техники волейбола».
4. Презентация «Классификация тактики волейбола».
5. Презентация «Тренажеры и технические устройства в тренировочной деятельности волейболистов».
6. Видеофильм «Технические приемы игры в волейбол».

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ



### ОСНОВНАЯ

1. Беляев, А. В. Волейбол: учебник для институтов физической культуры / А.В.Беляева, М. В. Савина. – М.: СпортАкадемпред, 2002. – 368 с.
2. Беляев, А. В. Волейбол: теория и методика / А. В. Беляев, Л. В. Булькина. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – С.148-151.
3. Волейбол: многолетняя тренировка: практическое пособие для тренеров / Э. К. Ахмеров, Л. И. Акулич, В. Н. Вертелко. – Минск: МГПТК полиграфии, 2010. – 292 с.
4. Волейбол в спортивной школе: методическое пособие для тренеров/ Л. И. Акулич [и др.]; под ред. Э. К. Ахмерова. – Минск: МГПТК, 2006. – 134 с.
5. Клещев, Ю. Н. Волейбол (Серия "Школа тренера") / Ю. Н. Клещев, – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 520с.
7. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов/ А. Г.Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007. – 329 с.
8. Ширяев, И. А. Волейбол: учебное пособие/ И. А.Ширяев, Э. К.Ахмеров. – Минск: БГУ, 2005. – 143 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Ахмеров, Э. К. Педагогический контроль за специальной физической и технической подготовленностью спортсменов в учебно-тренировочном процессе по волейболу: методические рекомендации /Э. К. Ахмеров, И. А. Ширяев. – Минск: БГУ, 2005. – 32 с.
10. Ахмеров, Э.К. История развития волейбола в Республике Беларусь: учебное пособие по курсу специализации / Э.К.Ахмеров, В.Я.Ивановский. – Минск: АФВиС РБ, 1997. – 38 с.
11. Железняк Ю. Д. Волейбол: учебник для институтов физической культуры/ Ю. Д.Железняк, А. В. Ивойлов.– М.: ФиС, 1991. – 239 с.
12. Железняк, Ю. Д. К мастерству в волейболе / Ю. Д. Железняк. –М.: ФиС, 1991. – 267 с.
13. Ивойлов, А. В. Волейбол: учебное пособие /А. В. Ивойлов. – Минск: Выш.школа, 1985. – 256 с.
14. Легоньков, С. В. Физическая подготовка в системе спортивной тренировки волейболистов: учебное пособие /С. В. Легоньков. – Смоленск: СГИФК, 2003. 96 с.
15. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ УЧЕБНЫМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

| Название дисциплины, с которой требуется согласование                            | Кафедра, обеспечивающая изучение этой дисциплины  | Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)  |
|--|---|--|--|
| <p align="center"><b>Спортивные и подвижные игры и методика преподавания</b></p> | <p>Кафедра футбола и хоккея</p>  <p align="right">В.И. Шукан</p> |  | <p>Учебная программа УВО утверждена на заседании кафедры спортивных игр</p> <p>Протокол от <u>04.06.2014г</u> № <u>11</u></p> <p>Заведующий кафедрой</p>  <p align="right">А.Г.Мовсесов</p> |

# ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ

## УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

на 2015 / 2016 учебный год

| № п/п | Дополнения и изменения      | Основание |
|-------|-----------------------------|-----------|
| 1.    | Изменений и дополнений нет. |           |
| 2.    |                             |           |
| 3.    |                             |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 12 от 03.06.2015)

И.о. зав. кафедрой



Э.А. Лапухина

УТВЕРЖДАЮ



Зам. декана факультета

Н.В. Иванова

Дополнения и изменения к учебной программе  
по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика  
преподавания (волейбол)» для студентов 2 курса д.ф.п.о.  
и 4 курса з.ф.п.о. на 2016/2017 учебный год

| Дополнения и изменения   | Основание  |
|--|--|
| <p>Ограничение физической нагрузки в зависимости от функционально состояния физиологических систем. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием кардиореспираторной системы.</p> <p><b>Показаны физические упражнения: <i>общеразвивающие упражнения</i></b> на воздухе, ходьба и бег в медленном и среднем темпах, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля, плавание в сочетании с дыхательными упражнениями с учетом реакции сердца на нагрузку. Также показаны пешие прогулки, ближний туризм. По мере тренированности можно включать пробегание небольших отрезков с ускорениями, упражнения с предметами, в парах. В занятиях широко используется перемена положения тела, сочетание упражнений для туловища с упражнениями для конечностей, поднятие конечностей в положении <i>лежа на спине</i> для стимуляции венозного оттока крови, движения головой, упражнения для плечевого пояса с целью нормализации кровотока в сосудах головного мозга.</p> <p><b><i>Дыхательные упражнения: статические</i></b> (с ровным ритмичным дыханием, урежение дыхания, изменение механизма дыхания и фаз дыхательного цикла, понижение уровня дыхания), <b><i>динамические</i></b> (в сочетании в упражнениями, облегчающими выполнение фаз или всего дыхательного цикла; обеспечивающими избирательное увеличение подвижности и вентиляции легких, способствующими восстановлению или увеличению подвижности ребер и диафрагмы, формирующими навыки рационального сочетания дыхания и движений). Растягивание мышц и связок. Упражнения на расслабление.</p> <p>Студентам, имеющим миопию, показаны упражнения циклического, преимущественно аэробного характера, а также плавание (с исключением возможного раздражающего действия хлорсодержащих веществ на органы зрения), игры в настольный теннис, бадминтон.</p> <p><b><i>Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:</i></b> значительные длительные нагрузки циклического и ациклического характера, выполняемые с высокой интенсивностью; статические напряжения, связанные с задержкой дыхания; метание снарядов, длительное выполнение упражнений с высокой скоростью. С большими ограничениями используются упражнения с отягощениями, прыжки, резкие перемещения,</p> | <p>Результаты прохождения углубленного медицинского осмотра в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь № 1380 от 31.12.2010 «О совершенствовании организации медицинской помощи студентам и учащимся учреждений высшего, среднего, специального и профессионально-технического образования», Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь № 30 от 15.07.2014</p> |



многократные повторения однообразных упражнений, вызывающие утомление; маховые упражнения с максимальной амплитудой движения; упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, глубокими наклонами головы и туловища; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в *упоре лежа*. В зависимости от типа нервной деятельности противопоказаны упражнения, усиливающие и без того преобладающие процессы возбуждения или торможения. Из занятий физическим воспитанием студентов, имеющих *близорукость*, должны быть исключены упражнения *на бревне* типа прыжков и соскоков, опорные прыжки через снаряды, кувырки и стойки вниз головой, упражнения на гимнастической стенке на высоте более двух метров, прыжки через скакалку, прыжки и подскоки с опорой на две ноги одновременно, а также упражнения, при выполнении которых возможны падения и резкие сотрясения тела. Также противопоказаны упражнения со значительными мышечными напряжениями и интенсивностью, выполняемые на гимнастических снарядах или тренажерах.

2. Нагрузка лимитируется болевым синдромом (нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта, гепатобилиарная система).

**Показаны физические упражнения:** для студентов, имеющих заболевания желудочно-кишечного тракта, рекомендуются укрепляющие упражнения с постепенно усложняющейся и повышающейся физической нагрузкой в различных исходных положениях *лежа на спине, боку, стоя на четвереньках, сидя и стоя*). Через каждые 3-4 упражнения диафрагмальное дыхание. Упражнения с отягощениями предпочтительнее выполнять в положении *лежа на спине* или *сидя*, избегая чрезмерного напряжения мышц брюшной стенки и повышения внутрибрюшного давления. Полезны дозированная ходьба, бег в медленном и спортивные и подвижные игры средней интенсивности, плавание в теплой воде. При нарушениях обмена веществ рекомендованы физические упражнения, способствующие воспитанию выносливости. Студенты, имеющие заболевания мочеполовой нагрузки умеренной интенсивности и различной направленности предпочтительно циклического характера. При хронических гинекологических заболеваниях полезны упражнения для брюшного пресса в положении *лежа*, упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения органов малого таза. **Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** любые упражнения, выполняемые менее, чем через час после еды или на голодный желудок, а также упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, задержкой дыхания, вызывающие сильное утомление. В начальном периоде занятий ограничиваются резкие движения (прыжки, бег на

скорость, подскоки). С ограничениями используется исходное положение *лежа на животе*, в периоды обострений оно исключается полностью. При хронических воспалительных заболеваниях почек ограничивается упражнения с резкими поворотами, наклонами, скручиванием туловища, прыжки; не допускается переохлаждение организма, а в занятиях плаванием ограничивается пребывание в воде данных студентов до 15-20 мин. Наличие нефроптоза предполагает ограничение упражнений, способствующих еще большему опусканию почки: прыжков, длительного выполнения упражнений в вертикальном положении и др. При нарушениях жирового и водно-солевого обмена противопоказанными упражнениями являются прыжки (особенно с опорой одновременно на обе ноги), длительный бег, подскоки, упражнения высокой интенсивности, выполняемые с большим напряжением.

3. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата. Упражнения, направленные на укрепление различных мышечных групп, увеличение подвижности поврежденных суставов, исправление осанки. Лучшие исходные положения те, при которых максимально разгружается позвоночник: *лежа на спине, животе, стоя на четвереньках* Показаны упражнения с отягощениями в. Сочетании с дыхательными и релаксационными в положении *лежа*. Студентам, имеющим деформации позвоночника (сколиоз, кифоз, лордоз) рекомендовано плавание способом *брасс*, ходьба на лыжах, гребля, игра в волейбол, упражнения у гимнастической стенки и с гимнастической палкой. При плоскостопии используются упражнения с предметами (захват пальцами стоп карандашей, шариков, переключивание их с места на место, катание палки подошвами, массаж стоп), различные виды ходьбы (на носках, пятках, наружном своде стоп). При изменении угла наклона таза рекомендуются упражнения, укрепляющие соответствующие мышцы (брюшной пресс и заднюю поверхность бедер – при увеличении угла; мышцы поясницы и переднюю поверхность бедер – при уменьшении угла таза). Широко используются упражнения на координацию и равновесие.

**Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** при сколиозе ограничивают упражнения с сопротивлением, которые могут способствовать сближению крайних точек дуги искривленного позвоночника; упражнения, выполняемые с чрезмерным напряжением. К противопоказанного применения относятся также: круговые движения туловищем и тазом, скрестные движения руками спереди и ногами в упоре сидя сзади; скручивание туловища с наклоном вперед, назад и в стороны; скрестные шаги; попеременные движения ногами и руками. Ограничения в

занятиях физическими упражнениями зависят от локализации и тяжести повреждения органов движения. При наличии артрита нижних конечностей физические упражнения выполняются преимущественно в положении *сидя и лежа*, исключая исходные положения с опорой на больной сустав. Избегать чрезмерных напряжений. Студентам, имеющим в анамнезе пояснично-крестцовый радикулит, остеохондроз, противопоказаны резкие движения, наклоны в безопорном положении. При плоскостопии следует исключать отрицательное влияние нагрузки веса тела на свод стопы в положении *стоя и при развернутых стопах*. На начальных этапах занятий исключаются статические нагрузки.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивных игр протокол № 13 от 10.06.2016г

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета



Н.В. Иванова

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**  
на 2017 / 2018 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения     | Основание |
|----------|----------------------------|-----------|
| 1.       | Изменений и дополнений нет |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от 07.06.2017)

Зав. кафедрой



Л.И.Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В.Планида

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**  
на 2018 / 2019 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения   | Основание  |
|----------|--|--|
| 1.       | Образован факультет МСТиГ (факультет менеджмента спорта, туризма и гостеприимства), в состав которого вошли группы факультета ОФКиТ. | Рабочий план-график образовательного процесса на 2018-2019 учебный год |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «6» июня 2018)

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В. Планида

**1.1.5. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Гандбол»)**

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДАЮ**

Зам. декана СПФ СИиЕ



Н.В. Иванова

17.06.2015

Регистрационный № УД-07-01/572/р.

**Спортивные и подвижные игры и методика преподавания**

Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине для специальностей:

1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;

1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура  
(по направлениям)»;

1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;

1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;

1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

**СПФ СИиЕ, МВС, ОФКиТ**

Кафедра спортивных игр

Форма получения  
высшего образования – дневная

|   |             |
|---|-------------|
| Курс                                    | 4           |
| Семестры                                | 7           |
| Лекции                                  | 2 (часа)    |
| Семинарские<br>Занятия                  | - (часа)    |
| Практические<br>Занятия                 | 34 (часа)   |
| Управляемая самостоятельная<br>Работа   | 24 (часов)  |
| Всего аудиторных часов<br>по дисциплине | 60 (часов)  |
| Зачет                                   | - (семестр) |
| Экзамен                                 | 7 (семестр) |

**Всего часов 60 (часов)**

Форма получения  
высшего образования – заочная

|   |             |
|---|-------------|
| Курс  | 3           |
| Семестры                                      | 6           |
| Лекции  | 2 (часа)    |
| Семинарские<br>занятия                        | - (часа)    |
| Практические<br>занятия                       | 10 (часов)  |
| Управляемая самостоятельная<br>работа         | 48 (часов)  |
| Всего часов аудиторных часов<br>по дисциплине | 60 (часов)  |
| Зачет   | 6 (семестр) |
| Экзамен                                       |             |

**Всего часов 60**

Составила: Е.А. Жигунова ст.преподаватель

И.И.Бойко ст.преподаватель

В.Л.Третьяк ст.преподаватель

Минск 2015

Учебная программа составлена на основе учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» утвержденной 25.03.2014 г., регистрационный № УД - 43/баз.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой спортивных игр

03.06.2015 г., №12

(дата, номер протокола)

И.о.заведующего кафедрой



Э.А. Лапухина

Одобрена и рекомендована к утверждению советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств БГУФК

17.06.2015 г., №12

(дата, номер протокола)

Председатель



Н.В. Иванова



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» в соответствии с требованиями образовательного стандартов I ступени высшего образования ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013 и учебных планов вышеуказанных специальностей.

Учебная программа предназначена для реализации на I ступени высшего образования в рамках цикла специальных дисциплин. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание, акцентуация на компетентностном подходе в обучении, значительное усиление роли и доли самостоятельной работы студента, использование современных инновационных педагогических технологий.

Преподавание учебной дисциплины направлено на ориентацию студентов на эффективное использование достигнутого уровня теоретической, методической и практической подготовленности в их дальнейшей профессиональной деятельности, систематизацию знаний студентов, приобретенных в ходе изучения различных смежных дисциплин.

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные цели изучения учебной дисциплины:

- содействие формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на предметной основе той или иной спортивной игры;
- интеграция и систематизация знаний студентов в рамках единой методологической концепции;
- создание предпосылок для эффективного применения знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности преподавателей физической культуры.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- освоить методологические основы теории спортивных игр;
- изучить общие основы методики обучения основным технико-тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола;
- изучить общие основы теории и методики построения и проведения занятий по спортивным играм;
- обеспечить теоретическую, методическую и психологическую готовность студентов к работе в качестве преподавателя физической культуры.

В результате изучения учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» формируются следующие компетенции:

**академические:**

- уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- владеть системным и сравнительным анализом;
- владеть исследовательскими навыками;
- уметь работать самостоятельно;
- творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий;
- обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностные:**

- обладать качествами гражданственности;
- уметь работать в команде;
- пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;
- формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;
- уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;
- проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональные:**

- воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;
- формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;
- осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- анализировать и оценивать собранные данные;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;
- анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;
- квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта;
- организовывать и проводить спортивный отбор;
- контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
- судить соревнования и готовить судей по виду спорта;

- обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
- осваивать и использовать современные методики физического воспитания;
- формировать знания, двигательные умения и навыки;
- нормировать и контролировать физическую нагрузку;
- организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- анализировать рыночную ситуацию, сложившуюся в сфере физической культуры и спорта;
- понимать особенности и специфику предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- применять основы законодательства, регламентирующего предпринимательскую деятельность;
- проводить индивидуальные и групповые консультации;
- проводить просветительские психологические мероприятия различной формы.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

- правила безопасности проведения занятий по подвижным играм, баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- историю возникновения и развития игровых видов спорта;
- правила игры и методику судейства;
- классификацию техники и тактики;
- особенности содержания и методики проведения подвижных игр.

**уметь:**

- составлять комплексы соревновательно-игровых упражнений;
- составлять планирующую документацию и проводить занятия по баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- выполнять и использовать методику обучения основным техническим и тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола.

**владеть:**

- понятийным аппаратом избранных видов спорта;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой избранных видов спорта.

Формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине: экзамен.

## 2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

| Название раздела, темы   | Всего     | Количество аудиторных часов |                      |
|--|-----------|-----------------------------|----------------------|
|  |           | Из них                      |                      |
|  |           | Лекции                      | Практические занятия |
| <b>Раздел IV. Гандбол</b>  | <b>60</b> | <b>2</b>                    | <b>58</b>            |
| Тема 36. История развития гандбола в мире и Республике Беларусь                      | 4         | 2                           | 2                    |
| Тема 37. Правила игры и методика судейства в гандболе                                | 4         |                             | 4                    |
| Тема 38.Классификация техники и тактики гандбола                                     | 2         |                             | 2                    |
| Тема 39. Организация и методика проведения соревнований по гандболу                  | 2         |                             | 2                    |
| Тема 40. Организация и методика проведения занятий по гандболу                       | 2         |                             | 2                    |
| Тема 41. Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения                 | 4         |                             | 4                    |
| Тема 42. Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения       | 8         |                             | 8                    |
| Тема 43.Техника ведения мяча, методика обучения                                      | 4         |                             | 4                    |
| Тема 44. Техника бросков мяча в ворота, методика обучения                            | 8         |                             | 8                    |
| Тема 45. Техника игры в защите, методика обучения                                    | 4         |                             | 4                    |
| Тема 46. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения | 4         |                             | 4                    |
| Тема 47. Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |                             | 4                    |
| Тема 48. Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения      | 4         |                             | 4                    |
| Тема 49. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся гандболом           | 6         |                             | 6                    |
| <b>Итого</b>   | <b>60</b> | <b>2</b>                    | <b>58</b>            |

### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов дневной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия: перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |                     |                  |                                    | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература               | Формы контроля знаний |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|---------------------|------------------|------------------------------------|--|--------------------------|-----------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинарские занятия | Учебная практика | Управляемая самостоятельная работа |  |                          |                       |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                   | 6                | 7                                  | 8  | 9                        | 10                    |
| <b>4</b>                     | <b>Гандбол (60ч.)</b>  | <b>2</b>                    | <b>28</b>            |                     | <b>6</b>         | <b>24</b>                          |  |                          |                       |
| 36                           | История развития гандбола в мире и Республике Беларусь(4ч.)<br>1. Возникновение игры.<br>2. Этапы ее развития.   | 2                           |                      |                     |                  | 2                                  | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5)        | Реферат               |
| 37                           | Правила игры и методика судейства в гандболе (4ч.)<br>1. Правила гандбола, их историческое развитие.<br>2. Изменение правил игры как объективная необходимость, вызванная развитием игры.<br>3. Состав судейской бригады, роль и обязанности судей, методика судейства.<br>4. Расположение судей, взаимосвязь их во время судейства, техника определения ошибок, жестикация; взаимодействие судей с секретарями. |                             | 2                    |                     |                  | 2                                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(5)        | Реферат               |
| 38                           | Классификация техники и тактики гандбола (2ч.)<br>1. Классификация техники игры: разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности, условия выполнения.<br>2. Классификация тактики игры: разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения.   |                             |                      |                     |                  | 2                                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(5)        | Реферат               |
| 39                           | Организация и методика проведения соревнований по гандболу (2ч.)<br>1. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный.   |                             |                      |                     |                  | 2                                  | -/-  | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7) | Реферат               |

|    |   |  |   |  |   |   |     |   |                         |
|----|---|--|---|--|---|---|-----|---|-------------------------|
|    | 2. Положение о соревнованиях, жеребьевка, составление календаря соревнований; способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.  |  |   |  |   |   |     | (9)<br>(12)<br>(13)                             |                         |
| 40 | Организация и проведение занятий по гандболу (2ч.)<br>1.Формы организации занятий; урок как основная форма организации проведения занятий по гандболу.<br>2. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.<br>3. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.  |  |   |  | 2 |   | -/- | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) | Реферат                 |
| 41 | Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (4ч.)<br>1. Техника бега полевого игрока в нападении – обычным и скрестным шагом, с поворотом и «зигзагом», спиной вперед. Методика обучения. Техника прыжков полевого игрока в нападении – толчком одной и толчком двумя ногами (вверх, вперед, в сторону). Методика обучения.<br>2. Техника остановок полевого игрока в нападении – одной ногой и двумя ногами. Методика обучения.<br>3. Техника перемещений полевого игрока в защите: ходьба – обычная, приставным шагом (лицом и спиной вперед); бег – обычным и приставным шагом, «зигзагом», лицом вперед и спиной вперед, боком; прыжок – толчком одной и двумя ногами, вверх, вперед, в сторону (с места и с разбега). Методика обучения. |  | 2 |  | 2 |   | -/- | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(8)<br>(11)<br>(13)        | Оценка<br>УП            |
| 42 | Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения (8ч.)<br>1. Техника ловли мяча полевого игрока – двумя руками и одной рукой – спереди и сбоку, «высокого», «низкого», катящегося мяча, с отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.   |  | 4 |  | 2 | 2 | -/- | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(9)<br>(11)<br>(13)        | Оценка<br>УП<br>Реферат |

|    |   |  |   |  |   |   |     |  |                         |
|----|---|--|---|--|---|---|-----|--|-------------------------|
|    | 2. Техника передач мяча полевого игрока – одной рукой: сверху, сбоку, снизу, хлестом, кистевая, толчком, с отскоком, прямая, навесная и двумя руками, с места, с места после трех шагов в опорном положении, безопорном положении; передач в движении. Методика обучения.   |  |   |  |   |   |     |  |                         |
| 43 | Техника ведения мяча, методика обучения (4ч.)<br>1. Техника ведения мяча: с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.<br>2. Совершенствование ведения мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с максимальной скоростью, изменяя направление бега и высоту отскока мяча. Обводка препятствий с переводом мяча на дальнюю от препятствия руку и чередованием высоты отскока. Ведение мяча на максимальной скорости в сочетании с передачами, бросками с места и в прыжке. Игры для совершенствования ведения мяча («Пятнашки с ведением», «Пятнашки втроем», «Выбей мяч» и др.). |  | 2 |  |   | 2 |     | (2)<br>(4)<br>(9)<br>(11)                | Реферат                 |
| 44 | Техника бросков мяча в ворота, методика обучения (8ч.)<br>1. Техника бросков мяча – одной рукой сверху, сбоку (хлестом, ударом), снизу. С места, с разбега (скрестным, беговыми шагами и с подскоком), в опорном положении, в безопорном положении, с ближнего и дальнего расстояния, лицом и спиной к воротам. Методика обучения.<br>2. Броски мяча с учетом игрового амплуа: с левой и правой крайней позиций, с позиции линейного игрока, с позиций левого и правого полусредних, с позиции разыгрывающего. Методика обучения.   |  | 4 |  | 2 | 2 | -/- | (2)<br>(4)<br>(14)                       | Оценка<br>УП<br>Реферат |
| 45 | Техника игры в защите, методика обучения (4ч.)<br>1. Блокирование мяча одной рукой сверху, сбоку, снизу (на месте и с перемещением), двумя руками сверху, снизу, на месте и с перемещением. Методика обучения.<br>2. Техника противодействия владению мячом полевого игрока: блокирование игрока туловищем (на месте, с перемещением).  |  | 2 |  |   | 2 |     | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12) | Реферат                 |

|    |  |  |   |  |  |   |     |  |         |
|----|--|--|---|--|--|---|-----|--|---------|
|    | <p>Методика обучения.</p> <p>3. Выбивание мяча – одной рукой, направленное и ненаправленное (на месте и с перемещением). Выбивание мяча при ведении. Методика обучения.</p> <p>4. Перехват мяча при передаче с выходом сбоку и из-за спины. Методика обучения.</p>   |  |   |  |  |   |     | (14)   |         |
| 46 | <p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения. (4ч.)</p> <p>1 Тактика нападения. Индивидуальные действия: уход (передвижения в различных направлениях, выбор места), финт (перемещением, передачей, броском) рациональное применение ловли, передач, ведения, бросков. Способы и варианты действия. Методика обучения.</p> <p>2. Тактика защиты. Индивидуальные действия: перемещения, стойка, опека игрока с мячом и без мяча, рациональное применение блокирования, выбивания, перехват. Методика обучения.</p> |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14) | Реферат |
| 47 | <p>Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>1. Групповые тактические действия в нападении: параллельные взаимодействия, скрестные взаимодействия, заслон внешний и внутренний: (без ухода, с уходом, с сопровождением, с наведением). Способы и варианты действий. Методика обучения и совершенствования.</p> <p>2. Групповые тактические действия в защите: подстраховка при опеке и при блокировании. Переключение. Проскальзывание. Разбор. Способы и варианты действий. Методика обучения.</p>      |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13)  | Реферат |
| 48 | <p>Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (4ч.)</p> <p>1. Командные тактические действия в нападении: стремительное нападение отрывом и прорывом (при численном меньшинстве, большинстве, равенстве).</p> <p>2. Позиционное нападение с первоначальной расстановкой</p>  |  | 2 |  |  | 2 | -/- | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(7)<br>(8)<br>(12)          | Реферат |



|    |  |          |           |  |          |           |     |            |           |
|----|--|----------|-----------|--|----------|-----------|-----|------------|-----------|
|    | игроков 3:3, 4:2 с разными вариантами расположения крайних нападающих. Поточное нападение. Методика обучения.<br>3. Командные тактические действия в защите: личная, зонная и смешанная виды защиты. Способы и варианты действий: личная защита с переключением и без переключения защитников. Зонная защита с первоначальной расстановкой 6:0 (с выходом и без выхода), 5:1, 4:2, 3:3, 2:4. Смешанная защита 5+1, 4+2. Методика обучения. |          |           |  |          |           |     | (14)       |           |
| 49 | Оценка уровня технической подготовленности занимающихся гандболом (6ч.)<br>1. Выполнение следующих контрольных нормативов: бега с ведением мяча на дистанции 30 м, передач мяча после 3-х шагов в парах на расстоянии 20 м за 1 минуту, броски мяча в ворота на точность (см. «Информационно-методическую часть»).   |          | 6         |  |          |           | -/- | (1)<br>(4) | Нормативы |
|    | <b>Всего:</b>  | <b>2</b> | <b>28</b> |  | <b>6</b> | <b>24</b> |     |            |           |

#### 4.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов заочной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия: перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |                     |                  |                                    | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература               | Формы контроля знаний |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|---------------------|------------------|------------------------------------|--|--------------------------|-----------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Семинарские занятия | Учебная практика | Управляемая самостоятельная работа |  |                          |                       |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                   | 6                | 7                                  | 8  | 9                        | 10                    |
| <b>4</b>                     | <b>Гандбол (60ч.)</b>  | <b>2</b>                    | <b>10</b>            |                     |                  | <b>48</b>                          |  |                          |                       |
| 36                           | История развития гандбола в мире и Республике Беларусь(2ч.)<br>1. Возникновение игры.<br>2. Этапы ее развития.   | 2                           |                      |                     |                  |                                    | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(5)        | Опрос                 |
| 37                           | Правила игры и методика судейства в гандболе (4ч.)<br>1. Правила гандбола, их историческое развитие.<br>2. Изменение правил игры как объективная необходимость, вызванная развитием игры.<br>3. Состав судейской бригады, роль и обязанности судей, методика судейства.<br>4. Расположение судей, взаимосвязь их во время судейства, техника определения ошибок, жестикуляция; взаимодействие судей с секретарями. |                             |                      |                     |                  | 4                                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(5)        | Реферат               |
| 38                           | Классификация техники и тактики гандбола (4ч.)<br>1. Классификация техники игры: разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности, условия выполнения.<br>2. Классификация тактики игры: разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения.   |                             |                      |                     |                  | 4                                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(5)        | Реферат               |
| 39                           | Организация и методика проведения соревнований по гандболу (4ч.)<br>1. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный.   |                             |                      |                     |                  | 4                                  | -/-  | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7) | Реферат               |

|    |   |  |   |  |   |   |     |   |                      |
|----|---|--|---|--|---|---|-----|---|----------------------|
|    | 2. Положение о соревнованиях, жеребьевка, составление календаря соревнований; способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований.  |  |   |  |   |   |     | (9)<br>(12)<br>(13)                             |                      |
| 40 | Организация и проведение занятий по гандболу (2ч.)<br>1.Формы организации занятий; урок как основная форма организации проведения занятий по гандболу.<br>2. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.<br>3. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.  |  |   |  | 2 |   | -/- | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13) | Реферат              |
| 41 | Техника перемещений в нападении и защите, методика обучения (4ч.)<br>1. Техника бега полевого игрока в нападении – обычным и скрестным шагом, с поворотом и «зигзагом», спиной вперед. Методика обучения. Техника прыжков полевого игрока в нападении – толчком одной и толчком двумя ногами (вверх, вперед, в сторону). Методика обучения.<br>2. Техника остановок полевого игрока в нападении – одной ногой и двумя ногами. Методика обучения.<br>3. Техника перемещений полевого игрока в защите: ходьба – обычная, приставным шагом (лицом и спиной вперед); бег – обычным и приставным шагом, «зигзагом», лицом вперед и спиной вперед, боком; прыжок – толчком одной и двумя ногами, вверх, вперед, в сторону (с места и с разбега). Методика обучения. |  | 2 |  |   | 2 | -/- | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(8)<br>(11)<br>(13)        | Оценка УП            |
| 42 | Техника ловли и передач мяча на месте и в движении, методика обучения (6ч.)<br>1. Техника ловли мяча полевого игрока – двумя руками и одной рукой – спереди и сбоку, «высокого», «низкого», катящегося мяча, с отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.   |  | 2 |  |   | 4 | -/- | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(9)<br>(11)<br>(13)        | Оценка УП<br>Реферат |

|    |   |  |   |  |  |   |     |  |                      |
|----|---|--|---|--|--|---|-----|--|----------------------|
|    | 2. Техника передач мяча полевого игрока – одной рукой: сверху, сбоку, снизу, хлестом, кистевая, толчком, с отскоком, прямая, навесная и двумя руками, с места, после трех шагов в опорном положении, безопорном положении; передач в движении. Методика обучения.   |  |   |  |  |   |     |  |                      |
| 43 | Техника ведения мяча, методика обучения (4ч.)<br>1. Техника ведения мяча: с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.<br>2. Совершенствование ведения мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с максимальной скоростью, изменяя направление бега и высоту отскока мяча. Обводка препятствий с переводом мяча на дальнюю от препятствия руку и чередованием высоты отскока. Ведение мяча на максимальной скорости в сочетании с передачами, бросками с места и в прыжке. Игры для совершенствования ведения мяча («Пятнашки с ведением», «Пятнашки втроем», «Выбей мяч» и др.). |  | 2 |  |  | 2 |     | (2)<br>(4)<br>(9)<br>(11)                | Реферат              |
| 44 | Техника бросков мяча в движении, методика обучения (6ч.)<br>1. Техника бросков мяча – одной рукой: одной рукой сверху, сбоку (хлестом, ударом), снизу. С места, с разбега (скрестным, беговым шагами и с подскоком), в опорном положении, в безопорном положении, с ближнего и дальнего расстояния, лицом и спиной к воротам. Методика обучения.<br>2. Броски мяча с учетом игрового амплуа: с левой и правой крайней позиции, с позиции линейного игрока, с позиции левого и правого полусреднего и разыгрывающего. Методика обучения.   |  | 2 |  |  | 4 | -/- | (2)<br>(4)<br>(14)                       | Оценка УП<br>Реферат |
| 45 | Техника игры в защите, методика обучения (4ч.)<br>1. Техника противодействия владению мячом полевого игрока: блокирование игрока туловищем (на месте, с перемещением). Методика обучения.<br>2. Блокирование мяча одной рукой сверху, сбоку, снизу (на месте и с перемещением), двумя руками сверху, снизу, на  |  | 2 |  |  | 4 |     | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12) | Реферат              |

|    |  |  |  |  |  |   |     |  |         |
|----|--|--|--|--|--|---|-----|--|---------|
|    | <p>месте и с перемещением. Методика обучения.</p> <p>3. Выбивание мяча – одной рукой, направленное и ненаправленное (на месте и с перемещением). Выбивание мяча при ведении. Методика обучения.</p> <p>4. Перехват мяча при передаче с выходом сбоку и из-за спины. Методика обучения.</p>   |  |  |  |  |   |     | (14)   |         |
| 46 | <p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите, методика обучения. (6ч.)</p> <p>1 Тактика нападения. Индивидуальные действия: уход (передвижения в различных направлениях, выбор места), финт (перемещением, передачей, броском) рациональное применение ловли, передач, ведения, бросков. Способы и варианты действия. Методика обучения.</p> <p>2. Тактика защиты. Индивидуальные действия: перемещения, стойка, опека игрока с мячом и без мяча, рациональное применение блокирования, выбивания, перехват. Методика обучения.</p> |  |  |  |  | 6 | -/- | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14) | Реферат |
| 47 | <p>Групповые тактические действия в нападении и защите, методика обучения (6ч.)</p> <p>1. Групповые тактические действия в нападении: параллельные взаимодействия, скрестные взаимодействия, заслон внешний и внутренний: (без ухода, с уходом, с сопровождением, с наведением). Способы и варианты действий. Методика обучения и совершенствования.</p> <p>2. Групповые тактические действия в защите: подстраховка при опеке и при блокировании, переключение. Проскальзывание. Разбор. Способы и варианты действий. Методика обучения.</p>      |  |  |  |  | 6 | -/- | (2)<br>(4)<br>(6)<br>(7)<br>(9)<br>(12)<br>(13)  | Реферат |
| 48 | <p>Командные тактические действия в нападении и защите, методика обучения (6ч.)</p> <p>1. Командные тактические действия в нападении: стремительное нападение отрывом и прорывом (при численном меньшинстве, большинстве, равенстве).</p> <p>2. Позиционное нападение с первоначальной расстановкой</p>  |  |  |  |  | 6 | -/- | (1)<br>(4)<br>(5)<br>(7)<br>(8)<br>(12)          | Реферат |

|    |  |          |           |  |  |           |     |            |           |
|----|--|----------|-----------|--|--|-----------|-----|------------|-----------|
|    | игроков 3:3, 4:2 с разными вариантами расположения крайних нападающих. Поточное нападение. Методика обучения.<br>3. Командные тактические действия в защите: личная, зонная и смешанная виды защиты. Способы и варианты действий: личная защита с переключением и без переключения защитников. Зонная защита с первоначальной расстановкой 6:0 (с выходом и без выхода), 5:1, 4:2, 3:3, 2:4. Смешанная защита 5+1, 4+2. Методика обучения. |          |           |  |  |           |     | (14)       |           |
| 49 | Оценка уровня технической подготовленности занимающихся гандболом (бч.)<br>1. Выполнение следующих контрольных нормативов: бега с ведением мяча на дистанции 30 м, передач мяча после 3-х шагов в парах на расстоянии 20 м за 1 минуту, броски мяча в ворота на точность (см. «Информационно-методическую часть»).   |          |           |  |  |           | -/- | (1)<br>(4) | Нормативы |
|    | <b>Всего:</b>  | <b>2</b> | <b>10</b> |  |  | <b>48</b> |     |            |           |

## 5. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. История развития гандбола в мире и Республике Беларусь.
2. Организация и проведение соревнований по гандболу.
3. Организация и проведение занятий по гандболу.
4. Правила игры и методика судейства.
5. Классификация техники игры (разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности, условия выполнения), классификация тактики игры (разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения).
6. Методика обучения технике ловли и передачи мяча на месте и в движении в гандболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
7. Методика обучения технике ведения мяча в гандболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
8. Методика обучения технике броска мяча в опорном и безопорном положении одной рукой сверху (сбоку, снизу, с отклонением – в сторону сильной руки, в сторону слабой руки) в гандболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
9. Техника игры в защите, методика обучения; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
10. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Методика обучения.
11. Групповые тактические действия в нападении и защите. Методика обучения.
12. Командные тактические действия в нападении и защите. Методика обучения.

### КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ

1. Бег с ведением мяча на дистанции 30 м. Оценивается техника выполнения ведения, а также время пробегания отрезка в 30 м. Студенты должны уложиться в следующие интервалы времени: юноши: 4,8 – 5,5 с; девушки: 5,1 – 6,3 с (таблица 2, таблица 3).

Таблица 2 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (юноши)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 4,8  | 4,9 | 5,0 | 5,1 | 5,2 | 5,4 | 5,5 |

Таблица 3 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (девушки)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 5,1  | 5,3 | 5,5 | 5,7 | 5,9 | 6,1 | 6,3 |

2. Передачи мяча в парах за 1 минуту, на расстоянии 20 м, после 3-х шагов. Оценивается техника выполнения передач после 3-х шагов, ловли и передач мяча. За

1 минуту студенты должны выполнить определенное количество передач в парах: девушки – юноши – не менее 23; не менее 21.

3. Броски мяча в ворота на точность. Броски выполняются в опорном положении, после 3-х шагов. Девушки поражают углы ворот с 7-метровой отметки, юноши – с линии свободного броска (9-метровой), с позиции центрального нападающего. Студенты выполняют по 3 броска в каждый из 4-х углов ворот. Оценивается техника выполнения 3-х шагов, броска и точность попадания в углы ворот, которые представляют собой мишени 60×60 см. При правильном выполнении технических приемов количество попаданий должно быть не менее 8.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ

1. Презентация «Классификация техники гандбола».
2. Презентация «Классификация тактики гандбола».
3. Записи игр чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр по гандболу.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ

1. Видеоаппаратура, DVD-проигрыватель.
2. Макет гандбольной площадки.
3. Конструкции ворот, состоящие из металлических стоек и перекладины.  
Мячи гандбольные.
4. Гимнастические палки, скамейки, обручи; набивные мячи, скакалки, канаты, фишки, стойки и т.д.



## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ



### ОСНОВНАЯ

1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М., 2001. – 264 с.
2. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, обучение; учебник для студентов высших педагогических учебных заведений / Ю.Д. Железняк [и др.]; под ред.: Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова – М.: Академия, 2001. – 264 с.
3. Игнатъева, В.Я. Гандбол: учебное пособие для физкультурных вузов / В.Я. Игнатъева. – М.: Физкультура и спорт, 1996. – 314 с.
4. Игнатъева, В.Я. Гандбол / В.Я. Игнатъева. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 200 с.
5. Игнатъева, В.Я. Юный гандболист / В.Я. Игнатъева. – М., 1997. – 217 с.
6. Клусов, Н. П. Тактика гандбола / Н.П. Клусов. – М.: ФиС, 1980. – 151 с.
7. Кудрицкий, В.Н. Гандбол / В.Н.Кудрицкий. – Минск: Беларусь, 1977. – 112 с.
8. Кудряшев, В.А. Ручной мяч / В.А. Кудряшев, Э.Н. Бобрович – М., Минск, 1975. – 154 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 400 с.
10. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 520 с.
11. Спортивные игры : учеб. Пособие / А. Г. Мовсесов[и др.]; под ред. А. Г. Мовсесова. – Минск : РИВШ, 2015. – 316 с. : ил.

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ УЧЕБНЫМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

| Название дисциплины, с которой требуется согласование                            | Кафедра, обеспечивающая изучение этой дисциплины  | Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)   |
|--|---|--|---|
| <p align="center"><b>Спортивные и подвижные игры и методика преподавания</b></p> | <p>Кафедра футбола и хоккея</p>  <p align="right">В.И. Шукан</p> |  | <p>Рабочая программа утверждена на заседании кафедры спортивных игр</p> <p>Протокол № 12 от « 3 » июня 2015г.</p> <p>И.о. заведующего кафедрой</p>  <p align="right">Э.А. Лапухина</p> |

Дополнения и изменения к учебной программе  
по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика  
преподавания (подвижные игры)» для студентов 4 курса д.ф.п.о.  
и 3 курса з.ф.п.о. на 2016/2017 учебный год

| Дополнения и изменения   | Основание  |
|--|--|
| <p>Ограничение физической нагрузки в зависимости от функционально состояния физиологических систем. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием кардиореспираторной системы.</p> <p><b>Показаны физические упражнения: <i>общеразвивающие упражнения</i></b> на воздухе, ходьба и бег в медленном и среднем темпах, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, гребля, плавание в сочетании с дыхательными упражнениями с учетом реакции сердца на нагрузку. Также показаны пешие прогулки, ближний туризм. По мере тренированности можно включать пробегание небольших отрезков с ускорениями, упражнения с предметами, в парах. В занятиях широко используется перемена положения тела, сочетание упражнений для туловища с упражнениями для конечностей, поднятие конечностей в положении <i>лежа на спине</i> для стимуляции венозного оттока крови, движения головой, упражнения для плечевого пояса с целью нормализации кровотока в сосудах головного мозга.</p> <p><b>Дыхательные упражнения:</b> <i>статические</i> (с ровным ритмичным дыханием, урежение дыхания, изменение механизма дыхания и фаз дыхательного цикла, понижение уровня дыхания), <i>динамические</i> (в сочетании в упражнениями, облегчающими выполнение фаз или всего дыхательного цикла; обеспечивающими избирательное увеличение подвижности и вентиляции легких, способствующими восстановлению или увеличению подвижности ребер и диафрагмы, формирующими навыки рационального сочетания дыхания и движений). Растягивание мышц и связок. Упражнения на расслабление.</p> <p>Студентам, имеющим миопию, показаны упражнения циклического, преимущественно аэробного характера, а также плавание (с исключением возможного раздражающего действия хлорсодержащих веществ на органы зрения), игры в настольный теннис, бадминтон.</p> <p><b>Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:</b> значительные длительные нагрузки циклического и ациклического характера, выполняемые с высокой интенсивностью; статические напряжения, связанные с задержкой дыхания; метание снарядов, длительное выполнение упражнений с высокой скоростью. С большими ограничениями используются упражнения с отягощениями, прыжки, резкие перемещения,</p> | <p>Результаты прохождения углубленного медицинского осмотра в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь № 1380 от 31.12.2010 «О совершенствовании организации медицинской помощи студентам и учащимся учреждений высшего, среднего, специального и профессионально-технического образования», Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь № 30 от 15.07.2014</p> |

многократные повторения однообразных упражнений, вызывающие утомление; маховые упражнения с максимальной амплитудой движения; упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, глубокими наклонами головы и туловища; подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в *упоре лежа*. В зависимости от типа нервной деятельности противопоказаны упражнения, усиливающие и без того преобладающие процессы возбуждения или торможения. Из занятий физическим воспитанием студентов, имеющих *близорукость*, должны быть исключены упражнения *на бревне* типа прыжков и соскоков, опорные прыжки через снаряды, кувырки и стойки вниз головой, упражнения на гимнастической стенке на высоте более двух метров, прыжки через скакалку, прыжки и подскоки с опорой на две ноги одновременно, а также упражнения, при выполнении которых возможны падения и резкие сотрясения тела. Также противопоказаны упражнения со значительными мышечными напряжениями и интенсивностью, выполняемые на гимнастических снарядах или тренажерах.

2. Нагрузка лимитируется болевым синдромом (нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта, гепатобилиарная система).

**Показаны физические упражнения:** для студентов, имеющих заболевания желудочно-кишечного тракта, рекомендуются укрепляющие упражнения с постепенно усложняющейся и повышающейся физической нагрузкой в различных исходных положениях *лежа на спине, боку, стоя на четвереньках, сидя и стоя*). Через каждые 3-4 упражнения диафрагмальное дыхание. Упражнения с отягощениями предпочтительнее выполнять в положении *лежа на спине* или *сидя*, избегая чрезмерного напряжения мышц брюшной стенки и повышения внутрибрюшного давления. Полезны дозированная ходьба, бег в медленном и спортивные и подвижные игры средней интенсивности, плавание в теплой воде. При нарушениях обмена веществ рекомендованы физические упражнения, способствующие воспитанию выносливости. Студенты, имеющие заболевания мочеполовой нагрузки умеренной интенсивности и различной направленности предпочтительно циклического характера. При хронических гинекологических заболеваниях полезны упражнения для брюшного пресса в положении *лежа*, упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения органов малого таза. **Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** любые упражнения, выполняемые менее, чем через час после еды или на голодный желудок, а также упражнения, сопровождающиеся значительным натуживанием, задержкой дыхания, вызывающие сильное утомление. В начальном периоде занятий ограничиваются резкие движения (прыжки, бег на

скорость, подскоки). С ограничениями используется исходное положение *лежа на животе*, в периоды обострений оно исключается полностью. При хронических воспалительных заболеваниях почек ограничивается упражнения с резкими поворотами, наклонами, скручиванием туловища, прыжки; не допускается переохлаждение организма, а в занятиях плаванием ограничивается пребывание в воде данных студентов до 15-20 мин. Наличие нефроптоза предполагает ограничение упражнений, способствующих еще большему опусканию почки: прыжков, длительного выполнения упражнений в вертикальном положении и др. При нарушениях жирового и водно-солевого обмена противопоказанными упражнениями являются прыжки (особенно с опорой одновременно на обе ноги), длительный бег, подскоки, упражнения высокой интенсивности, выполняемые с большим напряжением.

3. Нагрузка лимитируется функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата. Упражнения, направленные на укрепление различных мышечных групп, увеличение подвижности поврежденных суставов, исправление осанки. Лучшие исходные положения те, при которых максимально разгружается позвоночник: *лежа на спине, животе, стоя на четвереньках* Показаны упражнения с отягощениями в. Сочетании с дыхательными и релаксационными в положении *лежа*. Студентам, имеющим деформации позвоночника (сколиоз, кифоз, лордоз) рекомендовано плавание способом *брасс*, ходьба на лыжах, гребля, игра в волейбол, упражнения у гимнастической стенки и с гимнастической палкой. При плоскостопии используются упражнения с предметами (захват пальцами стоп карандашей, шариков, переключивание их с места на место, катание палки подошвами, массаж стоп), различные виды ходьбы (на носках, пятках, наружном своде стоп). При изменении угла наклона таза рекомендуются упражнения, укрепляющие соответствующие мышцы (брюшной пресс и заднюю поверхность бедер – при увеличении угла; мышцы поясницы и переднюю поверхность бедер – при уменьшении угла таза). Широко используются упражнения на координацию и равновесие.

**Противопоказаны в период обострения и выполняемые с ограничениями в стадии ремиссии:** при сколиозе ограничивают упражнения с сопротивлением, которые могут способствовать сближению крайних точек дуги искривленного позвоночника; упражнения, выполняемые с чрезмерным напряжением. К противопоказанного применения относятся также: круговые движения туловищем и тазом, скрестные движения руками спереди и ногами в упоре сидя сзади; скручивание туловища с наклоном вперед, назад и в стороны; скрестные шаги; попеременные движения ногами и руками. Ограничения в

занятиях физическими упражнениями зависят от локализации и тяжести повреждения органов движения. При наличии артрита нижних конечностей физические упражнения выполняются преимущественно в положении *сидя и лежа*, исключая исходные положения с опорой на больной сустав. Избегать чрезмерных напряжений. Студентам, имеющим в анамнезе пояснично-крестцовый радикулит, остеохондроз, противопоказаны резкие движения, наклоны в безопорном положении. При плоскостопии следует исключать отрицательное влияние нагрузки веса тела на свод стопы в положении *стоя и при развернутых стопах*. На начальных этапах занятий исключаются статические нагрузки.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивных игр протокол № 13 от 10.06.2016г

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета



Н.В. Иванова

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**  
на 2017 / 2018 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения     | Основание |
|----------|----------------------------|-----------|
| 1.       | Изменений и дополнений нет |           |
| 2.       |                            |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «17» июня 2017)

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В. Планида

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**  
на 2018 / 2019 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения   | Основание  |
|----------|--|--|
| 1.       | Образован факультет МСТиГ (факультет менеджмента спорта, туризма и гостеприимства), в состав которого вошли группы факультета ОФКиТ. | Рабочий план-график образовательного процесса на 2018-2019 учебный год |
| 2.       |  |  |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 13 от «6» июня 2018)

Заведующий кафедрой



Л.И. Акулич

УТВЕРЖДАЮ



Декан факультета

Е.В. Планида



**1.1.5. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» (раздел «Футбол»)**

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДАЮ**

Зам.декана СПФ СИиЕ



Н.В.Иванова

18.06.2014

Регистрационный № УД- 07-01-/539/р.

**Спортивные и подвижные игры и методика преподавания**

Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине для специальностей:

- 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»;
- 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»;
- 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»;
- 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»

**СПФ СИиЕ, СПФ МВС, ОФКиТ**

Кафедра футбола и хоккея

Форма получения  
высшего образования – дневная  
Курс 1  
Семестры 1  
Лекции 2 (часа)

Практические  
занятия 28 (часов)  
Управляемая самостоятельная  
работа 6 (часов)  
Всего аудиторных часов  
по дисциплине 36 (часов)

Зачет 1,2 (семестр)

**Всего часов 54 (часа)**

Форма получения  
высшего образования – заочная  
Курс 4  
Семестры 8  
Лекции 2 (часа)

Практические  
занятия 12 (часов)

Всего аудиторных часов  
по дисциплине 14 (часов)

Зачет 8 (семестр)

**Всего часов 54 (часа)**

Составил С.М.Щука, ст.преподаватель

Минск 2014

Учебная программа составлена на основе учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине для специальностей: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)», утвержденной 25.03.2014 г., регистрационный № УД - 43/баз.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой футбола и хоккея

17.06.2014, протокол № 12  
(дата, номер протокола)

Заведующий кафедрой



В.И.Шукан

Одобрена и рекомендована к утверждению советом спортивно-педагогического факультета спортивных игр и единоборств БГУФК

18.06.2014, протокол № 12  
(дата, номер протокола)

Председатель



Н.В. Иванова

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» разработана для студентов, обучающихся по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)» в соответствии с требованиями образовательного стандартов I ступени высшего образования ОСВО 1-88 01 01-2013, ОСВО 1-88 02 01-2013, ОСВО 1-88 01 02-2013, ОСВО 1-88 01 03-2013, ОСВО 1-89 02 01-2013 и учебных планов вышеуказанных специальностей.

Учебная программа предназначена для реализации на I ступени высшего образования в рамках цикла специальных дисциплин. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание, акцентуация на компетентностном подходе в обучении, значительное усиление роли и доли самостоятельной работы студента, использование современных инновационных педагогических технологий.

Преподавание учебной дисциплины направлено на ориентацию студентов на эффективное использование достигнутого уровня теоретической, методической и практической подготовленности в их дальнейшей профессиональной деятельности, систематизацию знаний студентов, приобретенных в ходе изучения различных смежных дисциплин.

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные цели изучения учебной дисциплины:

- содействие формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на предметной основе той или иной спортивной игры;
- интеграция и систематизация знаний студентов в рамках единой методологической концепции;
- создание предпосылок для эффективного применения знаний, умений и навыков в профессиональной деятельности преподавателей физической культуры.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- освоить методологические основы теории спортивных игр;
- изучить общие основы методики обучения основным технико-тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола;
- изучить общие основы теории и методики построения и проведения занятий по спортивным играм;
- обеспечить теоретическую, методическую и психологическую готовность студентов к работе в качестве преподавателя физической культуры.

В результате изучения учебной дисциплины «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» формируются следующие компетенции:

**академические:**

- уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- владеть системным и сравнительным анализом;
- владеть исследовательскими навыками;
- уметь работать самостоятельно;
- творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий;
- обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностные:**

- обладать качествами гражданственности;
- уметь работать в команде;
- пользоваться одним из государственных языков Республики Беларусь и иным иностранным языком как средством делового общения;
- формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;
- уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм;
- проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональные:**

- воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;
- формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания, спортивной подготовки и самосовершенствования;
- осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- анализировать и оценивать собранные данные;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- оптимизировать профессиональное взаимодействие в малой группе;
- анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;
- квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта;
- организовывать и проводить спортивный отбор;
- контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
- судить соревнования и готовить судей по виду спорта;

- обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
- осваивать и использовать современные методики физического воспитания;
- формировать знания, двигательные умения и навыки;
- нормировать и контролировать физическую нагрузку;
- организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- анализировать рыночную ситуацию, сложившуюся в сфере физической культуры и спорта;
- понимать особенности и специфику предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- применять основы законодательства, регламентирующего предпринимательскую деятельность;
- проводить индивидуальные и групповые консультации;
- проводить просветительские психологические мероприятия различной формы.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

***знать:***

- правила безопасности проведения занятий по подвижным играм, баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- историю возникновения и развития игровых видов спорта;
- правила игры и методику судейства;
- классификацию техники и тактики;
- особенности содержания и методики проведения подвижных игр.

***уметь:***

- составлять комплексы соревновательно-игровых упражнений;
- составлять планирующую документацию и проводить занятия по баскетболу, волейболу, гандболу, футболу;
- выполнять и использовать методику обучения основным техническим и тактическим действиям баскетбола, волейбола, гандбола, футбола.

***владеть:***

- понятийным аппаратом избранных видов спорта;
- методами страховки и оказания помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой избранных видов спорта.

Формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине: зачет.

## 2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

| Название раздела, темы   | Всего     | Количество аудиторных часов |                      |
|--|-----------|-----------------------------|----------------------|
|  |           | Из них                      |                      |
|  |           | Лекции                      | Практические занятия |
| <b>Раздел V. Футбол</b>  | <b>36</b> | <b>2</b>                    | <b>34</b>            |
| Тема 5.1. История развития футбола в мире и Республике Беларусь            | 2         | 2                           |                      |
| Тема 5.2. Правила игры и методика судейства в футболе                      | 2         |                             | 2                    |
| Тема 5.3. Классификация техники и тактики футбола                          | 2         |                             | 2                    |
| Тема 5.4. Организация и методика проведения соревнований по футболу        | 2         |                             | 2                    |
| Тема 5.5. Организация и методика проведения занятий по футболу             | 2         |                             | 2                    |
| Тема 5.6. Техника футбола и методика обучения техническим приемам          | 16        |                             | 16                   |
| Тема 5.7. Тактика футбола и методика обучения тактическим действиям        | 6         |                             | 6                    |
| Тема 5.8. Оценка уровня технической подготовленности занимающихся футболом | 4         |                             | 4                    |
| <b>Итого</b>   | <b>36</b> | <b>2</b>                    | <b>34</b>            |

### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов дневной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия: перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |                                    |                     |                  | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература                              | Формы знаний | контроля |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|------------------------------------|---------------------|------------------|--|---|--------------|----------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Управляемая самостоятельная работа | Семинарские занятия | Учебная практика |  |   |              |          |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                                  | 6                   | 7                | 8  | 9                                       | 10           |          |
| <b>5</b>                     | <b>Футбол</b>  | <b>2</b>                    | <b>28</b>            | <b>6</b>                           |                     |                  |  |   |              |          |
| 5.1.                         | История развития футбола в мире и Республике Беларусь<br>1. Возникновение и развитие игры.<br>2. Организация ФИФА.<br>3. Футбол на Олимпийских играх, чемпионатах Европы и мира.<br>4. Футбол в Республике Беларусь.   | 2                           |                      |                                    |                     |                  | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(3)                       |              |          |
| 5.2.                         | Правила игры и методика судейства в футболе<br>1. Правила игры и методика судейства: поле для игры, мяч, число игроков, судья и помощники судьи, продолжительность игры.<br>2. Правила игры и методика судейства: положение «вне игры», нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков, штрафной и свободный удар |                             | 2                    |                                    |                     |                  | -/-  | (1)<br>(4)<br>(6)                       |              |          |
| 5.3.                         | Классификация техники и тактики футбола<br>1. Классификация техники игры: разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности.<br>2. Классификация тактики игры: разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения.  |                             | 2                    |                                    |                     |                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(6)<br>(9)<br>(10)        |              |          |
| 5.4.                         | Организация и методика проведения соревнований по футболу<br>1. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный.<br>2. Положение о соревнованиях, жеребьевка.<br>3. Составление календаря соревнований.   |                             | 2                    |                                    |                     |                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(6)<br>(8)<br>(9)<br>(10) |              |          |



|      |   |  |    |   |  |  |     |  |                         |
|------|---|--|----|---|--|--|-----|--|-------------------------|
| 5.5. | <p>Организация и проведение занятий по футболу</p> <p>1.Формы организации занятий.</p> <p>2. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.</p> <p>3. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.</p>  |  | 2  |   |  |  | -/- | (1)<br>(2)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14)                                 |                         |
| 5.6. | <p>Техника футбола и методика обучения техническим приемам</p> <p>1. Техника передвижения: ходьба, бег, прыжки и их разновидности.</p> <p>2. Техника ударов по мячу ногой: внутренней, внешней стороной стопы, серединой подъема.</p> <p>3. Техника ударов по мячу ногой: серединой лба, боковой частью лба. Методика обучения.</p> <p>4. Техника остановок мяча ногой, грудью, головой. Методика обучения.</p> <p>5. Техника ведения мяча. Методика обучения.</p> <p>6. Техника игры вратаря. Методика обучения</p>  |  | 12 | 4 |  |  | -/- | (1)<br>(2)<br>(5)<br>(6)<br>(13)<br>(14)<br>(15)<br>(16)<br>(20)<br>(21)<br>(22) | Оценка<br>УП<br>Реферат |
| 5.7. | <p>Тактика футбола и методика обучения тактическим действиям</p> <p>1. Индивидуальные тактические действия: открывание, отвлечение, создание численного преимущества, закрывание, перехват, ведение, обводка, удар в ворота, отбор, противодействие передаче, ведению, обводке. Методика обучения.</p> <p>2. Групповые тактические действия: «игра в одно касание», «скрещивание», «смена мест», «пропуск мяча», «страховка», создание искусственного положения «вне игры».</p> <p>3. Командные тактические действия: позиционное нападение и контратака. Методика обучения.</p> <p>4. Тактика игры вратаря: действия при обороне, действия в атаке, руководство действиями партнеров. Методика обучения.</p> |  | 4  | 2 |  |  | -/- | (1)<br>(2)<br>(5)<br>(6)<br>(13)<br>(14)<br>(15)<br>(16)<br>(20)<br>(21)<br>(22) | Оценка<br>УП<br>Реферат |

|      |  |          |           |          |  |  |     |                     |        |
|------|--|----------|-----------|----------|--|--|-----|---------------------|--------|
| 5.8. | Оценка уровня технической подготовленности занимающихся футболом<br>Выполнение контрольных нормативов: удар по мячу с 16,5 м в заданную половину ворот, удар по мячу на дальность и точность, жонглирование мячом. |          | 4         |          |  |  | -/- | (8)<br>(17)<br>(18) | Оценка |
|      | <b>Всего:</b>  | <b>2</b> | <b>28</b> | <b>6</b> |  |  |     |                     |        |

### 3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (для студентов заочной формы получения образования)

| Номер раздела, темы, занятия | Название раздела, темы, занятия: перечень изучаемых вопросов   | Количество аудиторных часов |                      |                        |                     |                  | Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.) | Литература                               | Формы контроля знаний |
|------------------------------|--|-----------------------------|----------------------|------------------------|---------------------|------------------|--|--|-----------------------|
|                              |  | Лекции                      | Практические занятия | Самостоятельная работа | Семинарские занятия | Учебная практика |  |  |                       |
| 1                            | 2  | 3                           | 4                    | 5                      | 6                   | 7                | 8  | 9  | 10                    |
| <b>5</b>                     | <b>Футбол</b>  | <b>2</b>                    | <b>12</b>            | <b>22</b>              |                     |                  |  |  |                       |
| 5.1.                         | История развития футбола в мире и Республике Беларусь<br>1. Возникновение игры.<br>2. Этапы ее развития.   | 2                           |                      |                        |                     |                  | Учебно-методический комплекс   | (1)<br>(2)<br>(3)                        |                       |
| 5.2.                         | Правила игры и методика судейства в футболе<br>1. Правила игры и методика судейства: поле для игры, мяч, число игроков, судья и помощники судьи, продолжительность игры.<br>2. Правила игры и методика судейства: положение «вне игры», нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков, штрафной и свободный удар |                             | 2                    |                        |                     |                  | -/-  | (1)<br>(4)<br>(6)                        |                       |
| 5.3.                         | Классификация техники и тактики футбола<br>1. Классификация техники игры: разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности.<br>2. Классификация тактики игры: разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения.  |                             |                      | 2                      |                     |                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(6)<br>(9)<br>(10)         |                       |
| 5.4.                         | Организация и методика проведения соревнований по футболу<br>1. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный.<br>2. Положение о соревнованиях, жеребьевка.<br>3. Составление календаря соревнований.   |                             | 2                    |                        |                     |                  | -/-  | (1)<br>(2)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12) | Реферат               |

|      |   |  |   |    |  |  |     |  |                         |
|------|---|--|---|----|--|--|-----|--|-------------------------|
| 5.5. | <p>Организация и проведение занятий по футболу</p> <p>1.Формы организации занятий.</p> <p>2. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке.</p> <p>3. Составление плана-конспекта урока. Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.</p>  |  |   | 2  |  |  | -/- | (1)<br>(2)<br>(6)<br>(8)<br>(10)<br>(12)<br>(14)                                 | Реферат                 |
| 5.6. | <p>Техника футбола и методика обучения техническим приемам</p> <p>1. Техника передвижения: ходьба, бег, прыжки и их разновидности.</p> <p>2. Техника ударов по мячу ногой: внутренней, внешней стороной стопы, серединой подъема.</p> <p>3. Техника ударов по мячу ногой: серединой лба, боковой частью лба. Методика обучения.</p> <p>4. Техника остановок мяча ногой, грудью, головой. Методика обучения.</p> <p>5. Техника ведения мяча. Методика обучения.</p> <p>6. Техника игры вратаря. Методика обучения</p>  |  | 4 | 12 |  |  | -/- | (1)<br>(2)<br>(5)<br>(6)<br>(13)<br>(14)<br>(15)<br>(16)<br>(20)<br>(21)<br>(22) | Оценка<br>УП<br>Реферат |
| 5.7. | <p>Тактика футбола и методика обучения тактическим действиям</p> <p>1. Индивидуальные тактические действия: открывание, отвлечение, создание численного преимущества, закрывание, перехват, ведение, обводка, удар в ворота, отбор, противодействие передаче, ведению, обводке. Методика обучения.</p> <p>2. Групповые тактические действия: «игра в одно касание», «скрещивание», «смена мест», «пропуск мяча», «страховка», создание искусственного положения «вне игры».</p> <p>3. Командные тактические действия: позиционное нападение и контратака. Методика обучения.</p> <p>4. Тактика игры вратаря: действия при обороне, действия в атаке, руководство действиями партнеров. Методика обучения.</p> |  | 2 | 4  |  |  | -/- | (1)<br>(2)<br>(5)<br>(6)<br>(13)<br>(14)<br>(15)<br>(16)<br>(20)<br>(21)<br>(22) | Оценка<br>УП<br>Реферат |

|      |  |          |           |           |  |  |     |                     |                              |
|------|--|----------|-----------|-----------|--|--|-----|---------------------|------------------------------|
| 5.8. | Оценка уровня технической подготовленности занимающихся футболом<br>Выполнение контрольных нормативов: удар по мячу с 16,5 м в заданную половину ворот, удар по мячу на дальность и точность, жонглирование мячом. |          | 2         | 2         |  |  | -/- | (8)<br>(17)<br>(18) | Оценка<br>УП<br>Рефе-<br>рат |
|      | <b>Всего:</b>  | <b>2</b> | <b>12</b> | <b>22</b> |  |  |     |                     |                              |

## 4. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Организация и проведение соревнований по футболу.
2. Организация и проведение занятий по футболу.
3. Методика обучения технике перемещений в футболе; написание 10 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
4. Методика обучения технике ударов по мячу ногой. Удары по неподвижному, котящемуся, летящему и прыгающему мячу.
5. Методика обучения технике ударов по мячу головой: серединой лба без прыжка и в прыжке, с поворотом, удар боковой частью лба.
6. Техника остановок мяча подошвой, подъемом, бедром. Методика обучения.
7. Техника отбора мяча в выпаде, в подкате, толчком плеча. Методика обучения.
8. Ловля мяча вратарем: снизу, сверху, сбоку в падении. Отбивания мяча, переводы, броск.
9. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите в футболе.
10. Групповые тактические действия в нападении и защите в футболе.
11. Командные тактические действия в нападении и защите в футболе.

### КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ

Таблица 1 – Контрольные нормативы

| Контрольные упражнения, единицы измерения         | Оценка (баллы) |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
|---|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   | 10             | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| 1   | 2              | 3         | 4         | 5         | 6         | 7         | 8         | 9         | 10        | 11        |
| <b>Юноши (полевые игроки)</b>                     |                |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Удары по мячу с 16,5 м в ворота, кол-во попаданий | 10             | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| Удары по мячу на точность и дальность, м          | 45,0-42,5      | 42,4-40,0 | 39,9-37,5 | 37,4-35,0 | 34,9-32,5 | 32,4-30,0 | 29,9-27,5 | 27,4-25,0 | 24,9-22,5 | 22,4-20,0 |
| Двусторонняя игра (экспертная оценка), балл       | 10             | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| <b>Девушки (полевые игроки)</b>                   |                |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Удары по мячу с 16,5 м в ворота, кол-во попаданий | 10             | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| Удары по мячу на точность и дальность, м          | 35,0-32,5      | 32,4-30,0 | 29,9-27,5 | 27,4-25,0 | 24,9-22,5 | 22,4-20,0 | 19,9-17,5 | 17,4-15,0 | 14,9-12,5 | 12,4-10,0 |

|   |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
|---|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Двусторонняя игра (экспертная оценка), балл       | 10        | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| Юноши (вратари)                                   |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Удары по мячу с 16,5 м в ворота, кол-во попаданий | 10        | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| Удары по мячу на точность и дальность, м          | 45,0-42,5 | 42,4-40,0 | 39,9-37,5 | 37,4-35,0 | 34,9-32,5 | 32,4-30,0 | 29,9-27,5 | 27,4-25,0 | 24,9-22,5 | 22,4-20,0 |
| Двусторонняя игра (экспертная оценка), балл       | 10        | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| Девушки (вратари)                                 |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Удары по мячу с 16,5 м в ворота, кол-во попаданий | 10        | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |
| Удары по мячу на точность и дальность, м          | 35,0-32,5 | 32,4-30,0 | 29,9-27,5 | 27,4-25,0 | 24,9-22,5 | 22,4-20,0 | 19,9-17,5 | 17,4-15,0 | 14,9-12,5 | 12,4-10,0 |
| Двусторонняя игра (экспертная оценка), балл       | 10        | 9         | 8         | 7         | 6         | 5         | 4         | 3         | 2         | 1         |

### Условия выполнения контрольных упражнений

1. Удары по мячу с 16,5 м в ворота (юноши и девушки, полевые игроки и вратари). Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 метрах за воротами (для девушек - не ближе чем в 5 метрах за воротами). Полевые игроки выполняют удары по неподвижно лежащему на площадке мячу. Вратари могут выполнять удары по неподвижно лежащему мячу, или по летящему мячу, выпущенному непосредственно с рук, или по мячу, выпущенному с рук и отскочившему от поверхности площадки. Выполняется 10 ударов. В зачет берется количество попаданий.

2. Удары по мячу па точность и дальность (юноши и девушки, полевые игроки). Выполняется 4 удара по неподвижному мячу в прямоугольнике 5x2,5 м, расположенные по прямой на расстоянии 45,0; 42,4; 39,9; 37,4; 34,9; 32,4; 29,9; 27,4; 24,9; 22,4; 19,9; 17,4; 14,9; 12,4 м. Необходимо попасть в один из прямоугольников. В зачет берется лучший результат.

3. Броски мяча на дальность и точность (юноши и девушки, вратари). Выполняется 4 броска в прямоугольники 5x2,5, расположенные прямой на расстоянии 45,0; 42,4; 39,9; 37,4; 34,9; 32,4; 29,9; 27,4; 24,9; 22,4; 19,9; 17,4; 14,9; 12,4. Необходимо попасть в один из прямоугольников. В зачет берется лучший результат.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ,  
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРОГРАММ И Т.П.

1. Мячи футбольные (№ 5).
2. Мячи футбольные (№ 4).
3. Мячи футзальные (№ 3).
4. Стойки и маркеры разметочные.
5. Компьютер, принтер, сканер.
6. Проектор.
7. Экран.
8. Макет футбольного поля.
9. Телевизор.
10. DVD-проигрыватель.
11. Аппаратура для контроля физической подготовленности.



## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ


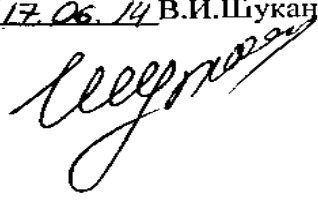
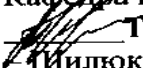

### ОСНОВНАЯ

1. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / под ред. Полишкиса С.М., Выжгина В.А. – М.: Физкультура, образование и наука, 1999. – 254 с.
2. Футбол. Правила соревнований. – М.: РФС, 1997 г.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

3. Спортивные игры: Учебное пособие для студентов (общий курс) / под ред. А.И.Бондаря, З.К.Ахмерова. – Минск: АФВиС РБ, 1996. – 114 с.
4. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для педагогических факультетов институтов физкультуры / Под ред. Ю.М. Портных. – М.: ФиС, 1986. – 288 с.

## ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

| Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование | Название кафедры  | Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)  |
|---|---|---|--|
| 1. Легкая атлетика и методика преподавания                    | Кафедра легкой атлетики<br> С.Ю. Аврутин       |   | Учебная программа рекомендована к утверждению на заседании кафедры футбола и хоккея<br>Протокол № <u>12</u> от <u>17.06.14</u> В.И.Шукань<br> |
| 2. Гимнастика и методика преподавания                         | Кафедра гимнастики<br> Т.А.Морозевич<br>Чилвок |   |  |
| 3. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания        | Кафедра спортивных игр<br> А.Г.Мовсесов        |   |  |

## ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

на 2015 /2016 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения                 | Основание |
|----------|--|-----------|
|          | Внесены дополнения в список литературы |           |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры футбола и хоккея (протокол № 13 от 10.06.2015 г.)

Заведующий кафедрой,  
к.п.н., доцент

 В.И.Шукан

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета



Е.В.Планида

## ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

на 2016/2017 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения                                     | Основание                 |
|----------|--|---------------------------|
| 1.       | Изменений и дополнений на 2016/2017 учебный год не вносимо | Решение заседания кафедры |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры футбола и хоккея (протокол № 13 от 21.06.2016 г.)

Заведующий кафедрой,  
к.п.н., доцент



В.И.Шукан

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета,  
к.б.н.



Е.В.Планида

## ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

на 2017 /2018 учебный год

| № п/п | Дополнения и изменения                 | Основание                 |
|-------|--|---------------------------|
| 1.    | Внесены дополнения в список литературы | Решение заседания кафедры |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры футбола и хоккея (протокол № 12 от 21.06.2017 г.)

Заведующий кафедрой,  
к.п.н., доцент



В.И.Шукан

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета



Е.В.Планида

## ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

на 2018 /2019 учебный год

| № п/п | Дополнения и изменения                                     | Основание                 |
|-------|--|---------------------------|
| 1.    | Изменений и дополнений на 2018/2019 учебный год не внесено | Решение заседания кафедры |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры футбола и хоккея (протокол № 14 от 13.06.2018 г.)

Заведующий кафедрой,  
к.п.н., доцент



В.И.Шукан

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета



Е.В.Планида

## 2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Опорный конспект лекций

#### ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

(2 часа)

##### 1. Возникновение игры в баскетбол

##### 2. Этапы развития баскетбола

###### 1. Возникновение игры в баскетбол.

Возникновение баскетбола связано с потерей интереса к скучным гимнастическим упражнениям преимущественно женской половины учащихся Международной тренерской школы в Спрингфилде (штат Массачусетс, США). Молодому преподавателю, выходцу из Канады, Джеймсу Нейсмиту было предложено "изобрести" игру эмоциональную, доступную в обучении, пригодную для игры в помещении в зимнее время.

Первая "проба" игры состоялась в 1891 году. На балконах были подвешены две оказавшиеся под рукой корзины от персиков, куда следовало забрасывать мяч. Отсюда и пошло название баскетбола: "basket" а в переводе с английского языка корзина, "ball" — шар, мяч, клубок. В группе Д. Нейсмита было 18 учащихся. Чтобы все могли участвовать в игре, их распределили на 2 команды по 9 человек. Во время первых занятий при игре из-за отсутствия навыков порой возникала скученность. Введение в разметку площадки 3 зон, в которых действовало по 3 игрока с каждой команды, значительно повысило эмоциональность и интерес к игре.

Постоянные споры играющих побудили к составлению правил игры. Первые правила содержали 13 пунктов и впервые были опубликованы в 1891 году. Христианская ассоциация молодых людей (ИМКА), курирующая школы, рекомендовала широко использовать игру в своих филиалах. Таким образом, игра начала распространяться в США. Первый официальный матч между женскими командами был проведен в 1892 году: баскетбол стали считать игрой спортивной.

Родившись в США, баскетбол вскоре распространился во многих странах: Китае, на Филиппинах, в Англии, Франции, Италии и др. Возникновение баскетбола в России связано с петербургским спортивным обществом "Маяк", где в 1906 году были созданы 2 команды, и начались регулярные тренировки.

###### 2. Этапы развития баскетбола

###### 1-й этап - возникновение игры.

Д. Нейсмит сформулировал первые правила и в декабре 1891г. провел по ним первый матч. В 1892г. он опубликовал «Книгу правил игры в баскетбол» содержащую 13 пунктов, большинство из которых действует и в наши дни.

В 1894г увеличили размеры мяча.

Сначала наиболее приемлемым числом играющих от каждой команды было по 9 игроков. Однако в 1895г. быстрое прогрессирование техники игры, повышение мобильности игроков потребовало сокращения играющих до 5 в каждой команде.

В 1895г. стали устанавливать специальные щиты, чтобы зрители не вмешивались в игру с балкона. В том же году были введены штрафные броски с засчитыванием одного очка за каждый штрафной и 2-очков за каждый бросок с игры. До 1894г. не было границ площадки, затем их очертили, и мяч в игру из-за линии площадки вводил любой игрок, первый овладевший им. И только в 1913г. было введено правило передачи мяча противоположной команде для вбрасывания, если мяч вышел из игры или команда его потеряла.

Ведение мяча было узаконено в 1896г.

В 1900г. корзины из-под персиков заменили металлическим обручем без дна. Правила игры в баскетбол развивались и совершенствовались.

Уже в 1901г. в США была сформирована Лига профессиональных команд с собственными правилами, которые оставались неизменными до 1927г.

В 1904г. на Олимпийских играх в Сент-Луисе проводился показательный баскетбольный турнир, который был назван «первым чемпионатом мира по баскетболу». Однако эти соревнования не были международными, т.к. все пять команд-участниц были представителями США.

К 1905г. баскетбол по правилам, принятым в США, начал распространяться по всему свету.

1906г. – зарождение отечественного баскетбола в России (общество «Маяк»).

1913г. – в России изданы первые правила игры по баскетболу (в 1916 году более подробные правила подготовленные Топоровым).

1919г. – 1-й международный турнир в Париже (счёт США – Франция 93:8).

1921г. – зарождение баскетбола в Белоруссии (в Витебске – общество «Субботник»).

1924г. – ОИ (Париж) 1-й международный показательный турнир с участием команд США, Великобритании, Италии, Франции.

1925г. – правительственное постановление в России оказало большое влияние на распространение баскетбола в стране: баскетбол вошел в систему физического воспитания в армии, в учебных заведениях.

1928г. – 1-ая Всесоюзная спартакиада народов СССР, во время которой было проведено 3-е первенство СССР по баскетболу.

1932г. – в Женеве на встрече представителей федерации баскетбола США, Аргентины, Греции, Италии, Латвии, Румынии, Португалии, Чехословакии и Швейцарии было принято решение об объединении национальных федераций в международную федерацию (ФИБА). В 1936г. мужской баскетбол был включен в программу 11-х Олимпийских игр.

1935г. – 1-й ЧЕ (Женева) по баскетболу среди мужских команд (победители: Латвия, Испания, Чехословакия).

1936г. – баскетбол (мужской) был впервые включен в программу ОИ (Берлин). Победители: США, Канада, Мексика.



1938г. – 1-й ЧЕ (Рим) по баскетболу среди женских команд (победители: Италия, Литва, Польша).

2-й этап – 1947-1956г. (послевоенный).

Основные характеристики этапа:

1) формирование и упрочнение международных спортивных связей, вступление в ФИБА. Подготовка и успешное участие баскетболистов в чемпионатах Европы и Олимпийских играх;

2) внедрение организационно-методических основ непрерывного круглогодичного тренировочного процесса;

3) увлечение спортивной разносторонностью подготовки игроков, вплоть до участия их в соревнованиях по другим видам спорта;

4) Слабый интерес к личности игрока и процессам индивидуализации подготовки.

1947г. – советские баскетболисты начали участвовать во всех международных соревнованиях.

1950г. – 1-й ЧМ (Буэнос-Айрес) по баскетболу среди мужских команд (победители: Аргентина, США, Чили).

1953г. – 1-й ЧМ (Сант-Яго) по баскетболу среди женских команд (победители: США, Чили, Франция).

С 1956г. по 1959г. в СССР проводятся (1 раз в год) Всесоюзные спартакиады школьников. С 1959г. – 1 раз в 2 года.

3-й этап – 1957–1964 гг. (этап доминирования мужских и женских команд СССР в Европейском баскетболе).

Основные характеристики этапа:

1) упрочнение спортивных и творческих контактов с баскетболом США. Формирование института сборных команд СССР. Становление преемственных связей в структуре «клуб – сборная»;

2) организация детских спорт школ с отделениями баскетбола; успешный дебют сборной юниорской команды СССР на международной арене;

3) обязательные повышенные требования к отбору и введению в состав команды высокорослых и сверхвысокорослых, двигательного-одаренных игроков;

4) в конце этапа – постепенное преодоление кризисных явлений; новый расцвет игры; рационализация тактики; использование командами активных систем ведения игры; творчество импровизация тренеров и игроков.

4 этап – 1965–1972 гг. (этап триумфа баскетболистов СССР на международной арене).

Основные характеристики этапа:

1) функционирование института сборных команд стран;

2) перспективное планирование подготовки к Олимпийским играм; более гибкое годичное планирование на основе тренировочно-соревновательных мезоциклов;

3) целенаправленное использование расширенного комплекса восстановительных средств, включая педагогические;

4) отчетливая тенденция к дальнейшей специализации подготовки; сужение арсенала используемых средств и методов;

5) повышение гибкости тактики нападения и защиты на основе переключений.

5 этап – 1973–1980 гг.

Основные характеристики этапа:

1) становление системно-структурного подхода в олимпийской подготовке баскетболистов;

2) внедрение нетрадиционных средств воздействий: биомеханических, психорегулирующих и «среднегорных»;

3) тенденции к относительной универсионализации игроков;

4) спортивная наука, научно – методическое обеспечение команд прогрессируют.

В 1976г. женский баскетбол был впервые включен в программу ОИ (Монреаль).

Женская сборная СССР 1-я на ОИ: 1976г. (Монреаль), 1980г. (Москва).

6 этап – 1981–1988 гг.

1) дальнейшее развитие методологии комплексного контроля с позиций фармакологии и биохимии, возникновение интереса к вопросам иммунологии;

2) трудности и проблемы спортивной медицины: попытки углубленного изучения отдельных систем организма игрока не приводят к выходу на уровень интегральной управленческой информации; экспериментальная разработка нормативов и модельных характеристик подготовленности юных баскетболистов, а также модели тренировочного процесса;

3) внесены следующие изменения в правила игры:

– за точный дальний бросок в корзину с дистанции не менее 6,25м. команде начисляется 3 очка (в профессиональном баскетболе США в 1979 г. – с 7,15м.);

– увеличиваются размеры площадки до 28x15м.;

– устанавливаются 7 командных фолов, после которых выполняются два штрафных броска;

– правило 30 секунд.

7 этап – 1989–1992 гг.

Впервые в истории развития баскетбола в СССР из числа советских баскетболистов в Национальную Баскетбольную Ассоциацию США были приглашены 2 игрока - Ш. Марчюленис и А. Волков. А. Сабонис, признанный лучшим игроком Европы 1988г. отказался от приглашения в НБА и выступал в Испании.

Осенью 1991г. вместо чемпионата СССР проводится чемпионат СНГ, но уже без литовских команд «Жальгириса» и «Статибы», эстонского «Калева». В ходе чемпионата выбыли клубы Украины и Латвии.

В марте 1992г. ФИБА признала Россию преемницей СССР, и в этом же месяце стартовал первый чемпионат суверенной России. К Олимпийским играм в Барселоне была допущена объединенная команда стран содружества независимых государств. После 12-летнего перерыва женская сборная СНГ в финальном матче с командой

Китай выиграла золотые олимпийские медали. Впервые в истории развития мирового баскетбола на Олимпийские игры были допущены баскетболисты – профессионалы, среди которых американцы М. Джордан, Мэдрик Джонсон, югославы В. Дивац и Р. Петрович, украинец А. Волков и немец Шремпф. Американская команда «Dreamteam» с явным преимуществом обыграла всех конкурентов и завоевала первое место. 2 место заняла команда Хорватии, а 3 – сборная команда Литвы, россияне заняли 4 место.

В этом периоде следует отметить следующие особенности:

- 1) заметно снижается уровень спортивного мастерства и результатов команд СНГ вследствие «утечки» за рубеж большой группы игроков экстракласса;
- 2) достижение индивидуального максимума тренировочных нагрузок; использование элементов «ситуационной тренировки» в процессе технико-тактического совершенствования;
- 3) реализация принципа контрастной вариативности;
- 4) дальнейшее повышение точности бросков, мощности и тактической «тонкости» передач;
- 5) усиливается внимание к игре без мяча, технике и тактике заслонов в движении;
- 6) возрастает динамизм позиционного нападения;
- 7) обогащаются функции лидеров команды – «диспетчера», «спайпера» и др.;
- 8 этап 1993г. и далее.

Отличительные особенности:

1) команды в основном существуют на основе самокупаемости, так как это принято в большинстве профессиональных команд Америки и Европы. Слияние любительского и профессионального баскетбола, произошедшее во всем мире дало новый мощный толчок и отечественному баскетболу. Укрепление материальной базы команд, увеличение доходов спортивных организаций, слияние интересов телевизионных и других компаний и фирм, правительственных органов с интересами баскетбола позволяют осуществлять массовую подготовку игроков высокого класса;

2) с распадом СССР резко изменились и приоритеты развития баскетбола. Первостепенной задачей Белорусской федерации баскетбола Международной федерацией (ФИБА). Первым президентом федерации баскетбола был избран профессор Бондарь А.И. (1992г.), и в этом же году произошло признание федерации;

3) лучшего достижения белорусский баскетбол достиг в 1994г. – сборная мужская молодежная команда стала Чемпионом Европы (Словения). В 2001г. на Олимпийских днях молодежи Европы в Испании белорусские девушки стали обладательницами серебряных наград (тренер Вавлев А.). В 2003г. в Турции наши девушки вновь завоевали серебряные медали на 15 чемпионате Европы среди кадеток (тренер Белевич), в этом же году наши девчата завоевали бронзовые медали на Олимпийском фестивале молодежи Европы в Париже. В 2007г. В Италии на чемпионате женская сборная команда по баскетболу стала третьей. В 2008г. в Пекине женская сборная по баскетболу заняла 6 место. Последние достижения

женской белорусской сборной по баскетболу: 2009г. ЧЕ (Латвия) – 4 место; 2010г. ЧМ (Чехия) – 4 место; 2011г. ЧЕ (Польша) – 9 место; 2013г. ЧЕ (Франция) – 5 место.

Самые большие достижения в баскетболе в Республике Беларусь связаны непосредственно с женской национальной сборной.

Олимпийские игры

- 2008 — 6-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Анастасия Веремеенко, Виктория Гаспер, Марина Кресс, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Наталья Марченко, Ольга Масилёнене, Ольга Подобед, Екатерина Снытина, Татьяна Троина, Наталья Трофимова.

- 2016 — 9-е место.

Состав: Анастасия Веремеенко, Ольга Зюзькова, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Мария Попова, Юлия Рытикова, Екатерина Снытина, Татьяна Троина, Наталья Трофимова, Александра Тарасова, Мария Филончик, Линдсей Хардинг.

Чемпионаты мира

- 2010 — 4-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Светлана Валько, Анастасия Веремеенко, Виктория Гаспер, Юлия Дурейко, Марина Кресс, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Наталья Марченко, Александра Тарасова, Татьяна Троина, Наталья Трофимова. Елена Левченко вошла в символическую пятёрку чемпионата.

- 2014 — 10-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Ольга Вашкевич, Ксения Войшель, Надежда Дрозд, Ольга Зюзькова, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Мария Попова, Екатерина Снытина, Александра Тарасова, Татьяна Троина, Наталья Трофимова.

Чемпионаты Европы

- 1995 — квалификационный раунд, 3-е место в группе.
- 1997 — квалификационный раунд, 4-е место в группе.
- 1999 — отборочный (челлендж) раунд, 4-е место в группе.
- 2001 — квалификационный раунд, 3-е место в группе.
- 2003 — полуфинальный раунд, 4-е место в группе.
- 2005 — дивизион В, 1-е место.
- 2007 — 3-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Анастасия Веремеенко, Светлана Вольная, Виктория Гаспер, Надежда Дрозд, Марина Кресс, Елена Левченко, Наталья Марченко, Ольга Подобед, Екатерина Снытина, Татьяна Троина, Наталья Трофимова. Наталья Марченко вошла в символическую пятёрку чемпионата.

- 2009 — 4-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Анастасия Веремеенко, Светлана Вольная, Юлия Дурейко, Марина Кресс, Елена Левченко, Наталья Марченко, Ольга

Подобед, Екатерина Снытина, Александра Тарасова, Татьяна Троина, Наталья Трофимова.

- 2011 — 9-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Светлана Валько, Анастасия Веремеенко, Юлия Дурейко, Марина Кресс, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Наталья Марченко, Екатерина Снытина, Александра Тарасова, Татьяна Троина, Наталья Трофимова.

- 2013 — 5-е место.

Состав: Наталья Ануфриенко, Анастасия Веремеенко, Жанна Городецкая, Ольга Истелецова, Марина Кресс, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Алла Муравская, Мария Попова, Екатерина Снытина, Александра Тарасова, Наталья Трофимова.

- 2015 — 4-е место.

Состав: Анастасия Веремеенко, Ольга Зюзькова, Марина Иващенко, Светлана Кудряшова, Елена Левченко, Татьяна Лихтарович, Мария Попова, Юлия Рытикова, Екатерина Снытина, Линдсей Хардинг, Татьяна Троина, Наталья Трофимова.

- 2017 — 15-е место.

Главные тренеры

---

- 1992—1993 — Михаил Бицан
- 1993—1995 — Семён Халипский
- 1995—1999 — Анатолий Буяльский
- 1999—2001 — Виктор Белевич
- 2001—2011 — Анатолий Буяльский
- 2011—2014 — Римантас Григас
- 2014—2016 — Анатолий Буяльский
- с 2016 года — Наталья Трофимова

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Баскетбол : учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Ю. М. Портнова. – М. : [Астра семь], 1997. – 479 с.

2. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр : учеб. пособие / Е. Ю. Ковыршина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики спорт. игр. – Омск : СибГУФК, 2017. – 108 с.

3. Козин, В. В. Повышение эффективности атакующих действий квалифицированных баскетболистов : учеб. пособие / В. В. Козин, А. А. Гераськин ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 139 с.

4. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.

5. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
6. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
7. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
8. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
9. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Бондарь, А. Летопись белорусского баскетбола / А. Бондарь. – Минск : Донарит, 2005. – 128 с.
11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.
12. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

# ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА

(2 часа)

## 1. Правила игры в баскетбол, их современная интерпретация

## 2. Методика судейства в баскетболе

### 1. Правила игры в баскетбол, их современная интерпретация

Баскетбол – игра между двух команд по 5 человек друг против друга. Целью каждой команды является забросить мяч в корзину соперника и помешать другой овладеть мячом и забросить его в свою. Контроль мяча можно осуществлять только руками, разрешается его передавать, бросать, катить или вести в любом направлении, соблюдая изложенные ниже правила.

**Оборудование.** Игра проходит на площадке, которая представляет собой прямоугольник 28 м в длину и 15 м в ширину, ограниченной двумя боковыми и двумя лицевыми линиями (рисунок 1). Площадка разделена пополам центральной линией. В центре площадки имеется круг радиусом 1,8 м. Под каждым кольцом имеются так называемые области штрафного броска (трехсекундные зоны), которые имеют форму прямоугольников. Их высота 5,8 м, а ширина оснований 4,9 м (рисунки 1, 2). Если игрок нападающей команды будет находиться в этой зоне более 3 секунд, то судья определяет нарушение правил. На площадке в районе каждого из щитов проводится полуокружность радиусом 6,75 м, считая от середины кольца. За попадание в кольцо, выполненное из-за этой линии начисляется 3 очка. Бросок с более близкого расстояния оценивается 2 очками, с линии штрафного броска – 1 очком. Над площадкой с двух сторон располагаются щиты и кольца, монтируемые на специальных конструкциях. Размеры щита 1,8 x 1,05 м и высота от пола до его нижнего края 2,90 м. Диаметр кольца - 45 см, оно крепится к щиту на высоте 3,05 м от пола. Игра ведется при помощи шарообразного мяча.

В играх мужских команд используются мячи «размер 7» (масса 567- 650 г.), в играх женских команд – «размер 6» (500-540 г), в матчах по мини-баскетболу – «размер 5» (470-500 г). Баскетбольные мячи бывают двух типов: предназначенные для игры только в помещениях и универсальные, то есть пригодные для использования и в помещениях, и на улице.

Команда состоит из 12 игроков, тренера и его помощника. Игроки одной команды должны иметь два комплекта формы светлого и темного цвета с отчетливо видимыми номерами.

Замена игроков осуществляется неограниченное количество раз. Происходит она у судейского столика, когда игровые часы остановлены и команда владеет мячом. Если заменяется игрок команды, владеющей мячом, то в это же время можно производить замену и в другой команде. Не разрешается менять игроков, пробивающих штрафные броски. Замена возможна в случае успешного выполнения последнего броска.

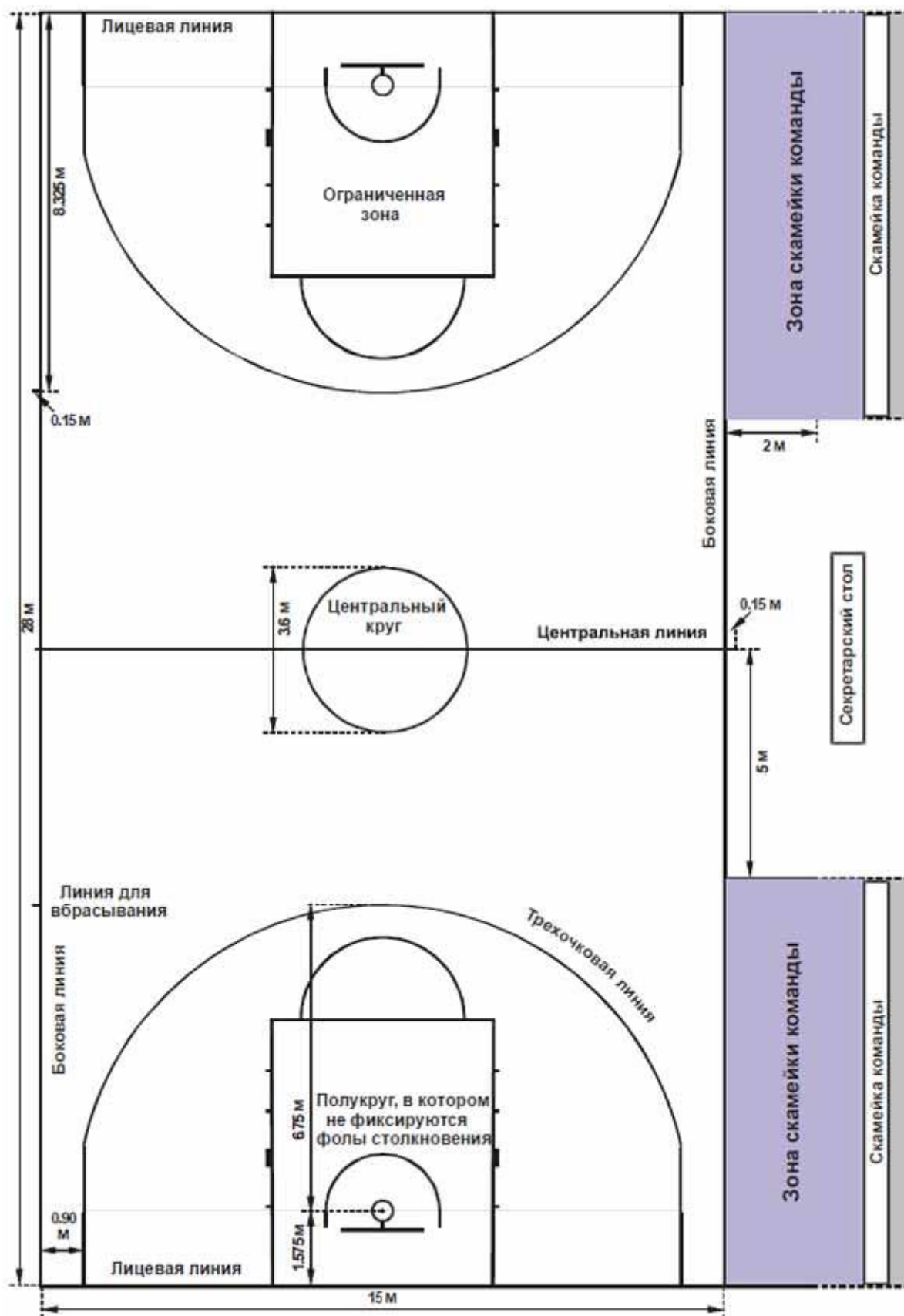


Рисунок 1 – Размеры игровой площадки



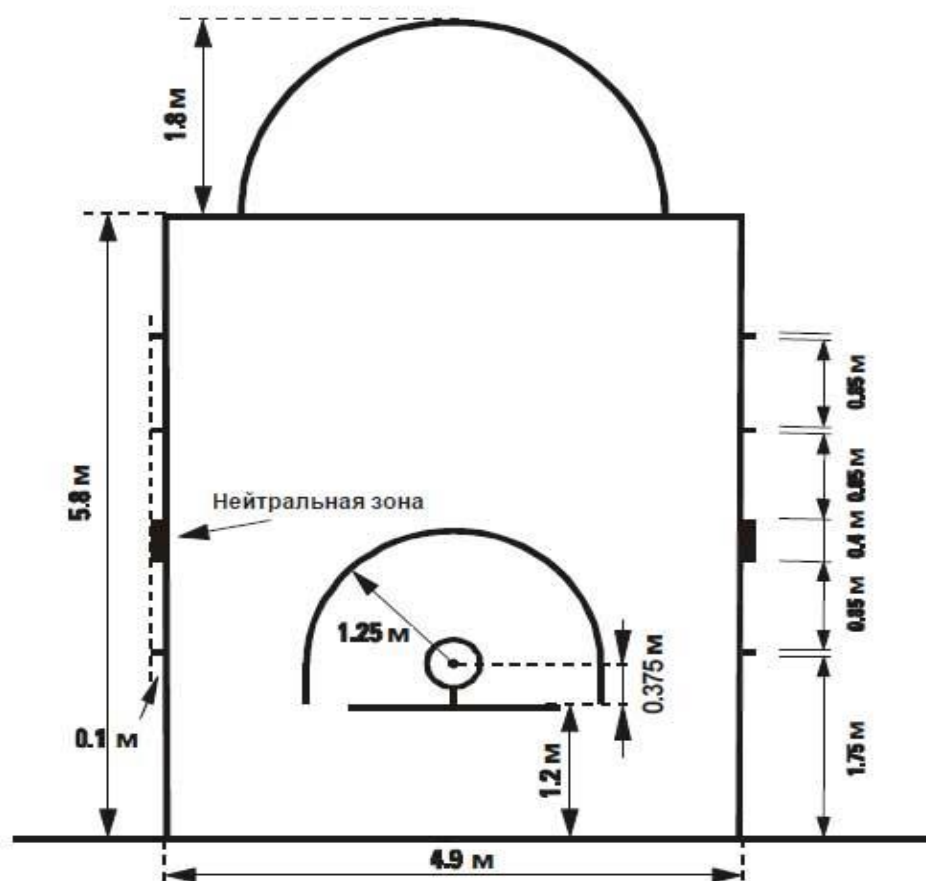


Рисунок 2 – Размеры игровой площадки

Тренер руководит командой во время игры. Он определяет состав команды, производит замены во время игры, берет минутные перерывы. Он имеет право общаться с игроками во время перерывов между периодами и во время тайм-аутов.

Капитан – один из игроков, который может обращаться к судьям по любым вопросам. В случае, если капитан покидает площадку, его функции возлагаются на любого игрока в поле, о чем в обязательном порядке предупреждаются судьи.

Игра состоит из четырех периодов по 10 минут чистого времени. Продолжительность перерывов в игре между первым и вторым периодами (первая половина), третьим и четвертым периодами (вторая половина) и перед каждым дополнительным периодом составляет 2 минуты. Продолжительность перерыва между половинами игры составляет пятнадцать 15 минут.

Спорный бросок происходит в центральном круге, между двумя любыми игроками соперничающих команд в начале первого периода.

Поочередное владение мячом. Во всех последующих ситуациях спорного мяча команды поочередно получают право на владение мячом для вбрасывания из-за пределов игровой площадки с места, ближайшего к тому, где происходит ситуация спорного броска. Команда, которая не устанавливает контроля над мячом на игровой площадке после розыгрыша спорного броска, имеет право на первое поочередное владение. Команда, имеющая право на следующее поочередное владение по окончании любого периода, начинает следующий период вбрасыванием из-за

пределов игровой площадки на продолжении центральной линии напротив секретарского стола, если только не должно проводиться дальнейшего наказания в виде предоставления штрафных бросков и права на владение мячом. Команда, имеющая право на вбрасывание в результате процесса поочередного владения, должна быть обозначена стрелкой поочередного владения, направленной в сторону корзины соперников. Направление стрелки поочередного владения изменяется сразу же, как только заканчивается вбрасывание в результате процесса поочередного владения.

Ходьба и бег с мячом. Получив мяч, игрок может передвигаться в любом направлении, соблюдая следующие правила: 1) стоя на месте, можно сделать поворот и перейти на ведение, используя в качестве опорной любую ногу; 2) находясь в движении или после ведения можно выполнить два шага для последующего выполнения передачи или броска; 3) выполнив два шага, либо остановку в прыжке на две ноги одновременно, можно выпрыгнуть, оторвав осевую ногу, перейти на третий шаг, но мяч следует выпустить до того, как одна или обе ноги снова касаются площадки. Нарушения указанных выше положений расцениваются как ошибка (пробежка) и мяч передается другой команде.

Ведение мяча выполняется одной или попеременно одной и другой руками. Игрок может ударять мяч о площадку, катить, тем самым придавая ему движение. При ведении мяч периодически должен касаться площадки. В начале ведения из положения стоя на месте игрок должен сначала выпустить мяч из рук, а затем оторвать от площадки сзади стоящую (осевую) ногу.

Считается, что игрок завершил ведение, как только он коснулся мяча одновременно двумя руками. Начать новое ведение игрок не имеет права, судья в этом случае фиксирует нарушение правил игры.

Стоя на месте, игрок может выполнять движения только одной ногой, вторая не должна сдвигаться с места. Если игрок под воздействием защитника не выполняет бросок, передачу или ведение, не передает, не ведет, а удерживает мяч в течение 5 секунд, мяч передается сопернику.

Игра в зонах. Если команда овладела мячом и ведет атаку, то она должна успеть за 8 секунд вывести мяч из своей (тыловой) зоны (через центральную линию) площадки в передовую зону. В противном случае будет зафиксировано нарушение правила 8 секунд. На атаку команде, владеющей мячом отводится 24 секунды. За это время следует произвести бросок по кольцу, иначе будет нарушено правило 24 секунд.

Если судья останавливает игру: при фоле или нарушении (но не при выходе мяча за пределы игровой площадки), совершенном командой, не контролирующей мяч, по любой другой причине, связанной с командой, не контролирующей мяч, по любой причине, не связанной ни с одной из команд – то право на владение мячом должно быть предоставлено той же команде, которая перед этим контролировала мяч.

В случае если вбрасывание проводится в тыловой зоне, показания на устройстве двадцати четырех (24) секунд должны быть сброшены к двадцати четырем секундам.

В случае если вбрасывание проводится в передовой зоне, показания на устройстве двадцати четырех секунд должны быть установлены следующим образом:

- если на момент остановки игры на устройстве двадцати четырех секунд остается четырнадцать секунд и более, показания на устройстве не должны быть сброшены, а отсчет должен продолжаться со времени остановки;
- если на момент остановки игры на устройстве двадцати четырех секунд остается тринадцать секунд и менее, показания на устройстве должны быть сброшены к четырнадцати секундам.

Однако если, по мнению судьи, команда соперников будет поставлена в невыгодное положение, отсчет двадцати четырех секунд должен продолжаться со времени остановки. Команда, которая владеет мячом в передовой зоне, не может переводить его обратно в тыловую. При нарушении этого правила мяч передается сопернику.

Вбрасывание мяча в игру из-за пределов площадки выполняет любой игрок команды.

Игрок должен выполнять вбрасывание из-за пределов игровой площадки, с места, ближайшего к тому, где произошло несоблюдение правил или где игра была остановлена судьей, за исключением места непосредственно за щитом.

В следующих ситуациях последующее вбрасывание должно выполняться из-за пределов игровой площадки на продолжении центральной линии напротив секретарского стола:

- в начале всех периодов, кроме первого;
- после выполнения штрафного(-ых) броска(-ов) в результате технического, неспортивного или дисквалифицирующего фола.

Игрок, выполняющий вбрасывание, должен расположить ноги по обе стороны от продолжения центральной линии напротив секретарского стола и имеет право передавать мяч партнеру, находящемуся в любом месте на игровой площадке.

Когда на игровых часах остается две (2:00) минуты или менее до окончания четвертого периода и каждого дополнительного периода после тайм-аута, взятого командой, имеющей право на владение мячом в своей тыловой зоне, последующее вбрасывание должно выполняться из-за пределов игровой площадки с линии вбрасывания напротив секретарского стола в передовой зоне команды. Фолы. Баскетболистам не разрешается ударять, задерживать и толкать соперников. За такое нарушение правил, игрок наказывается персональным замечанием (фолом). Игрок, получивший пять фолов, автоматически выбывает из игры и его может заменить любой запасной игрок. Если фол совершен против игрока, который производит бросок и мяч попал в корзину, то засчитывается два очка и дополнительно назначается один штрафной бросок. При непопадании назначается два штрафных броска. Аналогичным образом руководствуются при бросках из-за линии 3-х очкового броска. Только в этом случае засчитывается уже три очка, либо назначается три штрафных броска в случае непопадания. Вообще при назначении штрафных бросков необходимо руководствоваться следующими правилами: если фол совершен защитником против игрока выполнявшего бросок, то назначается два

или три броска в зависимости от того, каким количеством очков был бы оценен бросок при его успешном выполнении.

Технический фол. За нетактичное поведение во время игры, неуважительное отношение к судьям, вмешательство в их действия игроки, в том числе и запасные, а также тренер наказываются техническим фолом. После чего судья назначает два штрафных броска, мяч остается у команды выполнявшей штрафные и она вводит мяч в игру из-за переделов игровой площадки на продолжении центральной линии напротив секретарского стола.

4 фолы команды. После четырехкомандных замечаний в каждом периоде команда наказывается двумя штрафными бросками за каждое персональное замечание во время игры.

Штрафные броски. Их выполняет пострадавший игрок. Игрок, выполняющий бросок, не должен контролировать мяч более 5 секунд, стоять на линии штрафного броска, пересекать ее до касания мячом корзины. До момента, пока мяч не коснется щита или кольца, ни одному из игроков не разрешается пересекать линию в области штрафного броска. В случае нарушения этого правила игроками команды, которой назначен штрафной бросок, бросок повторяется. При попадании мяча в корзину засчитывается очко, бросок не повторяется.

## 2. Методика судейства в баскетболе

Судьи, судьи-секретари, комиссар. Баскетбольный матч обслуживает судейская бригада в следующем составе: старший судья и два судьи (на площадке), секретарь, помощник секретаря, секундометрист, оператор 24-секундного устройства, судья-информатор. Может присутствовать также комиссар. Судьи и их помощники обязаны проводить игру в строгом соответствии с правилами и официальной интерпретацией ФИБА этих правил. Судьи в поле должны быть одеты в специальную судейскую форму - длинные черные брюки, серую рубашку, черную баскетбольную обувь. Судьи за столом - в рубашках или блузах одного цвета, чаще белого.

Секретарский аппарат включает секундометриста, секретаря и оператора 24 - секундного времени. Судьи проводят игру, подавая сигналы свистком и применяя для показа своих решений систему жестов. Секретарь в хронологическом порядке суммирует счет в игровом протоколе. Он записывает попадания с игры, попадания и промахи при штрафных бросках, регистрирует фолы, получаемые каждым игроком, и немедленно информирует старшего судью, когда баскетболист получает пятое персональное замечание. Он же сообщает судьям о том, когда команда совершает четыре фолы (после этого любой из них наказывается двумя штрафными бросками). Секундометрист контролирует игровое время и извещает об окончании периода специальным сигналом. Игра состоит из четырех периодов по 10 минут каждый. В случае ничьей назначаются дополнительный 5 - ти минутный период или столько таких периодов, сколько их потребуется для того, чтобы изменить ничейный счет, Игровые часы регистрируют только чисто игровое время. Когда судья в поле подает сигнал, секундометрист останавливает часы и вновь пускает их вот момент, когда после введения мяча в игру его коснется кто - либо из

баскетболистов на площадке. Часы останавливаются при пробивании штрафных бросков. Оператор 24-секундного времени следит, чтобы команда владела мячом перед броском не более 24 секунд, и подает сигнал, если это правило нарушено.

Технические приемы судейства в поле.

Судьи должны постоянно держать в поле зрения всю площадку и знать, где расположены все 10 игроков. В зависимости от того, где находится мяч, один из судей должен следить за игрой без мяча. Знать, где находится мяч, это не то же самое, что наблюдать за мячом. Всегда, когда оба судьи дают свисток одновременно, только один из них, обычно тот, кто ближе к игре, должен показать нарушение. При зрительном контроле друг за другом можно избежать двух различных решений. Всякий раз при двойных свистках на фол рекомендуется задержаться на мгновение и убедиться, что партнер принял такое же решение. Между старшим судьей и судьей нет различий в принятии решений по фолам или нарушениям. Молодые или опытные судьи имеют одинаковые права при принятии решений. Очень большое значение имеет взаимодействие и работа единой командой с партнером-судьей. Устанавливаются свои стандарты и разделяется ответственность за принятые решения.

Принятие решений.

В случае разногласий за судейским столом к нему обязан подойти старший судья. Окончательное решение всех разногласий находится только в его компетенции. Второй судья в это время наблюдает за игроками на площадке, тренерами и запасными. При необходимости старший судья может посоветоваться со своими коллегами на площадке или судьями за столом, но лишь он один имеет право в любой момент игры утвердить счет и время игры, а также отменить или подтвердить какую-либо запись в протоколе. Судьи при перемещении основного момента борьбы убеждаются, не сосредоточили ли они внимание на одном участке, оставив без внимания другие. Посмотреть друг на друга рекомендуется и тогда, когда судьи одновременно фиксируют ошибки для того, чтобы выяснить, какую ошибку фиксирует партнер, и прийти к общему мнению, не прибегая к совещанию, если зафиксированы нарушения различной тяжести. Это не отменяет наказание обоюдных фолов. Судьи, определяющие решение по нарушению правил, совершенных на площадке или за ее пределами, принимают полномочия как только придут на площадку, то есть за 20 минут до назначенного по расписанию начала игры, и сдают их по истечении игрового времени. Наказания за фолы, совершенные до игры или во время перерывов, назначаются согласно положений ст. 74 Правил. Если в период между окончанием игры и подписанием протокола имеет место неспортивное поведение со стороны игроков, тренеров, помощников или лиц, сопровождающих команду, старший судья должен сделать отметку в протоколе об имевшем место инциденте и позаботиться о том, чтобы подробный отчет о случившемся был направлен в соответствующий орган, где должно быть определено достаточно суровое наказание. Ни один из судей не обладает властью отменить или подвергнуть сомнению действия своего коллеги, если он руководствуется своими обязанностями, изложенными в Правилах.

## Исправление ошибок.

Если во время игры ненамеренно было проигнорировано одно из следующих правил:

- назначение незаслуженного штрафного броска (бросков);
- разрешение пробивать штрафные броски не тому игроку;
- выполнение штрафных бросков не в ту корзину;
- неназначение положенного штрафного броска (бросков);
- ошибочное засчитывание или отмену попадания судьями судьи могут исправить, выполнив следующие процедуры.

Ошибки должны быть обнаружены судьей или его помощником прежде, чем мяч станет живым после того, как он первый раз стал мертвым. Судья может остановить игру немедленно при обнаружении исправленной ошибки при условии, что это не дает преимущества ни одной из команд. Если ошибка обнаружена секретарем, то он должен дождаться момента, когда мяч станет мертвым, и только после этого подать сигнал, чтобы судья остановил игру. Любые засчитанные очки, затраченное время и дополнительные действия, которые могли бы произойти до обнаружения ошибки, не должны быть аннулированы. После исправления ошибки игра должна быть возобновлена в той точке, где она была прервана для исправления ошибки. Мяч передается команде, у которой он находился в тот момент, когда ошибка была обнаружена.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Баскетбол : учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Ю. М. Портнова. – М. : [Астра семь], 1997. – 479 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
4. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
5. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
6. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
7. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Баскетбол : учеб. пособие / Е. В. Конеева [и др.] ; Калинингр. гос. ун-т ; под ред. Е. В. Конеевой. – Калининград : КГУ, 2002. – 103 с.

10. Бондарь, А. Летопись белорусского баскетбола / А. Бондарь. – Минск : Донарит, 2005. – 128 с.

11. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

12. Железнов, А. В. Организация соревнований, практическое судейство матчей по баскетболу : метод. рекомендации / А. В. Железнов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Витебск : ВГУ, 2012. – 50 с.

13. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

#### НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

14. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.

15. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей 5 дек. 2013 г. : одобр. Советом Респ. 19 дек. 2013 г. : ред. от 9 янв. 2018 г. // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2019.

# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

(2 часа)

## 1. История развития волейбола в мире

## 2. История развития волейбола в Республике Беларусь

### 1. История развития волейбола в мире.

Изобретателем волейбола считается Уильям Дж. Морган, преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан в городе Холиоке (штат Массачусетс, США). В 1895 году в спортивном зале он подвесил теннисную сетку на высоте 198 см, и его ученики, число которых на площадке не ограничивалось, стали перебрасывать через неё баскетбольный мяч. Морган назвал новую игру «минтонет». Позже игра демонстрировалась на конференции колледжей ассоциации молодых христиан в Спрингфилде и по предложению профессора Альфреда Т. Хальстеда получила новое название — «волейбол».

В 1897 году в США были опубликованы первые правила волейбола: размер площадки 7,6×15,1 метра, высота сетки 198 см, мяч окружностью 63,5—68,5 см и массой 340 г, количество игроков на площадке и касаний мяча не регламентировалось, очко засчитывалось только при собственной подаче, при неудачной подаче её можно было повторить, играли до 21 очка в партии.

В процессе развития игры её правила, техника и тактика постоянно совершенствовались. Основные правила, часть из которых дошла до наших дней, сформировались в 1915—1925 годах: с 1917 года розыгрыш партии был ограничен 15 очками, а высота сетки составила 243 см; в 1918 году было определено количество игроков на площадке — шесть; с 1922 года разрешено не более трёх касаний мяча; в 1925 году утверждены современные размеры площадки, размеры и вес волейбольного мяча. Эти правила применялись в странах Америки, Африки и Европы, в то время как в Азии вплоть до начала 1960-х годов играли по собственным правилам: с девятью или двенадцатью игроками на площадке 11×22 метра без смены позиций игроками во время матча.

В 1922 году проведены первые общенациональные соревнования — в Бруклине состоялся чемпионат Ассоциации молодых христиан с участием 23 мужских команд. В 1924 году был образован Союз баскетбола и волейбола Чехословакии — первая в Европе спортивная организация по волейболу. Во второй половине 1920-х годов возникли национальные федерации Болгарии, СССР, США и Японии. В тот же период формируются главные технические приёмы — подача, передачи, атакующий удар и блок. На их основе возникает тактика командных действий. В 1930-е годы появились групповой блок и страховка, варьировались атакующие и обманные удары.

В 1936 году на конгрессе международной федерации по гандболу, проводившемся в Стокгольме, делегация Польши выступила с инициативой организовать технический комитет по волейболу как часть федерации по гандболу.



Была образована комиссия, в которую вошли 13 стран Европы, 5 стран Америки и 4 страны Азии. Членами этой комиссии в качестве основных были приняты американские правила с незначительными изменениями: замеры проводились в метрических пропорциях, мяча можно было касаться всем телом выше пояса, после касания мяча на блоке игроку было запрещено повторное касание подряд, высота сетки для женщин — 224 см, зона подачи была строго ограничена.

Послевоенная история.

После окончания Второй мировой войны (1939—1945) стали расширяться международные контакты. 18—20 апреля 1947 года в Париже состоялся первый конгресс Международной федерации волейбола (FIVB) с участием представителей 14 стран: Бельгии, Бразилии, Венгрии, Египта, Италии, Нидерландов, Польши, Португалии, Румыния, США, Уругвая, Франции, Чехословакии и Югославии, которые и стали первыми официальными членами FIVB.

В 1949 году в Праге состоялся первый чемпионат мира среди мужских команд. В 1951 году на конгрессе в Марселе FIVB утвердила официальные международные правила, а в её составе были образованы арбитражная комиссия и комиссия по разработке и совершенствованию правил игры. Были разрешены замены игроков и тайм-ауты в партиях, матчи как мужских, так и женских команд стали проводиться в 5 партий.

Первым президентом FIVB был избран французский архитектор Поль Либо, впоследствии неоднократно переизбиравшийся на этот пост до 1984 года. В 1957 году на 53-й сессии Международного олимпийского комитета волейбол был объявлен олимпийским видом спорта; на 58-й сессии принято решение о проведении волейбольных соревнований среди мужских и женских сборных на Играх XVIII Олимпиады в Токио. После токийской Олимпиады было внесено существенное изменение в правила игры — блокирующим разрешили переносить руки над сеткой на сторону соперника и повторно касаться мяча после блокирования. В 1970 году введены антенны на краях сетки, в 1974 году появились судейские жёлтая и красная карточки.

Развитие игры в 1980—1990-е годы

В 1984 году Поля Либо сменил на посту президента FIVB доктор Рубен Акоста, адвокат из Мексики. По инициативе Рубена Акосты произведены многочисленные изменения в правилах игры, направленные на повышение зрелищности соревнований и «телегеничности» волейбола, связанной с сокращением продолжительности матчей. Накануне Олимпийских игр-1988 в Сеуле состоялся XXI конгресс FIVB, где были приняты изменения в регламенте решающей пятой партии: она стала играть по системе «тай-брейк» («розыгрыш — очко»), в 1990-е годы также устанавливался «потолок» в 17 очков для первых четырёх партий (то есть они могли заканчиваться при преимуществе соперников в 1 очко со счётом 17:16). Проводился эксперимент с ограничением волейбольных партий по времени, однако в октябре 1998 года на конгрессе FIVB в Токио было принято ещё более революционное решение — играть по системе «тайм-брейк» каждую партию: первые четыре до 25 очков, пятую — до 15. В 1996

году разрешены касание мяча любой частью тела (в том числе ногой), в 1997 году FIVB предложила национальным сборным включать в свои составы игрока либеро.

В этот период продолжали совершенствоваться техника и тактика игры. В начале 1980-х появилась подача в прыжке и почти перестала применяться боковая подача, увеличилась частота нападающих ударов с задней линии, произошли изменения в способах приёма мяча — прежде непопулярный приём снизу стал господствующим, а приём сверху с падением почти исчез. Сузились игровые функции волейболистов: например, если раньше в приёме были задействованы все шесть игроков, то с 1980-х годов выполнение этого элемента стало обязанностью двух доигровщиков.

Игра стала более силовой и быстрой. Волейбол увеличил требования к росту и атлетической подготовке спортсменов. Если в 1970-е годы в команде могло не быть вообще ни одного игрока ростом выше 2-х метров, то с 1990-х годов всё изменилось. В командах высокого класса ниже 195—200 см обычно только связующий и либеро. В число сильнейших добавились новые команды — Бразилия, США, Куба, Италия, Нидерланды, Югославия.

С 1990 года стала разыгрываться Мировая лига — ежегодное коммерческое соревнование, призванное увеличить популярность волейбола во всём мире. С 1993 года проводится аналогичное соревнование у женщин — Гран-при. Со второй половины 1980-х годов в Италии создаётся первая по-настоящему профессиональная лига, организация которой становится примером для национальных чемпионатов других стран.

В 1985 году в Холиоке открыт волейбольный Зал славы, в который заносятся имена наиболее выдающихся игроков, тренеров, команд, организаторов, судей.

Волейбол в наши дни.

С 2015 года FIVB объединяет 221 национальную федерацию волейбола, игра является одним из самых популярных видов спорта на Земле. Наиболее развит волейбол как вид спорта в таких странах, как Россия, Бразилия, Китай, Италия, США, Япония, Польша, Сербия.

В 2008—2012 годах в должности президента Международной федерации волейбола работал китаец Вэй Цзичжун, 21 сентября 2012 года на XXXIII Конгрессе FIVB в Анахайме (Калифорния) новым президентом организации выбран бразилец Ари Граса.

Руководство FIVB продолжает вести работу над усовершенствованием волейбольных правил. Некоторые изменения по толкованию ошибок «касание сетки» и «заступ» на игровую половину противника, уточнению определения блокирования, расширению заявки команды на официальные международные турниры до 14 игроков, 2 из которых либеро, были утверждены в 2009 году на XXXI конгрессе FIVB в Дубае. В том же году на клубном чемпионате мира в Дохе (этот турнир был возрождён после 17-летнего перерыва) была опробована так называемая «золотая формула», согласно которой принимающая команда свою первую атаку должна проводить строго с задней линии. На практике это нововведение, которое по замыслу должно способствовать выравниванию возможностей соперников и позволить мячу дольше находиться в воздухе, не только не дало ожидаемого

эффекта, но и привело к уменьшению зрелищности игры, за что было подвергнуто критике со стороны многих игроков, тренеров, специалистов и любителей волейбола и больше не применялось.

По новой редакции правил, вступившей в действие в 2013 году, наказание игрока жёлтой карточкой не сопровождается проигрышем очка. В апреле 2013 года было принято решение отложить реализацию правила, ужесточающего требования к приёму подачи сверху и вместе с тем предложено рассмотреть вопрос о сокращении продолжительности партии с 25 до 21 выигранного очка и уменьшении пауз между розыгрышами мяча. В том же году последнее нововведение было опробовано в турнирах Евролиги, чемпионате мира среди мужских старших молодёжных команд, чемпионатах Бразилии, но дальнейшего распространения не получило. Также с 2013 года на международных соревнованиях под эгидой FIVB и CEV активно применяется система видеопросмотров

1 ноября 2014 года на XXXIV конгрессе FIVB, состоявшемся в Кальяри, было отменено принятое в 2009 году правило, допускавшее касание сетки, если оно не создавало помеху для игры соперника. Как и прежде, любое касание игроком сетки стало считаться ошибкой. Кроме того для международных соревнований конгресс принял решение об уменьшении размера свободной зоны от лицевых линий с 8 до 6,5 м, внесении в заявку на матчи всех 14 допущенных к турниру игроков и возможности уменьшения по предложению спонсоров и телевидения тренерских и/или технических тайм-аутов.

Выдающиеся волейболисты.

В 2000 году Международная федерация волейбола проводила опрос по определению лучших волейболистов XX века. Среди женщин на это звание были номинированы Лан Пин (Китай), Инна Рыскаль (СССР), Регла Торрес (Куба) и Фернанда Вентурини (Бразилия), среди мужчин было 8 претендентов— Петербланже (Нидерланды), Томаш Вуйтолович (Польша) Карч Кирай (США), Уго Конте (Аргентина), Йозеф Мусил (Чехословакия), Кацутоси Нэкода (Япония), Константин Рева (СССР) и Ренан Даль Зотто (Бразилия).

По итогам опроса лучшей волейболисткой прошлого века была признана Регла Торрес, лишь на несколько голосов опередившая Инну Рыскаль, которой также присудили награду. Лучшим волейболистом был объявлен Карч Кирай — первый трёхкратный олимпийский чемпион по волейболу, выигравший две золотые медали в классическом волейболе (1984, 1988) и одну в пляжном (1996). Лучшими командами XX века стали трёхкратный чемпион мира мужская сборная Италии 1990—1998 годов и женская команда Японии 1960—1965 годов.

Наибольшее количество медалей в истории волейбола на Олимпийских играх завоевали бразилец Сержио Сантос (два золота и два серебра в период с 2004 по 2016 год), российский волейболист Сергей Тетюхин (золото, серебро и две бронзы в 2000—2012 годах) и итальянец Самуэле Папи (два серебра и две бронзы на Играх 1996—2004, 2012 годов). Среди женщин это кубинка Ана Ибис Фернандес (три золотые медали и одна бронзовая в 1992—2004 годах) и советская волейболистка Инна Рыскаль, которая на четырёх Олимпиадах (1964—1976) завоевала 2 золотые и 2 серебряные медали.

## 2. Истрия развития волейбола в Республике Беларусь

Появление волейбола на белорусской земле относится к концу 20-х годов прошлого столетия. Среди зачинателей игры в нашей республике были артисты театра имени Янки Купалы — В. Владомирский, Б. Платонов, В. Крылович, В. Полло. Дирекция отмечала, что из-за сильного увлечения волейболом часто задерживаются репетиции и пробы.

Быстрому распространению волейбола в Беларуси способствовало турне мужской команды г. Харькова летом 1928 г., бывшей в то время зачинателями игры в волейбол на Украине. Гости без особого труда победили команды Минска, Бобруйска и Березины.

В 1932 г. образована Республиканская волейбольная секция, входящая во Всесоюзную секцию. В Могилеве началось регулярное проведение соревнований по волейболу. Сильнейшими командами города были мужская команда шелковой фабрики и женская команда железнодорожного узла ст. Могилев.

С 1934 г. начинают проводиться первенства республики, а годом раньше мужская и женская команды г. Минска приняли участие в I чемпионате СССР, называвшемся в те годы Всесоюзным волейбольным праздником. Обе наши команды заняли последнее 5 место.

Летом 1934г. был организован ряд спартакиад, в программу которых был включен и волейбол. В том же году началась регулярная работа в детских волейбольных секциях в многих городах Беларуси, важное значение для развития детского волейбола сыграло Всесоюзное первенство пионеров и школьников, состоявшееся в августе 1935 года. В соревнованиях приняли участие команды девушек, юношей и мальчиков Минска.

Одним из наиболее массовых соревнований 1936 года был розыгрыш Кубка ВЦСПС, в котором приняло участие свыше 100 команд спортивных обществ и заводов.

В 1938 году было принято решение проводить чемпионаты СССР не среди сборных команд городов в рамках всесоюзных волейбольных праздников, а среди сильнейших команд ДСО и ведомств. Новая формула проведения чемпионатов страны положительно повлияла на дальнейшее повышение массовости и мастерства волейболистов, финальным турнирам чемпионатов 1938, 1939 и 1940 гг. предшествовали зональные соревнования, в которых выступили команды «Восход», «Наука» и «Спартак» из Минска.

В послевоенные годы календарный план всесоюзных соревнований непрерывно расширялся и совершенствовался, с 1950 года стал разыгрываться Кубок СССР, организовывались всесоюзные и республиканские чемпионаты и первенства ДСО и ведомств. Расширился международный календарь.

Одной из первых международных встреч для мужской и женской сборных команд Беларуси стал матч с китайскими волейболистами. Игры проводились в Минске в июле 1954 г. на волейбольной площадке, оборудованной за футбольными воротами южного сектора стадиона «Динамо».

В послевоенные годы право выступления в чемпионате СССР от Беларуси получили женская и мужская команды «Большевик» Минск (1947 г.). В 1953 г.

женский волейбол Беларуси в чемпионате СССР представляла команда «Искра» Минск (10 место). Затем «Буревестник» (1954 — 1955 г.г.), «Спартак» (1960 — 1973 г.г.), ТТУ (1974 — 1978 г.г.). С 1979 г. от Минска стала выступать вновь команда «Искра». В 1983 г. команда меняет название, выступая как «Коммунальник».

С 1947 по 1953 г.г. в мужских чемпионатах СССР по классу «Б» от Минска выступали команды «Наука», «Большевик», «Динамо», занимавшие 13 — 17 места. С 1955 г. по 1973 г. Минск представляет в чемпионатах СССР команда «Буревестник», сформированная в основном из студентов института физической культуры и политехнического института. С 1974 г. команду мастеров ДСО «Красное знамя» взял на содержание Минский моторный завод и в чемпионатах СССР начала выступать команда «Мотор» Минск, которая заняла в 1978 году 7 место в высшей лиге, затем команда имела названия «Коммунальник», Звезда и СКА, высшим достижением которой стало 5 место чемпионата СССР (1988 г.).

С 1956 г. стали проводиться Спартакиады народов СССР — крупнейшие спортивные мероприятия в бывшем Советском Союзе. В волейбольном турнире I Спартакиады, который проводился 23 июля — 2 августа 1956 г. в Москве на стадионе «Динамо», участвовали 18 мужских и женских сборных команд республик, а также Москвы и Ленинграда.

С 6 по 15 августа 1959 г. в Москве проходил волейбольный турнир по программе II Спартакиады народов СССР. В турнире приняли участие 17 команд. Женская сборная республики в финальной части соревнований победила сборные команды Грузии, Литвы, Узбекистана, Армении, но проиграла сборной Украины (0:3) и заняла 8 место.

В дальнейшем Спартакиады народов СССР проводились 1963, 1967, 1971, 1975, 1979, 1983, 1987 (участвовали спортсмены моложе 21 года) и 1991 годах, предшествовавшие Олимпийским играм, в программу которых в 1964 году был впервые включен волейбол. В турнирах Спартакиады 1979 года наряду со сборными командами союзных республик приняли участие мужские и женские команды зарубежных стран — Кубы, Польши, США, Японии и Алжира, а в 1983 году — женские команды Болгарии, Венгрии, Кубы и Перу.

Наибольшего успеха на клубном уровне добилась женская команда «Коммунальник» г. Минск, которая дважды становилась бронзовым призером чемпионата СССР в 1986 и 1987 гг., а в 1987 году стала обладателем Кубка обладателей кубков Европейской конфедерации волейбола.

Успехи мужских команд несколько скромнее — гомельский «Промстрой» стал обладателем Кубка СССР в 1977 году, а минский «Мотор» повторил достижение земляков в 1978 году. Армейцы столицы играли в финале розыгрыша Кубка в 1987 году.

Достижения белорусского волейбола не оставались незамеченными, в 1977 году г. Минску было доверено проведение Мемориала памяти В.И. Саввина, в котором приняли участие сильнейшие мужские команды мира — Куба, Польша, Румыния, Япония, Финляндия, Югославия, СССР, Беларусь представляла сборная республики, которая заняла 5 место.

В 1978 году в г. Минске прошел один из этапов чемпионата Мира среди женских команд. Соревнования были организованы на высоком уровне и заслужили высокой оценки Международной федерации волейбола.

Белорусский волейбол воспитал плеяду известных мастеров, чья игра была эталоном для многих поколений спортсменов в республике, а лучшие из них блистали в составах различных сборных СССР на международной арене. Большинство из них удостоены званий – мастер спорта СССР, а И. Горбатюк, Т. Степанова, Т. Шаповалова, Н. Козлова, И. Брюзгина, А. Тетерина, И. Ярковенко и В. Алекно стали мастерами спорта международного класса. Т. Мышьякова завоевала серебряную медаль на чемпионате Европы 1983 года, И. Горбатюк носит звание чемпионки Европы (1985г.) и Мира (1990г.), чемпионами Европы среди молодежных команд становились в разные годы О. Шемакова, Н. Савочкина, И. Ширяев, А. Дерябин и И. Горбатюк.

Честь республики успешно защищали в разные периоды развития наиболее известные волейболистки:

50 годы – Н. Горелик, Т. Разуменко, Г. Баталина, Н. Якимова, Н. Свечникова, Л. Галятина, Л. Лепкович, Е. Иванченко

60 годы – Г. Шевченко, А. Омельянюк, Л. Ананьева, С. Пугачева, И. Петрова, М. Ткачева, Е. Ерофеева, Р. Тумилович, О. Шемакова, Н. Савочкина, Н. Тухватулина, Л. Литвинович, М. Конторович

70-80 годы – А. Нетреба, И. Брюзгина, Т. Азаренко, И. Асипчик, Н. Боярчук, Г. Малышева, Н. Муковнина, Т. Мышьякова (Шаповалова), Ж. Черникова, А. Тетерина, И. Горбатюк, Т. Самсонова, Т. Котикова, Т. Степанова, И. Ярковенко, Н. Козлова, Г. Вертинская, И. Полещук

Наибольших успехов в соревнованиях мужских команд добились следующие игроки:

50-60 годы – Е. Харлип, М. Зумерград, Э. Ахмеров, Э. Загускин, А. Ефимов, Б. Белькевич, Б. Токарев, В. Радионов, Е. Захаров, Ю. Чуканов, В. Разуменко, Г. Ануфриев, В. Шпаковский, Г. Семин, Ю. Костин, М. Корневский, Г. Янов, Л. Яркин, А. Ермолов, Ю. Васильев, Л. Ганночка, Г. Степнов, И. Нисаев, В. Кварцхава, Р. Курицын, Н. Максимов,

70-80 годы – А. Пимахин, А. Кипин, А. Смолянец, И. Ширяев, М. Васильев, В. Лабетко, В. Герасимович, В. Дубицкий, В. Саликов, А. Дерябин, В. Лукьянов, А. Глухоедов, В. Туленков, М. Милютин, А. Степанов, С. Яковенко, А. Герасимов, В. Гончаров, А. Мишин, А. Котлер, С. Данилов, Е. Григорьев, Д. Янюк, А. Сингаевский, В. Фандо, В. Юдчиц, В. Алекно, А. Борбаченко, Л. Горбатюк, И. Загорцев, С. Потершук, О. Гулевич, В. Вертелко, М. Петуховский, В. Лагунович, А. Щербаченя

Успехи команд и игроков неразделимы с работой тренеров, многие из которых заслужили высоких спортивных званий: заслуженные тренеры СССР В. Чернов и В. Князев, заслуженные тренеры Беларуси Г. Вольштейн, Л. Галятина, М. Зумерград, Г. Шевченко, Э. Ахмеров, Г. Янов, Э.Канзас, В. Козлов, В. Дубицкий, В. Мартинович, С. Кононов, М. Романович, В. Саликов, В. Бродский, В. Подлесский, П. Ковалев, Н. Позняк, Р. Сухнат, В. Ивановский, А. Степашко, В. Карчевский, В.

Абелев, Н. Гринь и Н. Загидулин, опытные наставники З. Лецко, А. Паняшин, Б. Варшавер и многие другие.

В число ведущих арбитров СССР входили – судьи всесоюзной категории А. Устинов, Д. Шмаевский, В. Лашкин, А. Устименко, Н. Харыбин, В. Прохоров, Р. Нозик, Г. Гусин и Б. Кац.

В 1992 году после распада СССР, Белорусская федерация волейбола вошла в состав Европейской конфедерации и признана Международной федерацией волейбола.

С этого времени стали проводиться национальные чемпионаты, в которых принимали участие не только команды, представляющие признанные волейбольные центры – Минск, Витебск, Могилев, Гомель и Гродно, но и клубы других областных и районных центров – Бреста, Барановичи, Кобрин, Орши, Новополоцка, Солигорска, Жлобина и Мозыря.

В женском чемпионате доминировала команда «Амкадор» из Минска, которая была бессменным чемпионом с 1992 по 1999 год, в мужском — конкуренцию фаворитам, имевшим опыт участия во всесоюзных соревнованиях – «Спутнику» г. Витебск (1993-1995) и столичным армейцам (1992, 1996) составили волейболисты «Коммунальника» г. Гродно (1997, 1999).

Лучшие волейболисты страны вошли в составы юношеских, юниорских, молодежных, национальных команд, которые получили право самостоятельно выступать в отборочных турнирах чемпионата Европы и Мира. Женская национальная команда трижды добивалась права участия в финальных турнирах чемпионата Европы и заняла 8 место в 1993 и 1995 гг., а в 1997 – разделила 11-12 места со сборной Румынии.

Мужская сборная Республики Беларусь не смогла преодолеть рамки отборочного раунда.

Лучшие клубные команды ежегодно стали участвовать в розыгрышах Кубков Европейской конфедерации волейбола, что позволило игрокам приобрести международный опыт, а болельщикам увидеть лучшие европейские клубы и знаменитых игроков выступающих в них.

В этот период с наилучшей стороны проявили себя следующие волейболистки:

О. Овчинникова, А. Криворот, Н. Козел, Ю. Гапанович, Т. Ивкова, Н. Янушкевич, Н. Енушевская, М. Клемезь, Ю. Старовойтова, Я. Грошева, А. Тараненко, Л. Кучук, Е. Миклашевич, О. Стремужевкая, В. Парафинюк, Н. Кулинич, С. Галкина, М. Смирнова, А. Гордейчик, И. Кононович, А. Проневич, М.Будай, Л. Любинская, Н. Андросенко, Е. Вашеткина, Е. Позняк, Е. Лебедева, Г. Смолонская, Н. Полуян, Т. Белова, В. Головка, Т. Родина, О. Карпова, Ю. Куцко, Н. Гордеева, Т. Боричевская

Заметную роль в составах отечественных команд играли:

М. Высоцкий, А. Евтухович, А. Пимахин, Ю. Шлапков, Д. Сарайкин, Ю. Кравцов, А. Пилецкий, А. Балабан, Д. Пекарчик, С. Прияткин, Д. Бабич, М. Хоняк, В. Подрезенко, Ю. Лабецкий, С. Троцкий, С. Миклашевич, С. Рыбковский, С. Каплунов, В. Арзуманов, О. Анискевич, В. Дубровщик, А. Папай, В. Баран, В.

Бекша, А. Обуховский, А. Позняк, Э. Венский, Д. Кот, В. Озимко, В. Мирзоев, М. Иванов, В. Лычев, А. Коваленко, А. Вирковский, В. Буяк, А. Густыр, К. Асипчик, О. Миканович, А. Елистратов, С. Рускевич, В. Климчук, Д. Лихорад

После 2000 года появились первые медальные результаты, молодежная команда девушек стала бронзовым призером Чемпионата Европы в 2002 и 2003 годах, впервые в истории приняла участие в финальном турнире молодежного чемпионата Мира и заняла 7 место (2003 г.). В 2005 году женская команда «Белбизнесбанк» г. Минск входит в число 8 лучших команд розыгрыша Кубка топ-команд. В 2007 году женская национальная сборная команда участвует в финальном турнире чемпионата Европы. В 2008 – мужская сборная впервые приняла участие в розыгрыше Евролиги - 5 место.

2011 год – минский "Строитель" стал участником одной из сильнейших лиг мира – российской Суперлиги

2012 год – мужская национальная сборная впервые попала в финальную стадию чемпионата Европы.

2013 – женская сборная Беларуси впервые с 1995 года пробилась в раунд плей-офф финальной стадии чемпионата Европы (Германия-Швейцария; 12 место)

2015 год – женская сборная команда занимает 9-е место на Чемпионате Европы.

В 2017 году юниорская сборная команда девушек завоевала 3-е место на Чемпионате Европы U-18, и получила право сыграть на Чемпионате мира в Аргентине. Женская сборная (U-18) завершила выступление на юниорском чемпионате мира в Аргентине на 9-м месте. В этом же году юниорская сборная команда девушек U-16 заняла 4-е место на Чемпионате Европы в Болгарии. Белорусские волейболисты U-18 заняли 6-е место на юношеском Чемпионате Европы в Турции.

2018 год – сборная девушек до 19 лет заняла 8 место на чемпионате Европы. Команда «Минчанка» стала серебряным призером Кубка ЕКВ.



## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Ивановский, В. Я. История развития волейбола в Республике Беларусь : учеб. пособие по курсу специализации / В. Я. Ивановский, Э. К. Ахмеров ; Акад. физ. воспитания и спорта Респ. Беларусь. – Минск : [б. и.], 1997. – 34 с.
3. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

4. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
5. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
6. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
7. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

# ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В ВОЛЕЙБОЛЕ

(2 часа)

## 1. Правила игры в волейбол, их современная интерпретация

## 2. Методика судейства в волейболе

### 1. Правила игры в волейбол, их современная интерпретация

#### ИГРОВОЕ ПОЛЕ

Размер 31метр x19 метров, включает игровую площадку и свободную зону.

❖ *Игровая площадка* – прямоугольник размерами 18м x 9м.

❖ *Свободная зона* – игровое пространство вокруг игровой площадки, шириной 5м от боковых линий и 6.5м от лицевых линий (минимум 3м), высотой 12.5м (минимум 7м).

❖ *Линии на площадке* – ширина 5см, цвет белый (либо светлый), все линии входят в размер площадки: две боковые и две лицевые, средняя линия и линия атаки + продолжение линии атаки длиной 1.75м (пять 15см коротких линий через 20см), «ограничительная линия тренера», продолжение боковой линии (зона подачи) (одна 15см короткая линия на расстоянии 20см от лицевой линии).

❖ *Зоны и места:*

- Передняя зона (ось средней линии и задний край линии атаки);
- Зона подачи (ширина 9м);
- Зона замены (между продолжением линий атаки);
- Зона Замещения либеро (от продолжения линии атаки до лицевой линии);
- Место разминки (размер 3м x 3м, за пределами свободной зоны);
- Место удаленных (размер 1м x 1м).

❖ *Позиции игроков на площадке («зоны»):*

- игроки передней линии (4, 3, 2);
- игроки задней линии (1, 6, 5).

❖ *Температура* – 16\*С (минимум 10\*С).

❖ *Освещение* – 1000-1500 люкс.

#### СЕТКА И СТОЙКИ

❖ *Высота сетки* – для мужчин 2.43метра, для женщин 2.24метра.

❖ *Ширина сетки* – 1 метр, длинна 9.50-10 метров (ячейка 10\*10см). Верхний край сетки – лента шириной 7см, внизу сетки – лента 5см.

❖ *Боковые ленты* (расположены над боковыми линиями) – ширина 5см и длинна 1м.

❖ *Антенны* – длинна 1.80м, диаметр 10мм, окрашена полосами красного и белого цвета по 10см, прикреплена с внешнего края боковой ленты.

❖ *Стойки* – высота 2.55м, устанавливаются на расстоянии 0.50-1.0 метр от боковой линии.

## МЯЧИ

- ❖ *Вес мяча* – 260-280г.
- ❖ *Окружность мяча* – 65-67см.
- ❖ *Цвет* – однотонный светлый или комбинация цветов.

## КОМАНДЫ

❖ *Состав команды* – до 12 игроков (до 14 игроков) + тренерский состав: один тренер и максимум два помощника тренера, медицинский персонал: один врач и один массажист.

- ❖ *Экипировка* – футболка, трусы, носки и спортивная обувь.

Футболка пронумерована от 1 до 20. Номер на груди высота 15см, на спине – 20см; полоска 8\*2см под номером на груди – у капитана.

## РУКОВОДИТЕЛИ КОМАНДЫ

- ❖ *Капитан* (либеро не может быть капитаном!)

ПЕРЕД МАТЧЕМ – подписывает протокол, участвует в жеребьевке.

ВО ВРЕМЯ МАТЧА – обращается к 1-му судьи, запрашивает разрешение: сменить экипировку, проверить расстановку, пол, сетку, мяч и т.д., в отсутствии тренера запрашивать тайм-аут и замену.

В КОНЦЕ МАТЧА – подписывает протокол, благодарит судей.

- ❖ *Тренер* – руководит игрой команды.

ПЕРЕД МАТЧЕМ – записывает или проверяет ФИО игроков в протоколе, подписывает его.

ВО ВРЕМЯ МАТЧА – заполняет карточку расстановки, запрашивает тайм-ауты и замены, дает инструкции команде.

- ❖ *Помощник тренера* – присутствует на матче, но не вмешивается в него.

В случае отсутствия тренера, выполняет его обязанности.

## ИГРОВОЙ ФОРМАТ

- ❖ *Выигрыш партии:*

Партия, (за исключением решающей 5-ой партии) выигрывается, если одна из команд первой набирает 25 очков, с преимуществом минимум в два очка. В случае равного счета 24-24 игра продолжается до достижения преимущества в 2 очка (26-24, 27-25 и т.д.). 5-я партия играется до 15 очков и минимального преимущества в 2 очка.

- ❖ *Выигрыш матча:*

Побеждает команда, которая выиграет 3 партии (3:0, 3:1, 3:2). При счете 2-2 играют решающую 5-ю партию.

## СТРУКТУРА ИГРЫ

❖ *Жеребьевка* – проводится между капитанами, победитель выбирает ИЛИ право подавать или принимать подачу, ИЛИ сторону игровой площадки.

❖ *Официальная разминка* – совместная разминка на сетке составляет 10 минут (минимум 6 минут); отдельная (последовательная) разминка на сетке по 5 минут (3 минуты) каждая команда.

- ❖ *Начальная расстановка команды:*

В игре всегда должны участвовать шесть игроков от каждой команды. Начальная расстановка команды указывает порядок перехода игроков на площадке. Этот порядок должен быть соблюден на протяжении всей игры.

❖ *Позиции:*

Позиции игроков пронумерованы следующим образом: три игрока вдоль сетки являются игроками передней линии и занимают позиции 4 (передний – левый), 3 (передний – центральный) и 2 (передний – правый); другие три игрока являются игроками задней линии, занимая позиции 5 (задний – левый), 6 (задний – центральный) и 1 (задний – правый).

### СОСТОЯНИЕ ИГРЫ

- ❖ *Мяч в игре* – с момента удара на подаче;
- ❖ *Мяч вне игры* – с момента ошибки, с момента свистка;
- ❖ *Мяч «в площадке»* - в любой момент его контакта с полом какая-либо часть мяча касается площадки, включая ограничительные линии;
- ❖ *Мяч «за»* когда:
  - все части мяча, который контактирует с полом, находятся полностью за - ограничительными линиями;
  - он касается предмета за пределами площадки, потолка или не - участвующего в игре человека;
  - он касается антенн, шнуров, стоек или сетки за боковыми лентами;
  - он пересекает вертикальную плоскость сетки частично или полностью за пределами площади перехода;
  - он полностью пересекает нижнюю площадь под сеткой.

### ИГРА С МЯЧОМ

- ❖ *Удары команды* – команда имеет право максимум на 3 удара.
- ❖ *Ошибки при игре с мячом* – четыре удара, удар при поддержке, захват, двойное касание.

### ПОДАЧА

- ❖ *Подача* выполняется правым игроком задней линии (*игроком «1 зоны»*);
- ❖ *Первая подача* в 1-ой и 5-ой партии определяется жеребьевкой;
- ❖ Разрешение на подачу осуществляет *1-ый судья свистком*;
- ❖ Только *один раз* разрешено подбросить или выпустить мяч;
- ❖ Разрешено постукивание мячом (*дриблинг*) или *перемещение* его в руках;
- ❖ *Подача* выполняется *не заступая* (не наступая) *за лицевую линию*;
- ❖ После свистка судьи подача должна быть выполнена в течении *8 секунд*.
- ❖ *Ошибки при подаче:*
  - нарушен порядок подачи;
  - подача выполнена неправильно;
  - мяч выходит «за»;
  - мяч проходит над заслоном;
  - мяч касается игрока подающей команды;
  - мяч не пересекает вертикальную плоскость сетки.

❖ *ЗАСЛОН* – игрок или группа игроков подающей команды размахивают руками, прыгают или перемещаются в боковом направлении во время выполнения подачи, или образуют группу, скрывая подающего или траекторию полета мяча.

#### АТАКУЮЩИЙ УДАР

❖ *Атакующий удар игроком передней линии* – контакт с мячом в пределах собственного игрового пространства;

❖ *Ошибки при атакующем ударе:*

• не разрешено завершать атакующий удар непосредственно после подачи СОПЕРНИКА;

• игрок ударяет по мячу в игровом пространстве соперника;

• игрок направляет мяч «за»;

• атакующий удар выполняет Либеро;

• игрок завершает атакующий удар по мячу после передачи на удар, выполненной Либеро пальцами сверху в своей передней зоне.

#### БЛОК

❖ Только игрокам передней линии разрешено участвовать в состоявшемся блоке, и в момент контакта с мячом часть тела должна быть выше верхнего края сетки.

❖ *Ошибки блокирования:*

• запрещено блокировать подачу соперника;

• блокирующий касается мяча в пространстве соперника до или во время атакующего удара;

• не разрешено блокировать игроку задней линии или Либеро;

• мяч от блока выходит «за».

#### ПЕРЕРЫВЫ (ТАЙМ-АУТ И ЗАМЕНА) И ИНТЕРВАЛЫ

❖ Каждая команда может запросить *2 тайм-аута в каждой партии по 30 секунд*;

❖ В 1-4 партиях применяются автоматически *два «технических тайм-аута» по 60 секунд*, когда лидирующая команда набирает *8-ое и 16-ое очко*;

❖ В каждой партии команда может сделать *шесть замен* (3 полных или 6 неполных).

❖ Интервалы (время между партиями) длятся по *3 минуты*;

❖ *Смена площадок* после каждой партии, в *5-ой партии*, как только лидирующая команда набирает *8 очков*.

#### ИГРОК ЛИБЕРО

❖ В команде *2 игрока ЛИБЕРО*;

❖ *Цвет формы* либеро должен *отличаться* от цвета формы игроков команды;

❖ *Игровые действия:*

• Либеро замещает любого игрока на задней линии;

• Либеро не разрешено завершать атакующий удар;

• Либеро не может подавать, блокировать или пытаться блокировать;

• Игрок не может завершать атакующий удар, когда мяч выше верхнего края сетки, если Либеро выполнял передачу на удар сверху из передней зоны.

❖ Замещения Либеро не считаются заменами.

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И САНКЦИИ ЗА НЕПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

В соответствии с решением 1го судьи и в зависимости от серьезности проступка применяются и записываются в протокол следующие санкции: Замечание, Удаление или Дисквалификация.

- Замечание – первое грубое поведение в матче любого члена команды наказывается очком и подачей соперника.

- Удаление – член команды, на которого наложена санкция удаление, не должен участвовать в игре в оставшейся части партии, должен быть заменен в соответствии с правилами замены немедленно, если находится на площадке, и должен сидеть на месте для удаленных без других последствий. Удаленный тренер теряет свое право вмешиваться в ход партии и должен сидеть на месте для удаленных.

- Дисквалификация – член команды, на которого наложена санкция дисквалификация, должен быть заменен в соответствии с правилами замены немедленно, если находится на площадке, и должен покинуть Контрольную Зону Соревнования до конца матча без других последствий.

## 2. Методика судейства в волейболе

Состав судейской бригады: 1-ый судья; 2-ой судья; четыре (два) линейных; секретарь; помощник секретаря; судья информатор; главный судья.

Процедуры:

- ❖ *Ошибка зафиксированная 1-ым судьей:*

- показать команду, которая будет подавать;
- характер ошибки;
- игрока(ов), совершившего ошибку.

- ❖ *Ошибка зафиксированная 2-ым судьей:*

- показать характер ошибки;
- игрока(ов), совершившего ошибку;
- показать команду, которая будет подавать, вслед за жестом 1-го судьи.

- ❖ *В случае обоюдной ошибки, оба судьи показывают:*

- характер ошибки;
- игроков совершивших ошибку;
- команду, которая будет подавать затем показывает 1-ый судья.

1-ый судья:

- ❖ **МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ:** стоит на судейской вышке, на противоположной стороне от судейского столика, уровень глаз приблизительно 50 см над сеткой.

- ❖ **ПОЛНОМОЧИЯ:**

- Руководит матчем от начала до конца;
- Решения 1-го судьи являются окончательными;
- 1-ый судья может заменить любого члена судейской бригады;
- Контролирует подавальщиков мячей и протирщиков пола;
- Решает любые вопросы, касающиеся игры;
- 1-ый судья не должен допускать каких-либо обсуждений его решений (но обязан давать пояснения капитану команды).

❖ *ОБЯЗАННОСТИ 1-го СУДЬИ:*

Перед матчем:

- Проверяет состояние игрового поля, мячи и другое оборудование;
- Проводит жеребьевку с капитанами команд;
- Контролирует разминку команд.

Во время матча:

- Имеет право предупреждать команды и налагать санкции за неправильное поведения и санкции;
- Принимать решения о:
  - ошибках подающего и в расстановке подающей команды, включая заслон;
  - ошибках в игре с мячом;
  - ошибках над сеткой и ошибочном контакте игрока с сеткой;
  - ошибки при атакующем ударе Либера и игроков задней линии;
  - полном пересечении мячом нижней площадки под сеткой;
  - состоявшемся блоке игрока задней линии или Либера;
  - пересечение мячом сетки полностью или частично за пределами площадки перехода на площадку соперника, или касание антенны на своей стороне;
  - прохождение поданного мяча и при третьем ударе над или за антенной.

По окончании матча проверяет и подписывает протокол.

2-ой судья:

❖ *МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ:* стоит за пределами игровой площадки около стойки на противоположной стороне от 1-го судьи лицом в его сторону.

❖ *ПОЛНОМОЧИЯ:*

- Является помощником 1-го судьи;
- Может заменить 1-го судью;
- Контролирует работу секретаря(ей);
- Разрешает игровые перерывы, контролирует их продолжительность и отклоняет неправильные запросы;
- Контролирует количество тайм-аутов и замен, и сообщает тренеру;
- Контролирует состояние пола и соответствие мячей во время матча;
- Наблюдает за членами команд в местах для удаленных.

❖ *ОБЯЗАННОСТИ 2-го СУДЬИ:*

Перед матчем:

- В начале каждой партии проверяет начальную расстановку команд.

Во время матча:

- Принимать решения о:
  - переходе на площадку соперника и в пространство соперника под сеткой;
  - ошибке в расстановке принимающей команды;
  - ошибочном контакте игрока с сеткой и антенной, главным образом на стороне блокирующего;
  - состоявшемся блоке игрока задней линии или Либера;
  - ошибке при атакующем ударе Либера и игроков задней линии;
  - контакте мяча с другими предметами или полом;

- пересечение мячом сетки полностью или частично за пределами площадки перехода на площадку соперника, или касание антенны на своей стороне;
- прохождение поданного мяча и при третьем ударе над или за антенной.

По окончании матча проверяет и подписывает протокол.

Линейные судьи:

❖ *МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ*: стоят 1-3 метра от каждого угла игровой площадки (если 2 линейных, то в углах по правую руку от каждого судьи).

❖ *ОБЯЗАННОСТИ*:

Выполняют свои обязанности, используя флаги (40\*40 см), чтобы показать:

- мяч «в площадке» или «за»;
- касание мяча, ушедшего «за» от команды, принимающей мяч;
- касание мячом антенны, пересечение мячом сетки после подачи или третьего удара команды за пределами площадки перехода;
- заступ любого игрока за свою площадку в момент удара на подаче;
- заступ подающего;
- контакт с верхними 80 см антенны любым игроком;
- пересечение мячом сетки на площадку соперника за пределами площадки перехода, или касание антенны на своей стороне площадки.

Судья-секретарь:

❖ *МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ*: сидит за столом секретаря на противоположной стороне от 1-го судьи лицом в его сторону.

❖ *ОБЯЗАННОСТИ*: ведет протокол в соответствии с Правилами

Перед матчем и партией:

- записывает в протокол данные о матче и командах, получает подписи;
- записывает начальную расстановку каждой команды.

Во время матча:

- записывает набранные очки;
- контролирует очередность подач каждой команды;
- подтверждает, контролирует количество и записывает замены и тайм-ауты;
- извещает об окончании партии и о наборе 8-го очка в 5-ой партии;
- регистрирует предупреждения за неправильное поведение, санкции и неправильные запросы, и другие события;
- контролирует интервалы между партиями.

По окончании матча:

- записывает окончательный результат;

подписывает протокол и получает подписи капитанов команд и судей.

Помощник секретаря:

❖ *МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ*: сидит за столом секретаря рядом с ним.

❖ *ОБЯЗАННОСТИ*:

- По необходимости заменяет секретаря.

Перед матчем и партией:

- подготавливает лист контроля Либеро;
- Подготавливает запасной протокол.

Во время матча:



- записывает замещения/переназначения Либеро;
- начинает и заканчивает отсчет времени Технических тайм-аутов;
- работает с ручным табло на столе секретаря;
- проверяет соответствие всех табло.

По окончании матча:

- подписывает лист контроля Либеро;
- подписывает протокол.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

4. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
5. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
6. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГАНДБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

(2 часа)

- 1. История возникновения гандбола в мире**
- 2. Развитие гандбола в СССР**
- 3. Развитие гандбола в БССР**
- 4. Гандбол в независимой Республике Беларусь**

## 1. История возникновения гандбола в мире

Годом зарождения гандбола по одной из версий считают 1898 г. Основателем игры стал преподаватель женской гимназии датского города Ордруп Хольгерд Нильсен, который на своих уроках ввел игру под названием «Хаандбольд», в данной игре на небольшом поле соревновались команды из 7 человек, передавая мяч друг другу и стремясь забросить его в ворота. Примерно в это же время в Чехословакии была изобретена похожая игра с мячом. Назвали её «Хазена».

Создание игры гандбол с составом команды из 11 человек относится к 1917-1919 гг. Когда из двух игр – футбола и баскетбола составили новую игру для женщин, никто не предполагал, что эта игра найдет такое распространение в мире.

В 1923 г. ввели правила соревнований, в которых пункты о «трех шагах» и «трех секундах» значительно повлияли на дальнейшее увеличение темпа игры.

В 1926 году на конгрессе в Гааге при Международной любительской атлетической федерации спорта была организована специальная комиссия, в задачи которой входило содействие развитию гандбола. С тех пор гандбол был признан равноправным среди других видов спорта.

В 1928 году в Амстердаме была создана Международная любительская федерация гандбола (ИАГФ). Вначале она объединяла всего 11 стран, но через два года в неё входило 20 стран, а на сегодняшний день Международная гандбольная федерация (ИГФ) насчитывает 70 членов с общим числом любителей этой игры 3,5 млн. человек.

В 1936 году гандбол был включен в число олимпийских видов спорта. В дни олимпийского турнира состоялся 4 конгресс Международной любительской федерации, который наметил проведение в 1938 году в Германии первенств мира среди мужских команд по гандболу 7x7 и 11x11. Оба чемпионата выиграли немецкие команды.

В 1938 году был организован первый мужской чемпионат мира, в Германии положивший начало чемпионатов мира.

Война надолго приостановила развитие мирового спорта. Гандбол не был исключением. Прекратила свое существование и любительская федерация.

Новый подъем в развитии игры начался в послевоенные годы с создания в 1946 году новой Международной федерации гандбола – ИГФ. Учредительный конгресс этой федерации внес изменения в правила игры и наметил проведение первенства мира для мужских команд по гандболу 11x11. В первенстве мира в 1948 году во Франции участвовало 12 команд победителем стала команда Швеции.

В 1949 году в Будапеште на женском чемпионате мира сильнейшей оказалась команда Венгрии. В дальнейшем было решено проводить первенства мира раз в четыре года. Всего было проведено 7 мужских и 3 женских чемпионата мира по гандболу 11x11.

Гандбол 7x7 развивался параллельно с «большого гандбола». Первые международные правила для игры в гандбол 7x7 были приняты в 1934 году. «Малому гандболу» особенно симпатизировали скандинавские спортсмены. В 1936 году состоялась встреча сборных команд Дании и Швеции. Победили датчане.

Международная федерация гандбола направила свои усилия на развитие гандбола 11x11, но постепенно интерес к этому виду игры стал падать, уступая место «малому гандболу». В 1954 году в Швеции померились своими силами всего 4 команды мира. Победили хозяева. Свой первый мировой чемпионат по гандболу 7x7 провели женщины в 1957 году на открытых площадках в Югославии.

В 1972 году мужской гандбол был включен в программу 20-х Олимпийских игр (Мюнхен), что явилось окончательным закреплением его авторитета и официального международного признания как престижной спортивной дисциплины. Еще более укрепляется этот авторитет в 1976 году, когда на 21 Олимпийских играх в Монреале вместе с мужскими сборными стали участвовать и женские национальные команды.

## 2. Развитие гандбола в СССР

Возникновение гандбола в СССР относится к началу XX столетия. Впервые этот вид спорта появился в Харькове в 1909 году. Родоначальником гандбола в СССР явилась чешская игра «Хазена», представителем которой был Эдуард Малы. Будучи хорошо посвященным в особенности данной игры, в 1909 году он внедрил игру на занятиях с отдельными группами гимнастов в Харьковском гимнастическом обществе «Сокол». Решающая заслуга в развитии гандбола в СССР принадлежит доктору Э.Ф. Малы, который к 1914 году завершил работу по созданию высокоподвижной и эффективной игры с мячом и разработал официальные правила гандбола, которые были изданы в Харькове. Основные элементы украинского гандбола вошли важнейшей составной частью в международные правила игры, разработанные спустя более, чем 20 лет после издания правил Э.Ф. Малы. В этом же году на спортивной площадке «Гандболист» в Харькове была организована гандбольная лига, в состав которой вошла 21 команда, представляющая 10 городских спортивных организаций. Украинский гандбол явился первым в мире законченным вариантом игры спортивной направленности.

В Украине гандбол стал настолько популярным, что уже в 1927 году был проведен чемпионат по гандболу в этой республике, на котором были представлены женские сборные из 29 городов и мужские сборные из 41 города. Чемпионами стали женская и мужская команды Харькова. Активно проходили последующие первенства республики. К 1941 году в УССР насчитывалось свыше 3000 команд.

Первая официальная игра российских гандбольных команд состоялась в 1910 году в Харькове, а в 1918 году там же была организована «гандбольная лига». Первые достоверные сведения о начале развития гандбола и ручного мяча в СССР

относятся к 1922 году (тогда играли в гандбол 11x11). Первые встречи проходили в Москве на опытно-показательных площадках Всевобуча. Инициатором стал М.С. Козлов – основатель кафедры спортивных игр ГЦОЛИФКа. Игру с 11-ю игроками называли «ручной мяч». В основном она распространялась в РСФСР, а игру с 7-ю игроками называли «гандболом». В 1928 году гандбол был включен в программу I Всесоюзной спартакиады, однако его дебют был признан неудачным и интерес к игре снизился.

Активное возрождение игры началось в 1946 году. В 1948 году утверждаются новые правила игры, которые закрепили за гандболом название «ручной мяч 7x7». Федерация ручного мяча СССР была названа тоже с соблюдением русского названия. С тех пор и возникло несоответствие терминов: гандболисты играют в ручной мяч. Первые всесоюзные соревнования сборных мужских и женских команд городов СССР по «ручному мячу 11x11» состоялись в Риге в 1955 году. Среди женщин чемпионками стали киевские студентки, среди мужчин – рижане. В период с 1956 по 1961 года было проведено шесть чемпионатов СССР по «ручному мячу 11x11», сыгравших определенную роль в развитии игры. Тогда стало очевидным, что игра теряет свои позиции в стране и за рубежом, и федерация приняла решение о прекращении проведения первенств СССР по «ручному мячу 11x11». С 1962 года проводятся первенства СССР только по «гандболу 7x7». Первое совместное первенство среди мужских и женских команд состоялось в Каунасе. Чемпионками СССР стали гандболистки «Труда» под руководством тренера Л.Н. Гуревича, а среди мужчин победили студенты из Тбилиси во главе с тренером Г.А. Шарашидзе.

В 1965 году гандбол был включен в программу Всесоюзной спартакиады школьников и спартакиады профсоюзов. Главным соревнованием в СССР для республиканских сборных по большинству видов спорта, в том числе и по гандболу, была спартакиада народов СССР. В ее рамках с 1971 года проведено пять турниров по гандболу. Четырежды на спартакиадах побеждала женская сборная Украинской ССР и один раз РСФСР. Среди мужских команд: трижды РСФСР, дважды УССР и один раз БССР. С 1975 года преподавание гандбола включено в программу техникумов и общеобразовательных школ.

Число занимающихся гандболом в СССР в конце 80-х годов составляло 1млн. 300тыс. человек, из них 600тыс. – разрядники, около 1тыс. – мастера спорта СССР и мастера спорта международного класса. Учебно-тренировочную работу по гандболу проводили в этот период около 3,5 тыс. тренеров. В стране насчитывалось 4тыс. игровых залов и более 10тыс. открытых игровых площадок.

На международную арену мужская сборная команда Советского Союза вышла в 1960 году, женская в 1962 году. Первые большие успехи пришли к нашим сборным спустя полтора десятка лет. Женская сборная команда стала победительницей на чемпионатах мира 1982 года (Венгрия), 1986 года (Голландия), 1990 года (Южная Корея), 2001 года (Италия) и 2005 года (Россия). Путь к признанию мужского гандбола был сложнее. Наша сборная завоевывала серебряные награды на чемпионатах мира 1978 и 1990 годов и XXII Олимпийских играх. Становилась обладательницей золотых медалей на чемпионатах мира 1982 и 1992 годов. Выигрывала титул чемпиона XXI, XXIV, XXV Олимпиад. В Олимпийских

играх 1984 года наши команды не принимали участие, а в 1992 году выступали объединенной командой СНГ.

### 3. Развитие гандбола в БССР

Родоначальником белорусских гандболистов считается Сергей Аввакумов. Студент 3-го курса Киевского института физкультуры, в конце 1950-х переехавший в Минск, чтобы продолжить обучение в БГОИФК (Белорусский государственный университет физической культуры). В институте Аввакумов основал гандбольную секцию, где занимались первые гандболисты Беларуси.

Годом рождения белорусского гандбола принято считать 1956 год, когда 9 мая на стадионе «Динамо» состоялась первая в республике игра в «ручной мяч 11x11» между командами БГОИФК и Белорусского Военного Округа (БВО). Игра закончилась со счетом 7:6 в пользу студентов. В августе 1956 года команда сборной Минска, объединив лучших игроков команд БГОИФК и БВО, отправилась в Вильнюс на I чемпионат СССР по гандболу 11x11 и заняла там предпоследнее 13 место.

Первым в Беларуси официальным соревнованием по «гандболу 7x7» стало проведенное уже в мае 1957 года первенства г. Минска, в котором приняли участие 20 мужских и 7 женских команд предприятий, вузов и техникумов. Это был расцвет гандбола: игры проводились на открытых площадках парка им. М. Горького, Белорусского технологического института и на главной гандбольной арене Минска – стадионе ручных игр «Спартак» при переполненных тысячами болельщиков трибунах.

На первом чемпионате СССР по гандболу 7x7 в 1962 году в Каунасе мужская команда «Буревестник» (Минск) заняла в финальной части чемпионата 7 место. Женская одноименная команда не смогла пройти отборочные игры.

Основной целью развития гандбола в Беларуси в советский период (как и любого другого игрового вида спорта) было обеспечение многоуровневой системы подготовки игроков к соревнованиям в рамках Союза. Белорусские спортсмены должны были сформировать две лучшие команды республики (женскую и мужскую) для участия в чемпионатах СССР, а также две сборных республики на базе этих команд для выступления на Спартакиадах народов СССР.

С этой целью звенья системы последовательно соединялись и взаимодействовали в логической цепочке: общеобразовательные школы – ДЮСШ, РСДЮШОР, РУОР – дублиеры команд мастеров (юниорские сборные) – команда мастеров (сборная команда республики). Высшей целью для игроков команд мастеров было их попадание в сборную СССР и успешное выступление в ней.

Игроки, которые не попадали в лучшие команды республики, периодически объединялись в отдельные команды, предпринимая попытки выступления в чемпионатах СССР и розыгрышах Кубков СССР. Такими командами были «Спартак» (Минск), «Урожай» (Минск), «Прогресс» (Гродненская обл.), «Университет» (Гомель) и другие.

Ведущая женская гандбольная команда республики в советский период была команда «Политехник» (Минск), также выступавшая под названиями

«Буревестник», «Технолог» и «Экономист». Команда периодически выбывала и возвращалась в высшую лигу чемпионата СССР. Высшее ее достижение – два 4 места в чемпионатах 1969 и 1973 годов.

В составах сборных команд СССР выступали двухкратная чемпионка мира 1990 и 1992 годов, заслуженный мастер спорта Светлана Миневская (Жихарева), бронзовый призер чемпионата мира 1973 года МСМК Надежда Тенина (Кулага), мастера спорта Т. Русанова и Н. Семененко.

Золотые медали чемпионки мира среди юниорок завоевывали:

Татьяна Ераминок, Светлана Жихарева, Наталья Борисевич (1987); Наталья Аверченко (1989); Антонина Чибангу (1991).

Ведущей мужской гандбольной командой республики в советский период была команда «СКА Минск», выступавшая также под названиями «Буревестник» и «Политехник». С 1975 года СКА Минск закрепились в высшей лиге, добилась выдающихся успехов на всесоюзной и международной аренах и более 10 лет входила в элиту лучших мужских команд Европы и мира.

Команда «СКА Минск»: 6 титулов чемпиона СССР (1981, 1984, 1985, 1986, 1988 и 1989); пятикратный серебряный призер чемпионата СССР (1982, 1983, 1987, 1990 и 1992); бронзовый призер чемпионата СССР (1991); Кубока СССР (1980, 1981, 1982); Кубока европейских чемпионов (1987, 1989, 1990); Кубока обладателей кубков европейских стран (1983 и 1988); Суперкубока Европы (1989).

В составах сборных команд СССР и СНГ (1992) игроки сборной команды Белоруссии завоевывали золотые медали на Олимпийских играх в Сеуле (1988): Александр Каршакевич, Юрий Шевцов, Георгий Свириденко, Александр Тучкин, Константин Шароваров; золотые медали на Олимпийских играх в Барселоне (1992): Михаил Якимович, Андрей Барбашинский, Андрей Миневский; на Олимпийских играх в Москве (1980) Александр Каршакевич завоевал серебряную медаль.

Из 84 золотых олимпийских медалей, которые начиная с 1956 года завоевали на Олимпиадах белорусские спортсмены, десятая их часть (8 медалей) завоевана гандболистами. По числу олимпийских чемпионов гандбол занимает первое место в белорусском спорте.

В 1982 году Александр Каршакевич и Юрий Шевцов завоевали звание чемпионов мира. В 1990 году Александр Каршакевич; Александр Тучкин, Михаил Якимович, Константин Шароваров выиграли серебряные медали чемпионата мира. Обладателями Кубка мира 1984 года стали А. Каршакевич и Ю. Шевцов. Золотые медали чемпионов мира среди юниоров завоевывал В. Богдан, А. Галуза, В. Довбня (1977); А. Каршакевич, В. Михута, Ю. Шевцов, И. Кашкан (1979); Г. Свириденко, В. Тиунчик, К. Шароваров (1983); А. Малиновский, Э. Скоров, А. Тучкин, В. Тиунчик, К. Шароваров (1985; двое последних - повторно); А. Барбашинский, Ю. Карпук (1989).

Шестикратными чемпионами СССР стали А. Галуза, А. Мосейкин, А. Каршакевич и Ю. Шевцов – единственные, кто прошел вместе с командой весь ее звездный путь. Пятикратными чемпионами СССР стали Г. Свириденко и К. Шароваров. Всего чемпионами СССР становились 28 игроков команды «СКА Минск».

Главными тренерами ведущей мужской команды Беларуси в разные годы были Сергей Аввакумов, заслуженный тренер Беларуси Виталий Добровольский и заслуженный тренер СССР и Беларуси Спартак Миронович. Все основные успехи мужского белорусского гандбола на всесоюзной и международной аренах связаны с именем Спартака Мироновича, почти 10 лет тренировавшего юниорскую сборную СССР и 5 лет – национальную сборную СССР.

За советский период белорусский гандбол подготовил: 11 заслуженных мастеров спорта – С.Миневская, А.Каршакевич, Ю.Шевцов, Г.Свириденко, А.Тучкин, К.Шароваров, М.Якимович, А.Барбашинский, А.Миневский, А.Галуза, А.Мосейкин; 22 мастера спорта международного класса – Н.Тенина, Т.Ерамино, Н.Борисевич, Н.Аверченко, А.Чибангу, О.Васильченко, Н.Масалков, И.Кашакан, В.Довбня, Л.Гуско, В. Михута, В. Сидорик, Г.Сапроненко, Э.Скоров, А.Малиновский, В.Тиунчик, А. Майстренко, Р. Руткевич, В.Синькевич, А.Миневский, А.Паращенко, Ю.Карпук; три заслуженных тренера СССР – С.Миронович, Л.Бразинский, В.Косинский; 28 заслуженных тренеров Беларуси – В.Добровольский, Э.Бобрович, А.Брицко, Г.Бугрим, Л.Ган, П.Галкин, Р.Требень, Л.Гуско, В.Женевский, А.Залевский, М.Земцов, М.Коган, В.Кудрявцев, А.Мовсесов, В.Олейников, Л.Рабинович, Д.Резников, В.Ромулевич, В.Рябцева, И.Тенин, Г.Хилицкий, В.Худоба, А.Цветков, В.Чайников, А.Чукаткин, В.Шабунин, Н.Шаюк, М.Энтин;

## СПИСОК РЕКОМНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. Для студентов вузов / В. Я. Игнатъева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
2. Мовсесов, А. Г. История гандбола : пособие / А. Г. Мовсесов ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2012. – 19 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

3. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатъева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. –314 с.
4. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фурманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.

## **ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ФУТБОЛА В МИРЕ И РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

- 1. История возникновения и развития футбола**
- 2. Мировое распространение футбола**
- 3. Введение единых футбольных правил**
- 4. Формирование футбольной ассоциации**

Футбол – одна из самых популярных командных игр в мире, где за малое количество очков нужно стремительно бороться. Футбол (англ. football, от foot — нога и ball — мяч) – спортивная командная игра, в которой спортсмены, используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнёрам ногами или любой другой частью тела, кроме рук, стараются забить его в ворота соперника наибольшее количество раз в установленное время. В команде 11 человек, в том числе вратарь. Игровая, специально размеченная прямоугольная площадка — поле (110—100 м ; 75—69 м — для официальных матчей) имеет обычно травяной покров. Время игры 90 мин (2 периода-тайма по 45 мин с 10—15-минутным перерывом).

Если говорить в общем, то футбол это страстное противостояние двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Как заметил лучший футболист современности бразилец Пеле, «футбол – это трудная игра, ведь в нее играют ногами, а думать надо головой». Футбол – это искусство, пожалуй, ни один вид спорта не может с ним сравниться по популярности.

### **1. История возникновения и развития футбола**

На самом деле история футбола насчитывает немало столетий и затронула немало стран.

Древняя игра в мяч.

В летописях династии «Хань», которым уже 2000 лет, встречается первое в истории упоминание об игре, схожей с футболом. Итак, можно сказать, что родоначальником футбола был Древний Китай. Когда Япония подавала заявку на проведение чемпионата мира в 2002 году, среди ее аргументов был и такой любопытный факт, что еще четырнадцать веков назад в этой стране играли в «кеннат» – игру в мяч, чем-то похожую на современный футбол. Конечно, за несколько веков правила игры сильно изменились, но факт остается фактом: разновидности игры, которую мы теперь называем футболом, существовали у многих народов на протяжении целых веков, причем игры эти остались одним из излюбленных развлечений.

Древняя Греция и Древний Рим не были исключением. Вот как «Поллукс» описывает римскую игру «гарпастум»: «Игроки разделяются на две команды. Мяч помещают на линию в центре площадки. На обоих краях площадки за спиной у игроков, каждый из которых стоит на отведенном ему месте, проводят еще по линии (эти линии, вероятно, можно соотнести с линиями ворот). За эти линии полагается занести мяч, причем совершить оный подвиг сподручно, лишь распахивая игроков соперничающей команды». Исходя из этого описания, можно сделать вывод, что



«гарпастум» был предшественником и регби, и футбола.

В Британии игра в мяч начиналась как развлечение на ежегодных народных гуляниях в масленую неделю. Обычно соревнование начиналось на рыночной площади. Две команды с неограниченным числом игроков пытались забросить мяч в ворота команды соперников, причем «ворота», как правило, представляли собой какое-нибудь заранее оговоренное место неподалеку от центра города.

Игра проходила жестко, грубо и нередко опасно для жизни играющих. Когда толпа разгоряченных мужчин неслась по улицам города, сметая все на своем пути, владельцам лавок и домов приходилось закрывать ставнями или досками окна нижнего этажа. Победителем становился счастливчик, которому в конце концов удавалось «внести» мяч в ворота. Причем, это был даже необязательно мяч. Например, последователи мятежника Джека Кэда, предводителя народного восстания, гоняли по улицам Лондона надутый свиной пузырь. А в Честере ногами пинали и вовсе «жуткую вещицу». Здесь эта забава произошла от игрищ в честь победы над данами, так что вместо мяча приспособливалась голова кого-то из побежденных.

Правда, впоследствии на празднествах во вторник масленой недели кровожадные честерцы вполне довольствовались и обычным кожаным мячом.

Существует письменное свидетельство, что в 1175 году лондонские мальчишки играли в достаточно организованный футбол на масленой недели перед Великим постом. Играли, естественно, прямо на улицах. Причем, во времена правления Эдуарда Второго футбол приобрел такую бешеную популярность, что лондонские купцы, опасавшиеся, как бы эта «буйственная» игра не повредила торговле, обратились к королю с просьбой ее запретить. И вот, в 13 апреля 1314 года, Эдуард Второй издает королевский указ, запрещающий футбол как забаву, противную общественному спокойствию и ведущую к раздорам и злобе: «Поелику от давки и толкотни, от беготни за большими мячами происходящими, в городе шум стоит и беспокойство, от каковых многое зло происходит, Господу неуютное, высочайшим указом повелеваю впредь в городских стенах богопротивную эту игру запретить под страхом тюремного заключения».

Это была одна из многочисленных попыток упразднить футбол, популярнейшую в народе игру. В 1349 году король Эдуард Третий попытался запретить футбол, поскольку его беспокоило, что молодые люди отдают слишком много времени и сил этой дикой забаве, вместо того, чтобы упражняться в искусстве стрельбы из лука и метания копья. Он повелел всем шерифам Лондона запретить «сие праздное времяпрепровождение». Ричард Второй, Генрих Четвертый и Джеймс Третий также пытались запретить футбол, и все – одинаково безрезультатно. Один королевский указ, изданный в 1491 году, запрещал подданным играть в футбол и гольф на территории королевства и объявлял преступлением участие «в футбольных игрищах, в гольфе, а также в иных непотребных забавах».

Однако, в эпоху Тюдоров и Стюартов футбол, несмотря на свою репутацию «игрища богопротивного и непотребного», процветал и набирал популярность. Впоследствии Кромвелю удалось почти полностью искоренить эту игру, так что футбол возродился к жизни только в эпоху Реставрации. По прошествии века после

этого знаменательного события Самуэль Пеппи описывает, как даже в лютую январскую стужу 1565 года «улицы были буквально запружены горожанами, играющими в футбол». В то время еще не существовало никаких определенных правил, и игра воспринималась как забава разнузданной черни. Сэр Томас Элиот в своей знаменитой книге «Правитель», вышедшей в свет в 1564 году, заклеил футбол как игру, которая будит в людях «звериную ярость и страсть к разрушению» и которая «достойна только того, чтобы навечно о ней забыть».

Однако, горячие английские парни вовсе не собирались отказываться от своей забавы. При Елизавете Первой футбол получил широкое распространение, и при полном отсутствии правил и организованного судейства «матчи» частенько заканчивались увечьями игроков, а иногда и смертельным исходом.

В 17 веке у футбола появилось несколько разных названий. В Корнуолле его называли словом, которое теперь употребляется для обозначения ирландского травяного хоккея, а в Норфолке и некоторых частях Саффолка – словом, которое в современном языке означает «отдых на лоне природы».

В «Исследовании Корнуолла» Кэрю утверждает, что корнуэльцы первыми приняли строго определенные правила. Он пишет, что игрокам не разрешалось «лягаться и хвататься под поясом». Вероятно, это означает, что во время игры запрещалось насаждать на противника, ставить подножки и бить по ногам и ниже пояса. Кэрю также пишет, что футболисты не имели права «кидать мяч передом», то есть, говоря современным языком, делать пас вперед. Схожее правило существует сейчас в регби.

Однако правила существовали далеко не везде. Вот как Стратт описывает футбол в книге «Спорт и иное времяпрепровождение»: «Когда затевается футбол, играющих разбивают на две группы, так, чтобы в каждой было одинаковое количество игроков. Игру проводят на поле, где выставляют двое ворот на расстоянии восьмидесяти или ста ярдов друг от друга. Обычно ворота – это две палки, врытые в землю на расстоянии два или три фута друг от друга. Мяч – надутый пузырь, обтянутый кожей, - помещают посередине поля. Цель игры – забить мяч в ворота противника. Побеждает команда, первой забившая гол. Мастерство игроков проявляется в атаках на чужие ворота и в защите своих ворот. Частенько случается, что, чрезмерно увлекшись игрой, соперники без церемоний пинают и нередко попросту сбивают друг друга с ног, так что получается куча мала».

Похоже, что в те времена силовая борьба на футбольном поле была неотъемлемой частью игры, как, впрочем, и в середине 19 века, когда произошел своеобразный футбольный ренессанс и зародился современный футбол.

## 2. Мировое распространение футбола

С развитием коммуникаций и международных путешествий британские моряки, солдаты, торговцы, технические специалисты, учителя и студенты «привили» свои любимые виды спорта – крикет и футбол по всему миру.

Местное население постепенно входило во вкус, и футбол набирал популярность во всем мире. К концу 19 века футбол буквально вторгся в Австрию.

В Вене в то время существовала большая британская колония. Причем, ее влияние было настолько сильным, что два старейших австрийских клуба носили английские названия «Первый венский футбольный клуб» и «Венский футбольный и крикетный клуб». Из этих клубов потом образовалась знаменитая «Аустрия».

В «Венском крикетном» играл Хуго Майзль, который впоследствии занял пост секретаря Австрийской футбольной ассоциации. Он вспоминал, что первая в Австрии игра по настоящим футбольным правилам состоялась 15 ноября 1894 года. Это был матч между «Крикетчиками» и «Веной», который закончился убедительно победой «Крикетчиков». В 1897 году М.Д.Николсон был назначен на должность в венском офисе компании «Томас Кук и сыновья». Он проявил себя, как самый яркий и знаменитый английский игрок в истории австрийского футбола и стал первым секретарем Футбольного союза Австрии.

Футбол получил широкое распространение в континентальной Европе благодаря усилиям Хуго Майзля. Именно он был главным инициатором Кубка Митропа (предшественника современных Еврокубков) и различных национальных первенств, которые способствовали популяризации футбола в Центральной Европе.

Венгрия была одной из первых европейских стран, где узнали и сразу же полюбили футбол. А завез его молодой студент, вернувшийся домой из Англии в 1890-х гг. В первой венгерской команде играли два англичанина, Артур Йолланд и Эштон. Еще до начала Первой мировой войны некоторые английские клубы посетили Венгрию.

Некоторые утверждают, что футбол в Германии появился еще в 1865 году. Тогда это была мало организованная разновидность игры, которую английские мальчишки, учившиеся в немецких школах, показали своим одноклассникам. Но «взрослый» немецкий футбол развился во многом благодаря энтузиазму двух братьев Шрикеров, которые даже взяли у матери займы крупную сумму денег, с тем, чтобы внести свой вклад в финансирование первого заграничного турне, которое команда Футбольной ассоциации провела в 1899 году.

Неоценимый вклад в развитие голландского футбола внес Джимми Хоган. В 1908 году в Голландии было уже 96 клубов и достаточно сильная сборная, которой руководил Эдгар Чедвиг, в прошлом игрок национальной сборной Англии.

В России футбол появился в 1887 году благодаря английским братьям Чарнокам, которые владели мельницей в селе Орехово недалеко от Москвы. Экипировку они закупили в Англии, но им не хватало денег на бутсы. Клемент Чарнок решил эту проблему, приспособив часть мельничного оборудования под своеобразный штопальщик, при помощи которого шипы крепились к подошвам обычной обуви игроков. В России с воодушевлением приняли новую игру и в 1890-х гг. в столице уже сформировалась Московская футбольная лига. Первые пять лет победителями всех ее первенств была команда Чарноков – «Морозовцы».

Одной из первых стран в континентальной Европе, где сформировались по-настоящему сильные команды, была Дания. Датчан тренировали английские профессионалы, и в начале 20 века датская сборная была одной из сильнейших в Европе. На Олимпийских играх в 1908 году датчане дошли до финала, но проиграли Великобритании.

Футбол покорил не только Европу, но и весь мир. В Бразилию его привезли английские моряки в 1874 году. Однако истинным миссионером футбола в Бразилии считается Чарльз Миллер, уроженец Сан-Паулу, сын английских иммигрантов. Он долгое время учился в Англии и играл там за клуб «Саутгемптон», а вернувшись домой спустя 10 лет, привез с собой довольно полный комплект формы и два футбольных мяча. Миллер поощрял рабочих и служащих Газовой компании, Лондонского банка и железнодорожного управления Сан-Паулу организовать свои футбольные команды. Он также привлек к этому делу и основателей Атлетического клуба Сан-Паулу, который в то время занимался исключительно крикетом. Первый «настоящий» футбольный матч состоялся в апреле 1894 года. Железнодорожники победили команду Газовой компании.

Первый клуб, состоявший в основном из одних бразильцев («Спортивная академия колледжа Макензи»), был основан в Сан-Паулу в 1898 году. Так что южноамериканский футбол развивался одновременно с европейским.

В Аргентине футбол появился во многом благодаря представителям британской диаспоры в Буэнос-Айресе. Однако местные жители поначалу не очень заинтересовались этой игрой. Даже в 1911 году в аргентинской национальной сборной играло немало англичан. Но популяризации футбола в Аргентине и в некоторых других странах Латинской Америки способствовали все же не англичане, а итальянские иммигранты.

В Африку футбол пришел благодаря английским и французским колонистам. Свой скромный, но не менее значимый вклад в развитие футбола на Африканском континенте внесли Германия и Португалия.

### 3. Введение единых футбольных правил

Регламент и порядок этой когда-то неорганизованной «дикой» игры определился в комнатах частных школ и университетов Оксфорда и Кембриджа.

Почти каждая школа и каждый футбольный клуб имели свои собственные своды правил. Одни правила допускали ведение и передачу мяча руками, другие – категорически отвергали; где-то количество игроков в каждой команде было ограничено, где-то – нет. В одних командах разрешалось толкать, делать подсечки и бить соперника по ногам, в других это было строго запрещено.

Иными словами, английский футбол пребывал в хаотическом состоянии. И в 1846 году была предпринята первая серьезная попытка унифицировать свод футбольных правил. Х. де Уитон и Дж. С. Тринг из Кембриджского университета встретились с представителями частных школ с целью сформулировать и принять свод единых правил.

Дискуссия длилась 7 часов 55 минут и в результате возник документ, опубликованный под названием «Кембриджские правила». Они были одобрены большинством школ и клубов и позднее (лишь с незначительными изменениями) их приняли за основу правил Футбольной ассоциации Англии. К сожалению, копии первоначального свода «Кембриджских правил» не сохранились. Самый ранний из существующих документов, к которому восходят современные правила Футбольной ассоциации, это свод правил, опубликованный мистером Трингом в 1862 году. Это

были правила игры, которую сам мистер Тринг определил как «самая простая игра». Они оказали большое влияние на развитие футбола в том виде, в котором мы знаем его теперь.

#### 4. Формирование футбольной ассоциации

Футбольная Ассоциация Англии была основана в октябре 1863 года. Ее основанию предшествовала встреча представителей всех ведущих английских футбольных клубов в лондонской таверне «Вольные каменщики» на Грейт-Куин-стрит. Цель встречи определялась как «учреждение единой организации и установление конкретного свода правил».

Председательствовал этом заседании А. Пембер, а мистер Э.С. Морли был назначен почетным секретарем. Мистеру Морли было получено составить и разослать обращения к руководству старейших престижных частных школ с призывом присоединиться к движению за организованный футбол. Второе заседание состоялось несколькими днями позднее. Некоторые команды уже успели прислать ответ: и представители школ Харроу, Чартерхаус, и Вестминстер написали, что предпочитают придерживаться своих собственных правил.

На третьем заседании футбольной Ассоциации присутствующим зачитали письмо от мистера Тринга из Аппингем-Скул, в котором он выражал согласие принять правила Ассоциации. Тогда же были окончательно сформулированы законы и правила игры, опубликованные 1 декабря 1863 года. На шестом заседании был назначен первый комитет ассоциации.

В него вошли: мистер Дж.Ф. Элкок («Форест Клуб»), старший брат К.У. Элкока, который появился в Ассоциации позже, мистер Уоррен («Уор-Офис»), мистер Тернер («Кристалл Пэлас»), мистер Стюард («Крусейдерс» - «Крестоносцы») и мистер Кэмпбелл («Блэкхит») на должности казначея, а также Пембер и Морли.

На этом собрании произошел раскол между Регбийным союзом (как его называют теперь) и Футбольной ассоциацией. Клуб «Блэкхит» вышел из Ассоциации, хотя Кэмпбелл согласился остаться в комитете на должности казначея.

Постепенно Футбольная ассоциация и игра по единым правилам получили широкое общественное признание. Был учрежден Кубок Футбольной ассоциации (Кубок Англии), начали проводиться международные матчи. Но в 1880 году наметился очередной кризис, и мирный период постепенного развития футбола сменился десятилетием радикальных реформ.

К тому времени количество правил возросло с 10 до 15. Шотландия по прежнему отказывалась включить в свои правила вбрасывание рукой и не соглашалась с английским определением понятия «вне игры». За исключением этих маленьких разногласий, отношения между Футбольными ассоциациями Англии и Шотландии были вполне дружескими. Но назревал еще один кризис, оказавший колоссальное влияние на развитие современного футбола. Речь идет о появлении наемных игроков, играющих за деньги, - первых профессионалов.

К тому времени общее число членов ФА, включая клубы и присоединившиеся ассоциации, возросло до 128. Из них 80 относились к Южной Англии, 41 – к

Северной Англии, 6 – к Шотландии и 1 – к Австралии.

Ходили слухи, что многие северных районов Англии платят игрокам за то, чтобы они выступали за их команды. В связи с этим в 1882 году к правилам ФА прибавилось еще одно (№16): «Всякий игрок клуба, получающий от клуба вознаграждение в какой бы то ни было форме или денежное возмещение, превышающее его личные расходы или средства, которое он потерял с выходом на ту или иную игру, автоматически отстраняется от участия в соревнованиях на кубок, в любых соревнованиях под эгидой ФА и в международных турнирах. Клуб, нанявший такого игрока, автоматически исключается из Ассоциации».

Некоторые клубы злоупотребляли этой маленькой вольностью в правилах, касающейся «возмещения фактических расходов». Такое несоответствии с любительским статусом игроков южные клубы считали следствием неспортивного духа среди клубов северных и центральных графств Англии.

Шотландские команды считались самыми сильными в Великобритании, и вовсе не удивительно, что английские клубы начали «поглядывать» на север и привлекать шотландцев с целью усиления своих команд.

Поначалу ФА закрывала на это глаза, но в конце концов руководству Ассоциации все же пришлось принять меры, поскольку сразу три футбольные ассоциации – Шеффилда, Ланкашира и Бирмингема – были обвинены в поощрении профессионализма. В январе 1883 года была назначена специальная проверочная комиссия, которая не смогла ничего доказать. Однако недовольство ведущих любительских клубов росло, и некоторые из них грозили бойкотировать Кубок Англии буквально накануне открытия сезона 1883/84 г.

Гром грянул в начале 1884 года, когда клуб «Аптон Парк» выдвинул официальное обвинение в поощрении профессионализма против «Престона».

Этот случай привлек внимание широкой общественности. Вильям Саделл, президент и менеджер «Престона», публично признал, что его клуб платит своим игрокам, но при этом он заявил, что может доказать, что подобная практика существует почти во всех сильнейших клубах Ланкашира и Центральных графств.

«Престон» был дисквалифицирован на сезон и отстранен от участия в Кубке Англии, но откровенные заявления Саделла заставили руководство Ассоциации признать, что реальность диктует свои условия. На следующем собрании комитета К.У. Элкок заявил, что «пришло время легализовать профессиональный футбол». Его поддержал доктор Морли, однако не все члены комитета были с этим согласны. Страсти бушевали почти полтора года, но в июле 1885 года профессиональный футбол все же был легализован. Однако о любительском и профессиональном статусе футбола не прекращались еще несколько лет (и не только в Англии, но и в других странах). В конце 1920-х гг. в Аргентине существовали две официальные лиги – любительская и профессиональная, которые соперничали между собой. Но постепенно профессионализм набирал силу. И именно развитие профессионального футбола способствовало учреждению чемпионата мира.

Британские ассоциации были категорически не согласны с регламентом ФИФА, предполагавшим так называемую плату за простой: практику, при которой игроку-любителю выплачивалось возмещение за то время, когда он играл в футбол

и не мог получать деньги на основной работе. В результате конфликта все четыре Ассоциации (Англии, Шотландии, Уэльса и Северной Ирландии) вышли из ФИФА. Этот жест стоил им права на участие в первых трех чемпионатах мира, предшествовавших Второй мировой войне.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.
10. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.
11. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб, для студентов высш. учеб, заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.
12. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод, пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

### 3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Содержание практических занятий

#### МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР (2 часа)

| Основные вопросы                                      | Содержание  |
|---|---|
| 1. Подвижные игры как средство физического воспитания | Воспитательная, образовательная, оздоровительная ценность подвижных игр как средства физического воспитания. Основные задачи руководителя игры в процессе ее проведения.  |
| 2. Подготовка к проведению подвижных игр              | Подготовка к проведению подвижных игр: выбор игры, подготовка места и соответствующего инвентаря, соблюдение техники безопасности и предварительный анализ правил игры.   |
| 3. Организация деятельности играющих                  | Организация деятельности играющих: размещение участников игры и место расположения руководителя при проведении игровых упражнений, объяснение правил игры, выделение водящих, распределение на команды, выбор капитанов команд, определение помощников при необходимости. |
| 4. Руководство процессом игры                         | Организация деятельности играющих: размещение участников игры и место расположения руководителя при проведении игровых упражнений, объяснение правил игры, выделение водящих, распределение на команды, выбор капитанов команд, определение помощников при необходимости. |

#### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

##### ОСНОВНАЯ

1. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2004. – 160 с.
2. Подвижные игры : учеб. для студентов вузов / Л. В. Былеева [и др.]. – М. : Физическая культура, 2007. – 283 с.
3. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.



## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (2 часа)

| Основные вопросы                              | Содержание  |
|---|---|
| 1. Подвижные игры в младшем школьном возрасте | Возрастные особенности организма детей младшего школьного возраста. Сюжетно-образный характер подвижных игр. Игры с короткими перебежками враспынную, по прямой, по кругу, с изменением направления. Перемещения, игры типа «догнать – убежать» и с элементами увертывания; игры с подпрыгиванием на одной либо двух ногах, с прыжками через условные препятствия и через предметы; игры с передачей, бросанием, ловлей и метанием на дальность и в цель мячей, игры с разнообразными движениями подражательного или творческого характера. |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Волчок, И. П. Подвижные игры младших школьников : пособие для студентов всех специальностей ун-та / И. П. Волчок ; Брест. гос. ун-т. – Брест : БрГУ, 2005. – 84 с.
2. Глущенко, Л. И. Подвижные игры как средство физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие для студентов вузов / Л. И. Глущенко. – М. : Физическая культура, 2006. – 192 с.
3. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3–5 лет : пособие для педагогов дошкол. учреждений / Л. И. Пензулаева. – М. : ВЛАДОС, 2003. – 112 с.
4. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста : учеб. пособие / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 112 с.

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В СРЕДНЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (2 часа)

| Основные вопросы                              | Содержание  |
|---|---|
| 1. Подвижные игры в среднем школьном возрасте | Возрастные особенности организма детей среднего школьного возраста. Символическо-сюжетный характер подвижных игр. Игры с разделением на группы («Охотники и утки», «Перестрелка», «Выбивалы», «Два капитана» и т.п.). Игры с бегом наперегонки, с прыжками через неподвижные и движущиеся препятствия («Прыжок за прыжком», «Удочка» и т.п.), с бросанием, ловлей и метанием мячей и мелких предметов на дальность, в неподвижные и подвижные цели. Игры, связанные с кратковременными силовыми напряжениями и кратковременными интенсивными движениями («Бой петухов», «Сильные и ловкие» и т.п.). Игры с довольно сложными двигательными задачами, в которых требуется проявление ловкости и точности движений («Не давай мяч водящему», «Защита укрепления» и т.п.). |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Подвижные игры : учеб. пособие / [И. М. Коротков и др.]. – М. : СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.
2. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 032101 – «Физ. культура и спорт» / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 128 с.
3. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (2 часа)

| Основные вопросы                              | Содержание  |
|---|---|
| 1. Подвижные игры в старшем школьном возрасте | Возрастные особенности организма детей среднего школьного возраста. Символическо-сюжетный характер подвижных игр. Игры с разделением на группы («Охотники и утки», «Перестрелка», «Выбивалы», «Два капитана» и т.п.). Игры с бегом наперегонки, с прыжками через неподвижные и движущиеся препятствия («Прыжок за прыжком», «Удочка» и т.п.), с бросанием, ловлей и метанием мячей и мелких предметов на дальность, в неподвижные и подвижные цели. Игры, связанные с кратковременными силовыми напряжениями и кратковременными интенсивными движениями («Бой петухов», «Сильные и ловкие» и т.п.). Игры с довольно сложными двигательными задачами, в которых требуется проявление ловкости и точности движений («Не давай мяч водящему», «Защита укрепления» и т.п.). |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Подвижные игры : учеб. для студентов вузов / Л. В. Былеева [и др.]. – М. : Физическая культура, 2007. – 283 с.
2. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 032101 – «Физ. культура и спорт» / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 128 с.
3. Лепёшкин, В. А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры / В. А. Лепёшкин. – М. : Советский спорт, 2011. – 98 с.

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ (2 часа)

| Основные вопросы                     | Содержание   |
|--------------------------------------|--|
| 1. Подвижные игры в занятиях спортом | Подвижные игры для воспитания физических качеств: силы (с преодолением собственного веса, веса отягощения либо сопротивления противника; с предметами: набивными мячами, гантелями, гимнастическими скамейками – «Кто сильнее», «Бой петухов», «Тяни в круг», «Выталкивание из круга», «Регби на коленях», «Перемена мест» и т.п.), быстроты (с ответной реакцией на сигнал и быстротой мышечных сокращений – «Вызов номеров», «День и ночь», «Падающая палка», различные эстафеты и т.п.), ловкости (игры, требующие тонких и четких мышечных усилий – «Попади в мяч», «Защита укрепления», «Бег командами» и т.п.), выносливости («Мяч ловцу», «Ловля парами», «Борьба за мяч» и т.п.), гибкости («Передача мячей», «Палку за спину», «Мостик и кошка» и т.п.). Использование подвижных игр для технической, тактической, морально-волевой подготовки, для активизации внимания и регулирования эмоционального состояния занимающихся. |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2004. – 160 с.
2. Подвижные игры : учеб. пособие для студентов оч. и заоч. форм обучения / О. С. Шалаев [и др.] ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2004. – 91 с.
3. Подвижные игры : учеб. для студентов вузов / Л. В. Былеева [и др.]. – М. : Физическая культура, 2007. – 283 с.
4. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ БАСКЕТБОЛА (2 часа)

| Основные вопросы             | Содержание   |
|------------------------------|--|
| 1. Основы спортивной техники | Определение понятия «техника в баскетболе» как средства ведения игры и как наиболее целесообразной структуры в организации движений. |
| 2. Классификация техники     | Принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».   |
| 3. Основы спортивной тактики | Основные понятия: «стратегия», «тактика».  |
| 4. Классификация тактики     | Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.                           |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Баскетбол : учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Ю. М. Портнова. – М. : [Астра семь], 1997. – 479 с.
2. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
3. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
4. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред. О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
5. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
7. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
8. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
9. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Баскетбол : учеб. пособие / Е. В. Конеева [и др.] ; Калинингр. гос. ун-т ; под ред. Е. В. Конеевой. – Калининград : КГУ, 2002. – 103 с.

11. Бондарь, А. Летопись белорусского баскетбола / А. Бондарь. – Минск : Донарит, 2005. – 128 с.

12. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Лепёшкин, В. А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры / В. А. Лепёшкин. – М. : Советский спорт, 2011. – 98 с.

15. Родин, А. В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе : учеб. пособие / А. В. Родин, Д. В. Губа. – М. : Советский спорт, 2009. – 165 с.

## ТЕХНИКА ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ (4 часа)

| Основные вопросы        | Содержание  |
|-------------------------|---|
| 1. Техника ходьбы, бега | Техника ходьбы, бега: прямолинейного, по дугам, с изменением направления (зигзагообразно, «змейкой», в обратном направлении, спиной вперед), с изменением скорости (со старта и во время движения). Методика обучения.  |
| 2. Техника прыжков      | Техника прыжков: вверх – в сторону, вверх – назад, вверх - вперед; с места и после движения (толчком одной и толчком двумя ногами), с поворотами. Методика обучения.  |
| 3. Техника перемещений  | Техника перемещений: стойки – с выставленной вперед ногой, со ступнями на одной линии; перемещений приставными шагами – в стороны, вперед, назад. Техника прямолинейных перемещений с изменением направления и скорости; рывков с места, выпадов, скачков. Методика обучения. |
| 4. Техника остановок    | Техника остановок: «шагом» и «прыжком». Методика обучения.  |
| 5. Техника поворотов    | Техника поворотов: на месте (вперед и назад), после остановки «шагом» и «прыжком». Методика обучения.   |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог.

образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняк. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульянов. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

18. Преподавание баскетбола в общеобразовательной школе : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [сост.: В. В. Трущенко, В. В. Изман]. – Витебск : ВГУ, 2006. – 63 с.



**ТЕХНИКА ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧ МЯЧА НА МЕСТЕ И В ДВИЖЕНИИ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| Основные вопросы        | Содержание   |
|-------------------------|--|
| 1. Техника ловли мяча   | Техника ловли мяча: двумя руками и одной рукой – «высокого», «низкого», на уровне груди и с низкого отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.   |
| 2. Техника передач мяча | Техника передач мяча: двумя руками от груди, сверху, снизу; одной рукой – от плеча, сверху, «крюком», снизу, сбоку, под рукой, за спиной, из-за плеча. Техника передач мяча с места, с места после остановки, прыжка; передач в движении (после бега, ведения). Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.
9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

18. Преподавание баскетбола в общеобразовательной школе : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [сост.: В. В. Трущенко, В. В. Изман]. – Витебск : ВГУ, 2006. – 63 с.

**ТЕХНИКА ВЕДЕНИЯ МЯЧА,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| Основные вопросы                           | Содержание  |
|--|---|
| 1. Техника ведения мяча; методика обучения | Техника ведения мяча: с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, по дугам, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения.  |
| 2. Совершенствование техники ведения мяча  | Совершенствование техники ведения мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с максимальной скоростью, изменяя направление бега и высоту отскока мяча. Обводка препятствий с переводом мяча на дальнюю от препятствия руку и чередованием высоты отскока. Ведение мяча на максимальной скорости в сочетании с остановками, поворотами, бросками с места и в прыжке. Игры для совершенствования ведения мяча («Пятнашки с ведением», «Пятнашки втроем», «Выбей мяч» и др.). |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

18. Преподавание баскетбола в общеобразовательной школе : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [сост.: В. В. Трущенко, В. В. Изман]. – Витебск : ВГУ, 2006. – 63 с.

**ТЕХНИКА БРОСКОВ МЯЧА В ДВИЖЕНИИ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| Основные вопросы   | Содержание  |
|--|---|
| 1. Техника броска мяча одной рукой в движении; методика обучения | Техника бросков мяча одной рукой в движении – от плеча, сверху, снизу. Методика обучения.   |
| 2. Совершенствование техники броска мяча в движении мяча         | Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту и прямо перед щитом. Броски мяча с последующим добиванием мяча в кольцо. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.
9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

18. Преподавание баскетбола в общеобразовательной школе : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [сост.: В. В. Трущенко, В. В. Изман]. – Витебск : ВГУ, 2006. – 63 с.

**ТЕХНИКА БРОСКОВ МЯЧА С МЕСТА И В ПРЫЖКЕ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| Основные вопросы   | Содержание   |
|--|--|
| 1. Техника бросков мяча одной рукой с места, в прыжке; методика обучения | Техника бросков мяча одной рукой – с места, в прыжке. Методика обучения.   |
| 2. Совершенствование техники бросков мяча с места, в прыжке              | Броски мяча в кольцо изученными способами под углом к щиту со средних дистанций и прямо перед щитом. Броски в прыжке после ловли и ведения (с позиции центрального, нападающего, защитника). Серийные штрафные броски. Броски в прыжке с активным сопротивлением защитника. Броски изученными способами с различных дистанций (до 7 метров). |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УЛГТУ, 2006. – 31 с.

18. Преподавание баскетбола в общеобразовательной школе : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [сост.: В. В. Трущенко, В. В. Изман]. – Витебск : ВГУ, 2006. – 63 с.



**ТЕХНИКА ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ И ОВЛАДЕНИЯ МЯЧОМ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы   | Содержание   |
|--|--|
| 1. Техника вырывания мяча                                      | Техника вырывания мяча: двумя руками у игрока, стоящего на месте и при одновременной ловле мяча. . Методика обучения.      |
| 2. Техника выбивания мяча                                      | Техника выбивания мяча: из рук соперника при удерживании мяча, при ведении, при ловле. . Методика обучения.                |
| 3. Техника перехвата мяча                                      | Техника перехвата мяча: при передаче с выходом сбоку и из-за спины; при ведении. . Методика обучения.                      |
| 4. Техника накрывания мяча                                     | Техника накрывания (при броске) мяча, находящегося у опекаемого нападающего; при подстраховке. Методика обучения.          |
| 5. Техника отбивания мяча                                      | Техника отбивания мяча: при броске в прыжке, при броске с места. . Методика обучения.                                      |
| 6. Техника овладения мячом, отскочившим от щита или от корзины | Техника овладения мячом, отскочившим от щита или корзины: с места и с разбега; под своим и чужим щитом. Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог.

образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняк. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы   | Содержание  |
|--|---|
| 1. Индивидуальные тактические действия в нападении игрока без мяча | Индивидуальные тактические действия в нападении игрока без мяча: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча; применение финтов при перемещении – «на изменение направления», «на поворот», «на рывок», «на остановку». Методика обучения.  |
| 2. Индивидуальные тактические действия в нападении игрока с мячом  | Индивидуальные тактические действия в нападении игрока с мячом: розыгрыш мяча и атака корзины (рациональное применение ловли, передач, ведения и бросков; применение финтов «на передачу», «на ведение», «на бросок» и их сочетание; характер индивидуальных действий в зависимости от места игрока на площадке и взаиморасположения партнеров и противников). Методика обучения. |
| 3. Индивидуальные тактические действия в защите                    | Индивидуальные тактические действия в защите: опека игрока без мяча и с мячом. Опека игрока, стоящего на месте и перемещающегося в различных частях площадки. «Противодействие розыгрышу мяча», «противодействие атаке корзины». Рациональное применение приемов техники защиты: выбивания, вырывания, отбивания, накрывания, борьбы за отскочивший мяч. Методика обучения.       |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Баскетбол : учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Ю. М. Портнова. – М. : [Астра семь], 1997. – 479 с.
2. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование : учеб. пособие / [под общ. ред. С. В. Чернова, Л. В. Костиковой]. – М. : Физическая культура, 2009. – 132 с.
3. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр : учеб. пособие / Е. Ю. Ковыршина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики спорт. игр. – Омск : СибГУФК, 2017. – 108 с.
4. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.

5. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
6. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
7. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
8. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
9. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
10. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
11. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

12. Баскетбол : учеб. пособие / Е. В. Конеева [и др.] ; Калинингр. гос. ун-т ; под ред. Е. В. Конеевой. – Калининград : КГУ, 2002. – 103 с.
13. Григорович, И. Н. Методика обучения основным тактическим взаимодействиям в баскетболе : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 65 с.
14. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.
15. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.
16. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УЛГТУ, 2006. – 31 с.
17. Родин, А. В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе : учеб. пособие / А. В. Родин, Д. В. Губа. – М. : Советский спорт, 2009. – 165 с.

## ГРУППОВЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы                                     | Содержание  |
|--|---|
| 1. Групповые взаимодействия в нападении двух игроков | Групповые взаимодействия в нападении двух игроков: «передай мяч и выходи» (при численном меньшинстве противника и при численном равенстве; при начале атаки, ее развитии и завершении); заслоны – боковой. Методика обучения.   |
| 2. Групповые взаимодействия в нападении трех игроков | Групповые взаимодействия в нападении трех игроков: «треугольник», «тройка», «малая восьмерка», «скрестный выход», «сдвоенный заслон», «наведение на двух». Методика обучения.   |
| 3. Групповые тактические взаимодействия в защите     | Групповые тактические взаимодействия в защите: подстраховка при противодействии бросающему игроку, проходящему и центральному. Переключение при боковом и заднем заслонах, при наведении, пересечении, «скрестном выходе». Проскальзывание и отступление при опеке игрока без мяча и с мячом в различных частях площадки. Проскальзывание при заслонах. Групповой отбор мяча путем одновременного нападения на игрока и путем ступенчатого нападения на игрока с мячом. Тактические взаимодействия двух и трех игроков при численном превосходстве противника: правильная ориентация на площадке, атака игрока с мячом в наиболее опасной (в данный момент) части площадки. Групповая борьба за мяч, отскочивший от щита или корзины, под своим и чужим щитом. Методика обучения. |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Баскетбол : учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Ю. М. Портнова. – М. : [Астра семь], 1997. – 479 с.
2. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование : учеб. пособие / [под общ. ред. С. В. Чернова, Л. В. Костиковой]. – М. : Физическая культура, 2009. – 132 с.
3. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр : учеб. пособие / Е. Ю. Ковыршина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики спорт. игр. – Омск : СибГУФК, 2017. – 108 с.

4. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.

5. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.

6. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.

7. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.

8. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.

9. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

10. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

11. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

12. Баскетбол : учеб. пособие / Е. В. Конеева [и др.] ; Калинингр. гос. ун-т ; под ред. Е. В. Конеевой. – Калининград : КГУ, 2002. – 103 с.

13. Григорович, И. Н. Методика обучения основным тактическим взаимодействиям в баскетболе : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 65 с.

14. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

15. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

16. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

## ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ (4 часа)

1. Штрафной бросок (из 10) – оценивается техника выполнения и количество попаданий (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии оценки выполнения штрафных бросков

| Оценка               | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
|----------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Количество попаданий | 10   | 9   | 8   | 7   | 6   | 5   | 4   |

2. Бросок в движении одной рукой сверху – обводится область штрафного броска и выполняется бросок в движении (с «удобной» стороны). Оценивается техника ведения мяча и броска в движении (экспертная оценка). Норматив выполняется два раза подряд с обязательным попаданием в кольцо.

3. Остановка «шагом», повороты – бросок в прыжке: оценивается техника выполнения остановки, поворотов и броска в прыжке (экспертная оценка). Попадание в кольцо не является обязательным.

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

9. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.

11. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.

12. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.

13. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.

14. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.

15. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

16. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.

17. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.



# ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ (2 часа)

| Основные вопросы                                    | Содержание  |
|---|---|
| 1. Организация проведения соревнований по волейболу | Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований. |
| 2. Проведение соревнований по волейболу             | Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный; их достоинства и недостатки.  |

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учеб. пособие / В. Ф. Мишенькина [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 136 с.
3. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
4. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

6. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
7. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
8. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
9. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.

# ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ (2 часа)

| Основные вопросы                                 | Содержание   |
|--|--|
| 1. Организация и проведение занятий по волейболу | Формы организации занятий. Урок как основная форма организации проведения занятий по волейболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке. |
| 2. Составление плана-конспекта урока             | Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.  |

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
4. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
5. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

6. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
7. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
8. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
9. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
10. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.

**ТЕХНИКА ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы       | Содержание   |
|------------------------|--|
| 1. Техника перемещений | Техника перемещений: ходьба, бег, скачок, прыжок, падения. Методика обучения.        |
| 2. Стойки волейболиста | Стойки волейболиста: высокая, средняя, низкая, стойка готовности. Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
4. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
6. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

7. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
8. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
9. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
10. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
11. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.

**ТЕХНИКА ВЕРХНЕЙ ПРЯМОЙ И НИЖНЕЙ ПРЯМОЙ ПОДАЧИ МЯЧА,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы                     | Содержание  |
|--------------------------------------|---|
| 1. Техника нижней прямой подачи мяча | Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения). |
| 2. Техника верхней прямой подачи     | Фазовая структура технического приема. Методика обучения: этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения). |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
4. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
5. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

6. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
7. Беляев, А. В. Методика обучения техническим приемам волейбола и ее совершенствование : метод. пособие / А. В. Беляев. – М. : ЧЕЛОВЕК : Олимпия, 2007. – 56 с.

8. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
9. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
10. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.

**ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ДВУМЯ РУКАМИ СВЕРХУ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| <b>Основные вопросы</b>                      | <b>Содержание</b>   |
|--|---|
| 1. Техника передачи мяча двумя руками сверху | Фазовая структура технического приема.  |
| 2. Методика обучения                         | Этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения). |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
4. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
6. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

7. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
8. Беляев, А. В. Методика обучения техническим приемам волейбола и ее совершенствование : метод. пособие / А. В. Беляев. – М. : ЧЕЛОВЕК : Олимпия, 2007. – 56 с.
9. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
10. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.

**ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ДВУМЯ РУКАМИ СНИЗУ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| <b>Основные вопросы</b>                     | <b>Содержание</b>   |
|---|---|
| 1. Техника передачи мяча двумя руками снизу | Фазовая структура технического приема.  |
| 2. Методика обучения                        | Этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения). |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
4. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
6. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

7. Беляев, А. В. Методика обучения техническим приемам волейбола и ее совершенствование : метод. пособие / А. В. Беляев. – М. : ЧЕЛОВЕК : Олимпия, 2007. – 56 с.
8. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
9. Лещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

**ТЕХНИКА ПРЯМОГО НАПАДАЮЩЕГО УДАРА,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| Основные вопросы                     | Содержание  |
|--------------------------------------|---|
| 1. Техника прямого нападающего удара | Фазовая структура технического приема.  |
| 2. Методика обучения                 | Этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения). |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
4. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

7. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
8. Беляев, А. В. Методика обучения техническим приемам волейбола и ее совершенствование : метод. пособие / А. В. Беляев. – М. : ЧЕЛОВЕК : Олимпия, 2007. – 56 с.
9. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
10. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.



## ТЕХНИКА БЛОКИРОВАНИЯ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы        | Содержание  |
|-------------------------|---|
| 1. Техника блокирования | Фазовая структура технического приема.  |
| 2. Методика обучения    | Этапы обучения (этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования); методы обучения (общепедагогические и специфические); средства обучения (подготовительные, подводящие и специальные упражнения). |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
4. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

6. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
7. Ахмеров, Э. К. Совершенствование защитных действий квалифицированных волейболистов : учеб.-метод. пособие / Э. К. Ахмеров, Т. А. Куц ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь [и др.]. – Минск : БГУФК, 2004. – 43 с.
8. Беляев, А. В. Методика обучения техническим приемам волейбола и ее совершенствование : метод. пособие / А. В. Беляев. – М. : ЧЕЛОВЕК : Олимпия, 2007. – 56 с.
9. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
10. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И  
ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы                                   | Содержание  |
|--|---|
| 1. Индивидуальные тактические действия в нападении | Индивидуальные тактические действия игрока при выполнении подачи мяча, передачи мяча, нападающего удара. Методика обучения.                               |
| 2. Индивидуальные тактические действия в защите    | Индивидуальные тактические действия игрока при выполнении приема мяча после подачи, приема мяча после нападающих ударов, блокирования. Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
4. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
6. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

7. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
8. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
9. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
10. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

## ГРУППОВЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы                              | Содержание  |
|---|---|
| 1. Групповые тактические действия в нападении | Групповые взаимодействия игроков при выполнении комбинаций «Волна», «Эшелон», «Крест». Методика обучения. |
| 2. Групповые тактические действия в защите    | Групповые взаимодействия игроков при приеме подачи и при игре в защите. Методика обучения.                |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
4. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.
6. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

7. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
8. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
9. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
10. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.
11. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.

**КОМАНДНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы                              | Содержание   |
|---|--|
| 1. Командные тактические действия в нападении | Командные взаимодействия игроков при игре в нападении – система с организацией атакующих действий через игрока передней линии, система с организацией атакующих действий через игрока задней линии. Методика обучения. |
| 2. Командные тактические действия в защите    | Командные взаимодействия игроков при игре в защите – система игры в защите «углом вперед», система игры в защите «углом назад». Методика обучения.   |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.
3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
4. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
5. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

6. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.
7. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.
8. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.
9. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.

## **ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ (4 часа)**

1. Поддача мяча: выполнение пяти подач подряд в пределы волейбольной площадки через сетку, не наступая на лицевую линию. Оценивается техника выполнения и точность.

2. Передача мяча двумя руками сверху: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 20 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).

3. Передача мяча двумя руками снизу: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 16 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).

4. Нападающий удар: выполнение пяти нападающих ударов через сетку в пределы волейбольной площадки. Оценивается техника выполнения и количество попаданий в площадку.

### **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **ОСНОВНАЯ**

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.

2. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.

3. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.

4. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

5. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.

6. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.

7. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.

8. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

## ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В ГАНДБОЛЕ (2 часа)

| Основные вопросы      | Содержание  |
|-----------------------|---|
| 1. Правила игры       | Значение правил игры; историческое развитие.  |
| 2. Методика судейства | Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей. Анализ основных положений правил гандбола. Методика судейства. Расположение судей на площадке, взаимосвязь их во время судейства. Взаимодействие судей с секретарями. |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Гандбол: правила игры : Белорусская федерация гандбола. – Минск, 2016. – 100 с.
2. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учебное пособие для студентов институтов физической культуры / В. Я. Игнатьева. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 200 с.
3. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фурманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
4. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 520 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

7. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.
8. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровье, 1988. – 300 с.
9. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.

**ТЕХНИКА ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(4 часа)**

| Основные вопросы                                 | Содержание   |
|--|--|
| 1. Техника бега полевого игрока в нападении      | Техника бега полевого игрока в нападении – обычным и скрестным шагом, с поворотом и «зигзагом», спиной вперед. Методика обучения.  |
| 2. Техника прыжков полевого игрока в нападении   | Техника прыжков полевого игрока в нападении – толчком одной и толчком двумя ногами (вверх, вперед, в сторону). Методика обучения.  |
| 3. Техника остановок полевого игрока в нападении | Техника остановок полевого игрока в нападении – одной ногой и двумя ногами. Методика обучения.   |
| 4. Техника перемещений полевого игрока в защите  | Техника перемещений полевого игрока в защите: ходьба – обычная, приставным шагом (лицом и спиной вперед); бег – обычным и приставным шагом, «зигзагом», лицом вперед и спиной вперед, боком; прыжок – толчком одной и двумя ногами, вверх, вперед, в сторону (с места и с разбега). Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатъева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с.
2. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатъева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
3. Игнатъева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатъева. – М. : [б. и.], 1997. – 218 с.
4. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М. : ФиС, 1982. – 280 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др].; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

7. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.
8. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
9. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ , 2007. – 47 с.
10. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
11. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Высэйшая школа, 1975. – 240 с.
12. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фкрманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
13. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.



**ТЕХНИКА ЛОВЛИ И ПЕРЕДАЧ МЯЧА НА МЕСТЕ И В ДВИЖЕНИИ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(6 часов)**

| Основные вопросы                        | Содержание   |
|---|--|
| 1. Техника ловли мяча полевого игрока   | Техника ловли мяча полевого игрока – двумя руками и одной рукой – спереди и сбоку, «высокого», «низкого», катящегося мяча, с отскока; ловля на месте и в движении. Методика обучения.  |
| 2. Техника передач мяча полевого игрока | Техника передач мяча полевого игрока – одной рукой: сверху, сбоку, снизу, хлестом, кистевая, толчком, с отскоком, прямая, навесная и двумя руками, с места, после трех шагов в опорном положении, безопорном положении; передач в движении. Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатьева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с.
2. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатьева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
3. Игнатьева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатьева. – М. : [б. и.], 1997. – 218 с.
4. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М. : ФиС, 1982. – 280 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.
7. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 520 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.
9. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
10. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ , 2007. – 47 с.
11. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
12. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Высэйшая школа, 1975. – 240 с.
13. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фкрманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
14. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.

## ТЕХНИКА ВЕДЕНИЯ МЯЧА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы        | Содержание  |
|-------------------------|---|
| 1. Техника ведения мяча | Техника ведения мяча – с обычным и низким отскоком; прямолинейного с изменением направления, с изменением скорости и высоты отскока. Методика обучения. |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатъева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с.
2. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатъева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
3. Игнатъева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатъева. – М. [б. и.], 1997. – 218 с.
4. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М. : ФиС, 1982. – 280 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др].; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.
7. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др].; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 520 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.
9. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
10. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ , 2007. – 47 с.

11. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
12. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Высшэйшая школа, 1975. – 240 с.
13. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фкрманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
14. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.

## ТЕХНИКА БРОСКОВ МЯЧА В ВОРОТА, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (6 часов)

| Основные вопросы                        | Содержание   |
|---|--|
| 1. Техника бросков мяча                 | Техника бросков мяча – одной рукой сверху, сбоку (хлестом, ударом), снизу. С места, с разбега (скрестным, приставным, беговым шагами и с подскоком), в опорном положении, в безопорном положении, с ближнего и дальнего расстояния, лицом и спиной к воротам. Методика обучения. |
| 2. Броски мяча с учетом игрового амплуа | Броски мяча с учетом игрового амплуа: с левой и правой крайней позиций, с позиции линейного игрока, с позиций левого и правого полусредних, с позиции разыгрывающего. Методика обучения.   |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатъева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с.
2. Игнатъева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатъева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
3. Игнатъева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатъева. – М. : [б. и.], 1997. – 218 с.
4. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М. : ФиС, 1982. – 280 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.
7. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 520 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.
9. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
10. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ , 2007. – 47 с.
11. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
12. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Высэйшая школа, 1975. – 240 с.
13. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фкрманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
14. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.

## ТЕХНИКА ИГРЫ В ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы                            | Содержание  |
|---|---|
| 1.Техника блокирования мяча полевым игроком | Техника противодействия владению мячом полевого игрока: блокирование мяча одной рукой сверху, сбоку, снизу (на месте и с перемещением), двумя руками сверху, снизу, на месте и с перемещением; выбивание мяча – одной рукой, направленное и ненаправленное (на месте и с перемещением).<br>Методика обучения. |
| 2.Техника блокирования соперника            | Техника противодействия владению мячом полевого игрока: блокирование игрока туловищем (на месте, с перемещением). Методика обучения.  |
| 3.Выбивание мяча                            | Выбивание мяча – одной рукой, направленное и ненаправленное (на месте и с перемещением).<br>Выбивание мяча при ведении. Методика обучения.  |
| 4.Перехват мяча                             | Перехват мяча при передаче с выходом сбоку и из-за спины. Методика обучения.  |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатьева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с.
2. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатьева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
3. Игнатьева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатьева. – М. [б. и.], 1997. – 218 с.
4. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М. : ФиС, 1982. – 280 с.
6. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др].; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.

7. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 520 с.

8. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев: Здоровье, 1988. – 300 с.

10. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

11. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ , 2007. – 47 с.

12. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.

13. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.

14. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фкрманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Беларус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.

15. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.



**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И  
ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы    | Содержание   |
|---------------------|--|
| 1.Тактика нападения | Индивидуальные действия: уход, финт, рациональное применение ловли, передач, ведения, бросков. Способы и варианты действия. Методика обучения. |
| 2.Тактика защиты    | Индивидуальные действия: опека игрока с мячом и без мяча, финт, рациональное применение блокирования, выбивания, перехват. Методика обучения.  |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
2. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
3. Громова, О. Е. Спортивные игры для детей : [пособие] / О. Е. Громова. – М. : Сфера, 2002. – 122 с.
4. Клусов, Н. П. Тактика гандбола / Н. П. Клусов. – М. : ФиС, 1980. – 151 с.
5. Клусов, Н. П. Тактика гандбола : [метод. пособие] / Н. П. Клусов. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.
6. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 280 с.
7. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
8. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.
9. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

10. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровье, 1988. – 300 с.
11. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

12. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
13. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Высшэйшая школа, 1975. – 240 с.
14. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.

## ГРУППОВЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ, МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ (2 часа)

| Основные вопросы                              | Содержание   |
|---|--|
| 1. Групповые тактические действия в нападении | Групповые тактические действия в нападении: параллельные взаимодействия, скрестные взаимодействия, заслон внешний и внутренний: (без ухода, с уходом, с сопровождением, с наведением). Способы и варианты действий. Методика обучения и совершенствования. |
| 2. Групповые тактические действия в защите    | Групповые тактические действия в защите: подстраховка при опеке и при блокировании. Переключение. Проскальзывание. Разбор. Способы и варианты действий. Методика обучения.   |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
2. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
3. Громова, О. Е. Спортивные игры для детей : [пособие] / О. Е. Громова. – М. : Сфера, 2002. – 122 с.
4. Клусов, Н. П. Тактика гандбола / Н. П. Клусов. – М. : ФиС, 1980. – 151 с.
5. Клусов, Н. П. Тактика гандбола : [метод. пособие] / Н. П. Клусов. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.
6. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 280 с.
7. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
8. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 2-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2004. – 400 с.
9. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровье, 1988. – 300 с.

11. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
12. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
13. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.

**КОМАНДНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ,  
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
(2 часа)**

| Основные вопросы                              | Содержание  |
|---|---|
| 1. Командные тактические действия в нападении | Стремительное нападение отрывом и прорывом (при численном меньшинстве, большинстве, равенстве). Позиционное нападение с первоначальной расстановкой игроков 3:3, 4:2 с разными вариантами расположения крайних нападающих. Поточное нападение. Методика обучения.             |
| 2. Командные тактические действия в защите    | Личная, зонная и смешанная виды защиты. Способы и варианты действий: личная защита с переключением и без переключения защитников. Зонная защита с первоначальной расстановкой 6:0 (с выходом и без выхода), 5:1, 4:2, 3:3, 2:4. Смешанная защита 5+1, 4+2. Методика обучения. |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
2. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
3. Громова, О. Е. Спортивные игры для детей : [пособие] / О. Е. Громова. – М. : Сфера, 2002. – 122 с.
4. Клусов, Н. П. Тактика гандбола / Н. П. Клусов. – М. : ФиС, 1980. – 151 с.
5. Клусов, Н. П. Тактика гандбола : [метод. пособие] / Н. П. Клусов. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.
6. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 280 с.
- Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

7. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровье, 1988. – 300 с.
8. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
9. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.

10. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.
11. Спортивные и подвижные игры и методикта преподавания (в вопросах и ответах\_ : учеб.-метод. Пособие / А. Г. Фкрманов [и др.]; под общ. Ред. А. Г. Фурманова ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
12. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : «Академия», 2001. – 480 с.

## ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГАНДБОЛОМ (6 часов)

1. Бег с ведением мяча на дистанции 30 м. Оценивается техника выполнения ведения, а также время пробегания отрезка в 30 м. Студенты должны уложиться в следующие интервалы времени: юноши: 4,8 – 5,5 с; девушки: 5,1 – 6,3 с; (таблица 2, таблица 3).

Таблица 2 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (юноши)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 4,8  | 4,9 | 5,0 | 5,1 | 5,2 | 5,4 | 5,5 |

Таблица 3 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (девушки)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 5,1  | 5,3 | 5,5 | 5,7 | 5,9 | 6,1 | 6,3 |

2. Передачи мяча в парах за 1 минуту, на расстоянии 20 м, после 3-х шагов. Оценивается техника выполнения передач мяча после 3-х шагов, ловли и передач мяча. За 1 минуту студенты должны выполнить определенное количество передач в парах: девушки – не менее 21; юноши – не менее 23.

3. Броски мяча в ворота на точность. Броски выполняются в опорном положении, после 3-х шагов. Девушки поражают углы с 7-метровой отметки, юноши – с линии свободного броска (9-метровой), с позиции центрального нападающего. Студенты выполняют по 3 броска в каждый из 4-х углов ворот. Оценивается техника выполнения 3-х шагов, броска и точность попадания в углы ворот, которые представляют собой мишени 60×60 см. При правильном выполнении технических приемов количество попаданий должно быть не менее 8.

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
2. Громова, О. Е. Спортивные игры для детей : [пособие] / О. Е. Громова. – М. : Сфера, 2002. – 122 с.
3. Клусов, Н. П. Тактика гандбола : [метод. пособие] / Н. П. Клусов. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.
4. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. М. Я. Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 280 с.
5. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.

6. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатьева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с. Игнатьева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатьева. – М. : [б. и.], 1997. – 218 с.
7. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатьева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
8. Клусов, Н. П. Тактика гандбола : [метод. пособие] / Н. П. Клусов. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.
9. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
10. Ратианидзе, А. Л. Игра гандбольного вратаря / А. Л. Ратианидзе, В. Л. Марищук. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 112 с.
11. Ручной мяч : [пособие] / В. А. Кудряшов [и др.] ; под общ. ред. В. А. Кудряшова, Э. И. Бобровича. – Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.
12. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
13. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред. О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
14. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
15. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

16. Ахмеров, Э. К. Педагогический контроль за специальной физической и технической подготовленностью спортсменов в учебно-тренировочном процессе по волейболу : методические рекомендации / Э. К. Ахмеров, И. А. Ширяев. – Минск : БГУ, 2005. – 32 с.
17. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.
18. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровье, 1988. – 300 с.
19. Латышкевич, Л. А. Гандбол : учебное пособие для ИФК / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровье, 1988. – 300 с.
20. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.



21. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры /Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
22. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ , 2007. – 47 с.
23. Об утверждении Правил безопасности проведения занятий физической культурой и спорта [Электронный ресурс] : постановление М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 31 авг. 2018 г., № 60 // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2019.
24. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
25. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. Киев : Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.
26. Ручной мяч / В. Д. Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.
27. Ручной мяч / В. Д.Кудряшов, Э. И. Бобрович. Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.

## ПРАВИЛА ИГРЫ И МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА В ФУТБОЛЕ (2 часа)

| Основные вопросы      | Содержание  |
|-----------------------|---|
| 1. Правила игры       | Поле для игры. Мяч. Число игроков. Судья и помощники судьи. Продолжительность игры. Начало и возобновление игры. Мяч в игре и вне игры. Определение взятия ворот. Положение «вне игры». Нарушение правил и недисциплинированное поведение игроков. Штрафной, свободный, |
| 2. Методика судейства | Жестикуляция и судейская терминология. Роль судьи как воспитателя.  |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзал) : [учебник] / В. П. Губа. – М. : Спорт, 2016. – 200 с.
2. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
3. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
4. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
5. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

10. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.
11. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.
12. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.
13. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб, для студентов высш. учеб, заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.
14. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод, пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

### НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

15. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.
16. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей

## КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ФУТБОЛА (2 часа)

| Основные вопросы             | Содержание  |
|------------------------------|---|
| 1. Основы спортивной техники | Определение понятия «техника» в футболе как средства ведения игры и как наиболее целесообразной структуры в организации движений. |
| 2. Классификация техники     | Принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».  |
| 3. Основы спортивной тактики | Основные понятия: «стратегия», «тактика».   |
| 4. Классификация тактики     | Тактика: индивидуальная, групповая, командная. Средства тактики, способы и формы ведения игры, комбинации.                        |

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### ОСНОВНАЯ

1. Громова, О. Е. Спортивные игры для детей : [пособие] / О. Е. Громова. – М. : Сфера, 2002. – 122 с.
2. Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзал) : [учебник] / В. П. Губа. – М. : Спорт, 2016. – 200 с.
3. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
4. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
5. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
6. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
7. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
8. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
9. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
10. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

11. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

12. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.

13. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

14. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.

15. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.

16. Андреев, С. Н. Техника дриблинга и финтов в мини-футболе (футзале) : учеб. пособие / С. Н. Андреев, С. Кардозо ; [Рос. футбол, союз, Ассоц. мини-футбола России]. – М. : Спорт, 2016. – 237 с.

17. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.

18. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.

19. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.

20. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.

21. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

## НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

22. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.

23. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей

**ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ  
ПО ФУТБОЛУ  
(2 часа)**

| Основные вопросы                                  | Содержание  |
|---|---|
| 1. Организация проведения соревнований по футболу | Положение о соревнованиях. Жеребьевка. Составление календаря соревнований. Способы начисления очков за исход матча, определение команд-победителей и призеров соревнований. |
| 2. Проведение соревнований по футболу             | Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный; их достоинства и недостатки.  |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

10. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

11. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.

12. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.

13. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.

14. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.

15. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.

16. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.

17. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

## НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

18. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.

19. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей

**ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ  
ПО ФУТБОЛУ  
(2 часа)**

| Основные вопросы                               | Содержание  |
|--|---|
| 1. Организация и проведение занятий по футболу | Формы организации занятий. Урок как основная форма организации проведения занятий по баскетболу. Понятия о построении урока, его содержании, физической нагрузке. |
| 2. Составление плана-конспекта урока           | Формулировка задач, подбор методов и средств. Формы и методы организации деятельности занимающихся.   |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.
8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

10. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

11. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.

12. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.

13. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.

14. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.

15. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.

16. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.

17. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

## НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

18. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.

19. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей

**ТЕХНИКА ФУТБОЛА И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
ТЕХНИЧЕСКИМ ПРИЕМАМ  
(12 часов)**

| Основные вопросы                  | Содержание   |
|-----------------------------------|--|
| 1. Техника передвижения           | Техника передвижения: ходьба, бег, прыжки и их разновидности. Остановки выпадам, прыжком. Повороты и их разновидности. Методика обучения.  |
| 2. Техника ударов по мячу ногой   | Техника ударов по мячу ногой: внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, внутренней частью подъема, внешней частью подъема; удар носком, пяткой. Удары по неподвижному мячу. Удары по катящемуся, летящему и прыгающему мячу. Методика обучения. |
| 3. Техника ударов по мячу головой | Техника ударов по мячу головой: удар серединой лба без прыжка и в прыжке, с поворотом, удар боковой частью лба. Методика обучения.   |
| 4. Техника остановок мяча ногой   | Техника остановок мяча ногой: внутренней стороной стопы, подошвой, подъемом, бедром. Техника остановок мяча грудью, головой. Методика обучения.  |
| 5. Техника ведения мяча           | Техника ведения мяча. Техника обманных движений, техника отбора мяча в выпаде, в подкате, толчком плеча. Методика обучения.  |
| 6. Техника игры вратаря           | Техника игры вратаря. Ловля мяча: снизу, сверху, сбоку, в падении. Отбивание мяча, переводы мяча, броски. Методика обучения.   |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.

6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

10. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

11. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.

12. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.

13. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб, для студентов высш. учеб, заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.

14. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.

15. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.

16. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.

17. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

**ТАКТИКА ФУТБОЛА И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ  
ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ  
(4 часа)**

| Основные вопросы                       | Содержание   |
|--|--|
| 1. Индивидуальные тактические действия | Индивидуальные тактические действия: открывание, отвлечение, создание численного преимущества, закрывание, перехват, ведение, обводка, удар в ворота, отбор, противодействие передаче, ведению, обводке. Методика обучения.  |
| 2. Групповые тактические действия      | Групповые тактические действия: 11-метровый удар, начальный удар, вбрасывание, угловой спорный мяч, свободный, штрафной удар, удар от ворот, «игра в одно касание», «скрещивание», «смена мест», «пропуск мяча», «страховка», создание искусственного положения «вне игры». Методика обучения. |
| 3. Командные тактические действия      | Командные тактические действия: позиционное нападение и контратака, защита против позиционного нападения и контратаки. Методика обучения.  |
| 4. Тактика игры вратаря                | Тактика игры вратаря: действия при обороне ворот, действия в атаке, руководство действиями партнеров. Методика обучения.   |

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

**ОСНОВНАЯ**

1. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред. О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.
7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог.

образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

10. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

11. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.

12. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.

13. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб, для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.

14. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.

15. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.

16. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.

17. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

## **ОЦЕНКА УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ (4 часа)**

1. Удары по неподвижному мячу с 16,5 м в заданную половину ворот, (ворота разделены по вертикали). Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху. Выполняется 3 удара. Зачет – одно попадание.

2. Удары по мячу на точность и дальность. Выполняется три удара по неподвижному мячу в квадрат 5х5, расположенный по прямой на расстоянии 25 м. Зачет – одно попадание.

3. Вбрасывание мяча на точность и дальность. Выполняется три броска руками из-за головы в квадрат 5х5, расположенный на расстоянии 18 м. Зачет – одно попадание.

4. Жонглирование мячом (не менее 15 раз). Выполняется три попытки. Зачет – по лучшей попытке.

### **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **ОСНОВНАЯ**

1. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.

2. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.

3. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.

4. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.

5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.

6. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

7. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

8. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

9. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.

10. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.

11. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.

12. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.

13. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.

14. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.

15. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.

16. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.

17. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.

## **4. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ**

### **4.1. Контрольные задания**

1. Написание карточек по подвижным играм для детей младшего, среднего и старшего школьного возраста, и реферата (для студентов второго курса дневной формы получения образования).

2. Написание плана-конспекта проведения занятия по баскетболу (волейболу, гандболу, футболу), направленного на обучение (совершенствование) техническому элементу нападения либо защиты. Проведение занятия с использованием плана - конспекта (для студентов первого, второго, третьего и четвертого курсов).

### **4.2. Тематика рефератов для студентов 1-4 курсов**

#### **Тематика рефератов для студентов первого курса дневной формы получения образования (раздел «футбол»)**

1. Методика обучения технике перемещений в футболе; написание 10 карточек с подводящими или специальными упражнениями.

2. Методика обучения технике ударов по мячу ногой. Удары по неподвижному, котящемуся, летящему и прыгающему мячу.

3. Методика обучения технике ударов по мячу головой: серединой лба без прыжка и в прыжке, с поворотом, удар боковой частью лба.

4. Техника остановок мяча подошвой, подъемом, бедром. Методика обучения.

5. Техника отбора мяча в выпаде, в подкате, толчком плеча. Методика обучения.

6. Ловля мяча вратарем: снизу, сверху, сбоку в падении. Отбивания мяча, переводы, броск.

7. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите в футболе.

8. Командные тактические действия в нападении и защите в футболе.

#### **Тематика рефератов для студентов второго курса дневной формы получения образования (раздел «подвижные игры»)**

1. Роль и место подвижных игр в системе физического воспитания.

2. Методика проведения подвижных игр.

3. Особенности проведения подвижных игр с детьми младшего школьного возраста.

4. Особенности проведения подвижных игр с детьми среднего школьного возраста.

5. Особенности проведения подвижных игр с детьми старшего школьного возраста.

6. Особенности проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.



7. Подвижные игры на занятиях с баскетболистами.
8. Подвижные игры на занятиях с волейболистами.
9. Подвижные игры на занятиях с гандболистами.
10. Подвижные игры на занятиях с теннисистами.
11. Подвижные игры на занятиях с футболистами.
12. Подвижные игры на занятиях с хоккеистами.
13. Подвижные игры на занятиях с легкоатлетами.
14. Подвижные игры на занятиях с борцами.
15. Подвижные игры для повышения ОФП.
16. Написания сценария для спортивных праздников.

**Тематика рефератов для студентов второго курса дневной формы получения образования (раздел «волейбол»)**

1. История развития волейбола в мире и в Республике Беларусь
2. Правила игры и методика судейства в волейболе.
3. Организация и методика проведения занятий по волейболу (план-конспект урока по волейболу).
4. Методика обучения технике перемещений в волейболе (ходьбе, бегу, скачку, прыжку, падению).
5. Методика обучения технике верхней и нижней прямой подачи мяча в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
6. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками сверху в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
7. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками снизу в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
8. Методика обучения технике нападающего удара в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
9. Методика обучения технике блокирования в волейболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
10. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите в волейболе.
11. Групповые тактические действия в нападении и защите в волейболе.
12. Командные тактические действия в нападении и защите в волейболе.

**Тематика рефератов для студентов третьего курса дневной формы получения образования (раздел «баскетбол»)**

1. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
2. Организация и проведение занятий по баскетболу.
3. Методика обучения технике перемещений в баскетболе (стойке, ходьбе, бегу, прыжкам, остановкам, поворотам); написание 10 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
4. Методика обучения технике ловли и передач мяча на месте в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.

5. Методика обучения технике ловли и передач мяча в движении в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
6. Методика обучения технике ведения мяча в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
7. Методика обучения технике броска мяча в движении в баскетболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
8. Методика обучения технике броска мяча с места и в прыжке; написание 10 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
9. Методика обучения технике противодействия и овладения мячом в баскетболе; написание 15 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
10. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите в баскетболе.
11. Групповые тактические действия в нападении и защите в баскетболе.
12. Командные тактические действия в нападении и защите в баскетболе.

**Тематика рефератов для студентов четвертого курса дневной формы получения образования (раздел «гандбол»)**

1. История развития гандбола в мире и Республике Беларусь.
2. Организация и проведение соревнований по гандболу.
3. Организация и проведение занятий по гандболу.
4. Правила игры и методика судейства.
5. Классификация техники игры (разделы, группы, приемы, способы выполнения, разновидности, условия выполнения), классификация тактики игры (разделы, группы, виды, способы и варианты выполнения).
6. Методика обучения технике ловли и передачи мяча на месте и в движении в гандболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
7. Методика обучения технике ведения мяча в гандболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
8. Методика обучения технике броска мяча в опорном и безопорном положении одной рукой сверху (сбоку, снизу, с отклонением – в сторону сильной руки, в сторону слабой руки) в гандболе; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
9. Техника игры в защите, методика обучения; написание 5 карточек с подводящими или специальными упражнениями.
10. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Методика обучения.
11. Групповые тактические действия в нападении и защите. Методика обучения.
12. Командные тактические действия в нападении и защите. Методика обучения.

### 4.3. Контроль учебной деятельности

#### 4.3.1. Контроль двигательных умений

##### КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ

###### Баскетбол

5. Штрафной бросок (из 10) – оценивается техника выполнения и количество попаданий (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии оценки выполнения штрафных бросков

| Оценка               | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
|----------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Количество попаданий | 10   | 9   | 8   | 7   | 6   | 5   | 4   |

6. Бросок в движении одной рукой сверху – обводится область штрафного броска и выполняется бросок в движении (с «удобной» стороны). Оценивается техника ведения мяча и броска в движении (экспертная оценка). Норматив выполняется два раза подряд с обязательным попаданием в кольцо.

4. Остановка «шагом», повороты – бросок в прыжке: оценивается техника выполнения остановки, поворотов и броска в прыжке (экспертная оценка). Попадание в кольцо не является обязательным.

###### Волейбол

1. Подача мяча: выполнение пяти подач подряд в пределы волейбольной площадки через сетку, не наступая на лицевую линию. Оценивается техника выполнения и точность.

2. Передача мяча двумя руками сверху: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 20 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).

3. Передача мяча двумя руками снизу: выполнение передачи в парах через сетку из-за линии атаки. Каждый игрок должен выполнить 16 передач. Оценивается техника выполнения и место выполнения передачи (не допускается заступать за линию атаки).

4. Нападающий удар: выполнение пяти нападающих ударов через сетку в пределы волейбольной площадки. Оценивается техника выполнения и количество попаданий в площадку.

###### Гандбол

1. Бег с ведением мяча на дистанции 30 м. Оценивается техника выполнения ведения, а также время пробегания отрезка в 30 м. Студенты должны уложиться в следующие интервалы времени: юноши: 4,8 – 5,5 с; девушки: 5,1 – 6,3 с; (таблица 2, таблица 3).

Таблица 2 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (юноши)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 4,8  | 4,9 | 5,0 | 5,1 | 5,2 | 5,4 | 5,5 |

Таблица 3 – Критерии оценки выполнения бега с ведением мяча (девушки)

|        |      |     |     |     |     |     |     |
|--------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Оценка | «10» | «9» | «8» | «7» | «6» | «5» | «4» |
| Время  | 5,1  | 5,3 | 5,5 | 5,7 | 5,9 | 6,1 | 6,3 |

2. Передачи мяча в парах за 1 минуту, на расстоянии 20 м, после 3-х шагов. Оценивается техника выполнения передач мяча после 3-х шагов, ловли и передач мяча. За 1 минуту студенты должны выполнить определенное количество передач в парах: девушки – не менее 21; юноши – не менее 23.

3. Броски мяча в ворота на точность. Броски выполняются в опорном положении, после 3-х шагов. Девушки поражают углы с 7-метровой отметки, юноши – с линии свободного броска (9-метровой), с позиции центрального нападающего. Студенты выполняют по 3 броска в каждый из 4-х углов ворот. Оценивается техника выполнения 3-х шагов, броска и точность попадания в углы ворот, которые представляют собой мишени 60×60 см. При правильном выполнении технических приемов количество попаданий должно быть не менее 8.

#### Футбол

1. Удары по неподвижному мячу с 16,5 м в заданную половину ворот, (ворота разделены по вертикали). Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху. Выполняется 3 удара. Зачет – одно попадание.

2. Удары по мячу на точность и дальность. Выполняется три удара по неподвижному мячу в квадрат 5х5, расположенный по прямой на расстоянии 25 м. Зачет – одно попадание.

3. Вбрасывание мяча на точность и дальность. Выполняется три броска руками из-за головы в квадрат 5х5, расположенный на расстоянии 18 м. Зачет – одно попадание.

4. Жонглирование мячом (не менее 15 раз). Выполняется три попытки. Зачет – по лучшей попытке.

#### 4.3.2. Контроль знаний

### ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

для студентов четвертого курса дневной формы получения образования  
(пятого курса заочной формы получения образования)

1. Роль и место подвижных игр в системе физического воспитания.
2. Общность и отличие спортивных и подвижных игр.
3. Методика проведения подвижных игр.
4. Особенности проведения подвижных игр с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.
5. Основная направленность спортивных и подвижных игр (оздоровительная, воспитательная и образовательная).
6. Прикладные задачи, решаемые в процессе занятий спортивными играми.
7. Роль и место спортивных и подвижных игр в программе по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждении общего среднего образования.
8. Особенности методики обучения детей и подростков спортивным и подвижным играм.
9. Особенности методики использования спортивных и подвижных игр на учебных занятиях по предмету «Физическая культура и здоровье» (программное содержание, типы занятий и методика их проведения).
10. Особенности проведения урока по спортивным играм в учреждении общего среднего образования (характерные черты, особенности проведения частей урока).
11. Особенности методики и организации урока по спортивным играм в учреждении среднего специального образования (техникум, училище, колледж).
12. Особенности методики организации и проведения занятий по спортивным играм с лицами среднего и пожилого возраста.
13. Структура и содержание плана-конспекта урока по спортивным играм.
14. Общие педагогические требования по проведению занятия с юными спортсменами по подвижным и спортивным играм.
15. Управление командой на соревнованиях по спортивным играм.
16. Общая и специальная физическая подготовка в спортивных играх (значение, содержание).
17. Цель, задачи, методы и средства физической подготовки игроков в спортивных играх.
18. Основы методики развития выносливости у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
19. Основы методики развития гибкости у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
20. Основы методики развития силы у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.

21. Основы методики развития быстроты у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
22. Основы методики развития скоростно-силовых качеств у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
23. Основы методики развития ловкости у детей и подростков на занятиях по спортивным играм.
24. Техническая подготовка в спортивных играх и ее содержание на примере одного вида спорта (баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
25. Тактическая подготовка в спортивных играх и ее содержание на примере одного вида спорта (баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
26. Психологическая подготовка в спортивных играх: значение, содержание и особенности психологической подготовки детей, юношей и подростков.
27. Типичные особенности методики обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств на занятиях по спортивным и подвижным играм.
28. Общие основы обучения техническим приемам в спортивных играх (характеристика этапов).
29. Методы обучения в спортивных играх (теоретические и практические).
30. Классификация упражнений, применяемых на занятиях по спортивным играм (на примере одного вида спорта), перечень и направленность.
31. Характеристика методов, используемых при обучении техническим приемам в спортивных играх.
32. Классификация техники игры в спортивных играх (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
33. Классификация передач в баскетболе, волейболе, гандболе, футболе, методика обучения (на примере одного способа).
34. Техника остановок двойным шагом и прыжком в баскетболе (тройным шагом и прыжком в гандболе), методика обучения.
35. Техника выполнения, разновидности и методика обучения ловле мяча в баскетболе (гандболе).
36. Передача мяча одной рукой в баскетболе (гандболе): техника и методика обучения.
37. Разновидности ведения мяча в баскетболе (футболе), методика обучения (на примере одного способа).
38. Методика обучения броску мяча одной рукой от плеча в баскетболе (одной рукой в гандболе): типичные ошибки при выполнении, их предупреждение и исправление.
39. Техника броска мяча в прыжке в баскетболе (гандболе), методика обучения.
40. Техника противодействия и овладения мячом в баскетболе, методика обучения.
41. Техника перемещений в волейболе, методика обучения.
42. Техника верхней прямой и нижней прямой подачи в волейболе, методика обучения.

43. Техника передачи мяча двумя руками сверху в волейболе, методика обучения.
44. Техника выполнения нападающего удара в волейболе, методика обучения.
45. Техника передачи мяча двумя руками снизу в волейболе (разновидности, основы и детали техники), методика обучения.
46. Техника блокирования в волейболе, методика обучения.
47. Техника перемещений в футболе, методика обучения.
48. Техника выполнения, разновидности и методика обучения остановке мяча в футболе.
49. Техника ударов по мячу ногой в футболе, методика обучения.
50. Техника ударов по мячу головой в футболе, методика обучения.
51. Техника игры вратаря в футболе (гандболе), методика обучения.
52. Определение понятия «тактика игры»: классификация тактических действий в спортивных играх.
53. Тактика игры и ее классификация (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
54. Характеристика средств и методов обучения тактике (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
55. Особенности тактики игры в нападении (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
56. Особенности тактики игры в защите (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
57. Характеристика систем позиционного нападения в баскетболе (волейболе, гандболе, футболе), их варианты.
58. Система быстрого нападения в баскетболе (гандболе, футболе): сущность и методика обучения.
59. Характеристика систем розыгрыша в спортивных играх.
60. Формы организации процесса обучения в спортивных играх, профилактика травматизма.
61. Меры безопасности при обучении в спортивных играх, оказание первой помощи.
62. Международные правила и методика судейства в спортивных играх (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
63. Тенденции развития вида спорта, современные правила игры и методика судейства (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
64. Судейство в спортивных играх: состав судейской коллегии, бригады, функции судей (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).
65. Разновидности и характеристика соревнований по спортивным играм.
66. Организация проведения соревнований по спортивным играм.
67. Положение о соревнованиях по спортивным играм.
68. Особенности методики, организации и проведения соревнований по спортивным играм в детских коллективах.
69. Характеристика круговой системы розыгрыша в спортивных играх. (составить таблицу на 11 команд).

70. Характеристика системы розыгрыша с выбыванием в спортивных играх (составить таблицу на 13 команд).

71. Разминка: ее направленность и содержание, реакция организма на разминку.

72. История развития спортивных игр в Республике Беларусь (на примере баскетбола, волейбола, гандбола, футбола).



### 4.3. Критерии оценки результатов учебной деятельности

#### КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Баллы                   | Показатели оценки   |
|-------------------------|---|
| 1 (один),<br>не зачтено | Отсутствие приращения знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины  |
| 2 (два),<br>не зачтено  | Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий  |
| 3 (три),<br>не зачтено  | Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий   |
| 4 (четыре),<br>зачтено  | Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий |

|                       |   |
|-----------------------|---|
| 5 (пять),<br>зачтено  | Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий      |
| 6 (шесть),<br>зачтено | Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень исполнения заданий |
| 7 (семь),<br>зачтено  | Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения   |

|                        |   |
|------------------------|---|
|                        | <p>высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>  |
| 8 (восемь),<br>зачтено | <p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p> |
| 9 (девять),<br>зачтено | <p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания»; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная</p>   |

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
|                                     | <p>работа на практических занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>   |
| <p>10<br/>(десять),<br/>зачтено</p> | <p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания», а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине; и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа: на практических занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p> |

## 5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 5.1. Основная и дополнительная литература

#### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

##### ОСНОВНАЯ

1. Баршай, В. М. Активные игры для детей : учеб. пособие / В. М. Баршай. – Ростов н/Д : Феникс, 2001. – 320 с.
2. Баскетбол : учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Ю. М. Портнова. – М. : [Астра семь], 1997. – 479 с.
3. Бондарь, А. И. Баскетбол: теория и практика / А. И. Бондарь. – Минск : [БГУФК], 2007. – 423 с.
4. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование : учеб. пособие / [под общ. ред. С. В. Чернова, Л. В. Костиковой]. – М. : Физическая культура, 2009. – 132 с.
5. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
6. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учеб. пособие / В. Ф. Мишенькина [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 136 с.
7. Волчок, И. П. Подвижные игры младших школьников : пособие для студентов всех специальностей ун-та / И. П. Волчок ; Брест. гос. ун-т. – Брест : БрГУ, 2005. – 84 с.
8. Гандбол : учеб. пособие / В. Ф. Кириченко [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 164 с.
9. Глущенко, Л. И. Подвижные игры как средство физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие для студентов вузов / Л. И. Глущенко. – М. : Физическая культура, 2006. – 192 с.
10. Горбань, И. Г. Основные требования к организации мест занятий физической культурой : учеб. пособие / И. Г. Горбань, В. А. Гребенникова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Оренбург. гос. ун-т. – Оренбург : ОГУ, 2017. – 122 с.
11. Громова, О. Е. Спортивные игры для детей : [пособие] / О. Е. Громова. – М. : Сфера, 2002. – 122 с.
12. Губа, В. П. Теория и методика мини-футбола (футзал) : [учебник] / В. П. Губа. – М. : Спорт, 2016. – 200 с.
13. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Спорт, 2015. – 568 с.
14. Железняк, Ю. Д. Волейбол : учеб. для студентов ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк, А. В. Ивойлов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 239 с.

15. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2004. – 160 с
16. Ивановский, В. Я. История развития волейбола в Республике Беларусь : учеб. пособие по курсу специализации / В. Я. Ивановский,
17. Э. К. Ахмеров ; Акад. физ. воспитания и спорта Респ. Беларусь. – Минск : [б. и.], 1997. – 34 с.
18. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для вузов физ. культуры / В. Я. Игнатьева, Ю. М. Портнов. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 314 с.
19. Игнатьева, В. Я. Юный гандболист : практ. пособие / В. Я. Игнатьева. – М. : [б. и.], 1997. – 218 с.
20. Игнатьева, В. Я. Гандбол : учеб. для студентов вузов / В. Я. Игнатьева. – М. : Физическая культура, 2008. – 383 с.
21. Клусов, Н. П. Тактика гандбола : [метод. пособие] / Н. П. Клусов. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 152 с.
22. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр : учеб. пособие / Е. Ю. Ковыршина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики спорт. игр. – Омск : СибГУФК, 2017. – 108 с.
23. Козин, В. В. Повышение эффективности атакующих действий квалифицированных баскетболистов : учеб. пособие / В. В. Козин, А. А. Гераськин ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 139 с.
24. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии : учеб. пособие / Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту ; [под общ ред. Л. В. Шапковой]. – М. : Советский спорт, 2002. – 212 с.
25. Корягина, Ю. В. Научно-методическое обеспечение сборных команд в спортивных играх : учеб. пособие / Ю. В. Корягина, В. А. Блинов, С. В. Нопин ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. н-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики футбола и хоккея. – Омск : [СибГУФК], 2016. – 138 с.
26. Кучешева, И. Л. Sport (Спорт) : учеб. пособие / И. Л. Кучешева ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры. – Омск : СибГУФК, 2015. – 106 с.
27. Лихадиевская, Т. Г. Подвижные игры в детском саду : пособие для педагогов дошк. учреждений / Т. Г. Лихадиевская, И. М. Ивановская. – Минск : Беларусь, 2002. – 240 с.
28. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомофизиологических и индивидуальных особенностей : [учеб. пособие] / А. П. Попович [и др.] ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Урал. ун-т, 2016. – 136 с.
29. Подвижные игры : учеб. пособие для студентов оч. и заоч. форм обучения / О. С. Шалаев [и др.] ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2004. – 91 с.

30. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. – 4-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 336 с.
31. Основы обучения технике игры в волейбол : учеб. пособие / А. А. Гераськин [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 280 с.
32. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3–5 лет : пособие для педагогов дошк. учреждений / Л. И. Пензулаева. – М. : ВЛАДОС, 2003. – 112 с.
33. Подвижные игры : учеб. для студентов вузов / Л. В. Былеева [и др.]. – М. : Физическая культура, 2007. – 283 с.
34. Подвижные игры : учеб. пособие / [И. М. Коротков и др.]. – М. : СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.
35. Подвижные игры : учеб. пособие для студентов вузов / [И. М. Коротков и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 215 с.
36. Подвижные игры во внеклассной работе общеобразовательной школы : учеб. пособие / В. Ф. Мишенькина [и др.] ; Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2003. – 108с.
37. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста : учеб. пособие / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 112 с.
38. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 032101 – «Физ. культура и спорт» / Е. В. Кузьмичева. – М. : Физическая культура, 2008. – 128 с
39. Подвижные игры. Практический материал : учеб. пособие / Л. В. Былеева [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2014. – 281 с.
40. Ратианидзе, А. Л. Игра гандбольного вратаря / А. Л. Ратианидзе,  
41. В. Л. Маришук. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 112 с.
42. Ручной мяч : [пособие] / В. А. Кудряшов [и др.] ; под общ. ред. В. А. Кудряшова, Э. И. Бобровича. – Минск : Вышэйшая школа, 1975. – 240 с.
43. Спортивные игры : учеб. пособие для студентов вузов / А. Г. Мовсесов [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. – 315 с.
44. Спортивные игры на уроках физкультуры : [учеб.-метод. пособие / под общ. ред О. Листова]. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
45. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учеб. пособие / под общ. ред. Е. В. Конеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 448 с.
46. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов вузов / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 398 с.
47. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

48. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры : учеб. для студентов физ. вузов / Ю. М. Макаров [и др.] ; под ред. Ю. М. Макарова. – М. : Академия, 2013. – 271 с.

49. Теория и методика спортивных игр : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. «Педагог. образование» профиль «Физ. культура» / Д. И. Нестеровский [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняк. – 8-е изд., пераб. – М. : Академия, 2013. – 464 с.

50. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329 с.

51. Фурманов, А.Г. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2018. – 184 с.

52. Шерстюк, А. А. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки : учеб. пособие / А. А. Шерстюк, Л. В. Костюкова, И. Н. Григорович ; Гос. ком. РСФСР по физ. культуре и спорту, Ом. гос. ин-т физ культуры. – Омск : [ОГИФК], 1991. – 60 с.

53. Ширяев, И. А. Волейбол : учеб. пособие / И. А. Ширяев, Э. К. Ахмеров. – Минск : БГУ, 2005. – 143 с.

54. Шоо, М. Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата : учеб. пособие для студентов дефектол. фак. вузов : пер. с нем. / М. Шоо. – М. : Академия, 2003. – 112 с.

55. Шпак, В. Г. Элементы спортивных игр в детском саду : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования /

56. В. Г. Шпак. – Минск : ИВЦ Минфина, 2004. – 138 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

57. Ахмеров, Э. К. Волейбол в школе / Э. К. Ахмеров, Э. Г. Канзас. – Минск : Народная асвета, 1981. – 72 с.

58. Ахмеров, Э. К. Совершенствование защитных действий квалифицированных волейболистов : учеб.-метод. пособие / Э. К. Ахмеров, Т. А. Куц ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь [и др.]. – Минск : БГУФК, 2004. – 43 с.

59. Беляев, А. В. Методика обучения техническим приемам волейбола и ее совершенствование : метод. пособие / А. В. Беляев. – М. : ЧЕЛОВЕК : Олимпия, 2007. – 56 с.

60. Волейбол : энциклопедия / Всерос. федерация волейбола ; [авт.-сост. В. Л. Свиридов]. – М. : Человек : Спорт, 2016. – 590 с.

61. Ивойлов, А. В. Волейбол : учеб. пособие / А. В. Ивойлов. – Минск : Вышэйшая школа, 1985. – 256 с.

62. Клещев, Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 400 с.

63. Пименов, М. П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев : Киевская нотная фабрика, 1991. – 196 с.



64. Баскетбол : учеб. пособие / Е. В. Конеева [и др.] ; Калинингр. гос. ун-т ; под ред. Е. В. Конеевой. – Калининград : КГУ, 2002. – 103 с.
65. Бондарь, А. Летопись белорусского баскетбола / А. Бондарь. – Минск : Донарит, 2005. – 128 с.
66. Григорович, И. Н. Методика обучения основным тактическим взаимодействиям в баскетболе : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 65 с.
67. Григорович, И. Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм : учеб.-метод. пособие / И. Н. Григорович, М. В. Гаврилик, А. Ю. Филипский ; М-во образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130 с.
68. Железнов, А. В. Организация соревнований, практическое судейство матчей по баскетболу : метод. рекомендации / А. В. Железнов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Витебск : ВГУ, 2012. – 50 с.
69. Иноземцева, Т. А. Примерные планы-конспекты занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов первого курса (профиль «баскетбол») : учеб.-метод. пособие / Т. А. Иноземцева, С. В. Радаева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Том. гос. ун-т. – Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 140 с.
70. Костикова, Л. В. Баскетбол / Л. В. Костикова, Л. В. Костикова. – М. : Физкультура и спорт, 2002. – 176 с.
71. Кулешов, С. Н. Баскетбол: индивидуальные упражнения с мячами в системе подготовки баскетболистов : практ. рук. для студентов специальности 1-03-02-1 «Физ. культура» / С. Н. Кулешов, Ю. А. Григорьев, С. В. Шеренда ; М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ, 2013. – 47 с.
72. Легран, Л. Баскетбол. Правила. Техника. Тактика. Игра. : пер. с фр. / Л. Легран, М. Ра. – М. : Астрель, 2004. – 47 с.
73. Лепёшкин, В. А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры / В. А. Лепёшкин. – М. : Советский спорт, 2011. – 98 с.
74. Методика обучения технике игры в баскетбол / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. колледж ; [сост. А. И. Хороненко]. – Витебск : ВГТК, 2008. – 60 с.
75. Методика обучения техническим приемам в спортивных играх : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [авт.-сост.: Е. Г. Уткин [и др.]]. – Витебск : ВГУ, 2007. – 47 с.
76. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол : учеб.-метод. пособие / Белкоопсоюз, Белорус. торгово-эконом. ун-т потребит. кооперации ; [авт.-сост.: Т. В. Золотухина, В. А. Медведев, О. П. Маркевич]. – Гомель : БТЭУПК, 2017. – 52 с.
77. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения : метод. указания / Ульян. гос. техн. ун-т ; сост. В. В. Носов. – Ульяновск : УлГТУ, 2006. – 31 с.

78. Правила спортивных игр в цветных иллюстрациях / авт.-сост. С. Кузина. – М. : АСТ, 2016. – 62 с.
79. Преподавание баскетбола в общеобразовательной школе : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. ун-т ; [сост.: В. В. Трущенко, В. В. Изман]. – Витебск : ВГУ, 2006. – 63 с.
80. Родин, А. В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе : учеб. пособие / А. В. Родин, Д. В. Губа. – М. : Советский спорт, 2009. – 165 с.
81. Вихров, К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев : Федерация футбола Украины : Комби ЛТД, 2006. – 352 с.
82. Футбол – методика судейства : учеб.-метод. пособие / Брест. гос. ун-т ; сост.: В. А. Школьников, С. П. Шолик, В. И. Яглык. – Брест : БрГУ, 2010. – 170 с.
83. Андреев, С. Н. Техника дриблинга и финтов в мини-футболе (футзале) : учеб. пособие / С. Н. Андреев, С. Кардозо ; [Рос. футбол, союз, Ассоц. мини-футбола России]. – М. : Спорт, 2016. – 237 с.
84. Губа, В. П. Интегральная подготовка футболистов : учеб. пособие для студентов вузов / В. П. Губа, А. В. Лексаков, А. В. Антипов. – М. : Советский спорт, 2010. – 208 с.
85. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки 034500.68 «Спорт» и специальности 032101.65 «Физ. культура и спорт» / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 535 с.
86. Организация спортивно-массовой работы по месту жительства : учеб.-метод. пособие / Т. И. Авилова [и др.] ; Белгор. гос. нац. исслед. ун-т, Упр. физ. культуры и спорта Белгор. обл. – Белгород : БелГУ, 2012. – 154 с.
87. Футбол. Проблемы технической подготовки : монография / В. Н. Селуянов [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 104 с.
88. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : [монография] / Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008. – 334 с.
89. Шамонин, А. В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей : монография / А. В. Шамонин. – Екатеринбург : УралГАХА, 2011. – 69 с.
90. Шамонин, А. В. Футбол: методика проведения занятий : учеб.-метод. пособие / А. В. Шамонин ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Моск. гос. строит. ун-т. – М. : [МГСУ], 2012. – 125 с.
91. Купчинов, Р. И. Физическое воспитание : учеб. пособие для студентов подгот. учеб.-тренировоч. групп учреждений, обеспечивающих получение высш. образования / Р. И. Купчинов. – Минск : ТетраСистемс, 2006. – 352 с.

## НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

92. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.

93. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей

94. 5 дек. 2013 г. : одобр. Советом Респ. 19 дек. 2013 г. : ред. от 9 янв. 2018 г. // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2019.

95. Об установлении перечня должностей, связанных с осуществлением педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 4 авг. 2014 г., № 748 : в ред. от 25.05.2018 г. // КонсультантПлюс Беларусь / ООО «Юрспектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь, Минск, 2019.

96. Об утверждении инструкции об особенностях регулирования труда работников, осуществляющих педагогическую деятельность в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : постановление М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 14 апр. 2008 г., № 14 : в ред. от 29.12.2017 г. // КонсультантПлюс Беларусь / ООО «Юрспектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь, Минск, 2019.

97. Об утверждении Правил безопасности проведения занятий физической культурой и спорта [Электронный ресурс] : постановление М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 31 авг. 2018 г., № 60 // КонсультантПлюс. Беларусь / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2019.

## 5.2. Управляемая самостоятельная работа студентов на занятиях

В современных условиях подготовки специалистов в вузах требуется не только усвоение определенной информации, но и умение самостоятельно добывать знания. Преломляя это положение к организации учебного процесса по физическому воспитанию и спорту, необходимо на занятиях уделять внимание формированию и развитию социально-профессиональной компетентности, позволяющей сочетать академические, профессиональные, социально-личностные компетенции для решения задач в сфере профессиональной и социальной деятельности.

Знания, полученные при освоении программного материала, должны составлять у студентов представление о здоровом образе жизни и обеспечить формирование умений и навыков по физическому совершенствованию в течение всей жизни. Весьма важное значение для понимания сложных явлений учебного процесса имеет мысленная оценка получаемого комплекса знаний и их взаимозависимости.

Учебный процесс теснейшим образом связан с контролем и самоконтролем усвоения информации, с умственной деятельностью. На всех этапах усвоения учебной информации студенты и преподаватель всегда сравнивают, сопоставляют задание с результатом их выполнения.

Контроль результатов и понимание допущенных ошибок в действиях, является одним из главных условий успешного обучения. Деятельность мозга всегда связана с оценкой нужного и ненужного, случайного и необходимого, полезного и вредного. Без этого память человека заполнилась бы ненужными сведениями, что в свою очередь нарушает систему оптимального управления мыслительной деятельности. Комплекс знаний имеет более высокую сущность, чем сумма разрозненной информации.

Сущность управляемой контролируемой самостоятельной работы на занятиях по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» проявляется в деятельностном подходе к использованию студентами достигнутого уровня теоретической, методической и практической подготовленности в их дальнейшей профессиональной деятельности, самостоятельную систематизацию знаний, приобретенных в ходе изучения различных смежных дисциплин.

Самостоятельная работа студентов (СРС) является неотъемлемой составляющей образовательного процесса. Основными ее задачами являются:

- развитие профессиональных компетенций;
- формирование готовности к профессиональному самообразованию;
- углубление и систематизация знаний, умений и навыков студентов;
- формирование интереса к познавательной деятельности;
- освоение способов познавательной деятельности;
- стимулирование личностного и интеллектуального саморазвития творческого отношения к деятельности, развитие гражданской ответственности.

Самостоятельная работа – это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Выделяются два уровня самостоятельной работы студентов:

- аудиторная СРС (самостоятельная работа студентов под контролем преподавателя);
- внеаудиторная СРС (собственно самостоятельная работа).

Аудиторная СРС является составной частью учебных занятий. Выбор ее содержания и формы определяются целью учебного занятия, степенью подготовленности студентов, уровнем материальной оснащенности и т.д.

Внеаудиторные виды СРС включают подготовку к аудиторным занятиям, выполнение курсовых и дипломных работ, подготовку к сдаче зачетов и экзаменов и др. СРС во внеаудиторное время предусматривает работу в библиотеках, в учебно-исследовательских лабораториях, методических кабинетах, студенческих научных кружках, участие в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности и т.д.

Особым видом внеаудиторной СРС является управляемая самостоятельная работа студентов (УСРС) – организованная преподавателем целенаправленная самостоятельная деятельность студентов по системному освоению лично и профессионально значимых знаний, умений и навыков, способов их получения и предъявления.

В учебной программе (рабочий вариант) дисциплины вводится раздел «УСРС». В этот раздел включаются:

- а) темы, которые переводятся из общего объема часов аудиторной работы;
- б) перечень и формы заданий, которые выполняются студентами самостоятельно и сроки их выполнения;
- в) специальные формы контроля.

Основными формами УСРС являются:

- изучение специальной литературы;
- написание тематических докладов, рефератов и т.д.;
- выполнение контрольных заданий.

При таком подходе к организации занятий предполагается не только усвоение знаний, овладение умениями и навыками, но и обращается внимание на способы этого усвоения, на развитие познавательных сил и творческого потенциала студентов, на мышление. Контроль при этом понимается как функция руководства и управление учебной деятельностью студентов, развитие их творческих способностей. Это одна из ведущих функций педагогического управления учебной деятельности студентов, которая реализуется на основе сравнения нормативной модели и реальными промежуточными и конечными результатами.

Привлечение студентов к самостоятельной контролируемой учебной деятельности диктуется одним из основных принципов дидактики – принципом сознательности и активности в обучении. Только то, что становится предметом мыслительной деятельности студентов, по настоящему осознается, хорошо усваивается и способствует приобщению их к сфере физической культуры.

Формы контроля и оценки промежуточных и итоговых результатов УСРС по дисциплине определяются кафедрой. Контроль УСРС осуществляется в определенные кафедрой сроки на консультациях и аудиторных занятиях, но он не

заменяет предусмотренные учебным планом итоговые формы контроля (зачет и экзамен) по дисциплине.

Преподаватели, контролирующие УСРС, составляют и утверждают на кафедре в начале семестра график консультаций и сроки выполнения предусмотренных контрольных мероприятий (в соответствии с рабочим вариантом программы учебной дисциплины).

### 5.3. Требования к оформлению письменных работ (рефератов)

Реферат – это краткое изложение в письменном виде содержания и результатов индивидуальной учебно-исследовательской деятельности, имеет регламентированную структуру, содержание и оформление.

Его задачами являются:

- 1) формирование умений самостоятельной работы студентов с источниками литературы, их систематизация;
- 2) развитие навыков логического мышления;
- 3) углубление теоретических знаний по проблеме исследования.

Текст реферата должен содержать аргументированное изложение определенной темы. Реферат должен быть структурирован (по главам, разделам, параграфам) и включать разделы: введение, основная часть, заключение, список использованных источников. В зависимости от тематики реферата, к нему могут быть оформлены приложения, содержащие документы, иллюстрации, таблицы, схемы и т.д. Реферат содержит следующие разделы:

- 1) введение;
- 2) основная часть;
- 3) заключение;
- 4) литература (список используемых источников);
- 5) приложение.

Во введении указывается обоснование актуальности темы реферата с позиции научной значимости (малая изученность вопроса, его спорность, дискуссионность и проч.), либо современной востребованности.

В основной части кратко и логично излагается теоретический аспект реферируемой проблемы, приводятся результаты исследования, которые подтверждают или ставят под сомнение теоретические положения, аргументируется собственный взгляд на данную проблему.

В заключении автор реферата обобщает положения, высказанные во введении и основной части; формулирует гипотезу о возможности экспериментальной проверки собственной аргументации.

Список используемых источников оформляется по алфавиту: автор, инициалы, название работы, место, название и год издания, общее количество страниц. Список должен содержать не менее пяти публикаций, как правило, за последние четыре- пять лет, включая работы, опубликованные по данной проблеме за последний год.

Объем реферата: 10-15 страниц машинописного текста формата А-4.

Требования к оформлению реферата:

1. Гарнитура печатного шрифта “Times New Roman”, размер шрифта 14 пт, параметры страниц: верх и низ -2,5 мм, слева – 30 мм, справа – 1,5 мм.

Межстрочный интервал выставляется “одиночный” (количество строк на странице от 38 до 42). Количество знаков в строке, включая интервалы, 62 – 65.

2. Обложка (титульный лист). На обложке пишется наименование учебного заведения, факультета, кафедры, номер группы; Ф.И.О. студента, тема; фамилия и

инициалы преподавателя, его ученая степень и/или звание; место и год выполнения работы.

3. В оглавлении приводятся названия структурных компонентов реферата: введение, название пунктов и подпунктов основной части, заключение, список использованных источников с указанием страниц.

4. Нумерация страниц начинается с 3-ей страницы (обложка и оглавление не нумеруются). Расстояние между введением, пунктами основной части, заключением и списком используемых источников одинаковое (2 интервала).

5. Основная часть в зависимости от содержания и логики изложения материала делится на пункты и подпункты.

6. Библиографические ссылки в тексте реферата оформляются в квадратных скобках.

8. Список источников приводится в алфавитном порядке.

9. Приложения следует оформлять как продолжение реферата на его последующих страницах, располагая приложения в порядке появления на них ссылок в тексте реферата.



## 5.4. Глоссарий

Определение понятий и терминов имеет важное значение для проведения занятий на должном профессиональном уровне в образовательных учреждениях, в тренировке спортсменов-игровиков, для взаимопонимания специалистов-преподавателей и тренеров, научных работников. В понятиях и терминах раскрывается предмет изучения и преподавания любой дисциплины, в них концентрируются накапливаемые наукой знания. Понятие считается полным, если в нем сформулированы критерии отличия одного понятия от других, способы его повторения и употребления.

Ниже дается определение основных понятий и терминов, которые используются в учебном процессе по учебной дисциплине «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания».

*Арена стадиона* – основное поле стадиона, имеющее беговые дорожки, секторы для прыжков и метаний, футбольное поле, размеченное специальными линиями согласно правилам соревнований.

*Вид спорта* – соревновательная деятельность, которая характеризуется определенным предметом состязания, особым составом действий и способов ведения спортивной борьбы (спортивной техникой и тактикой).

*Возрастная периодизация* – условное деление жизни человека на возрастные этапы или периоды.

*Волевые качества* – стабильное проявление воли спортсмена в процессе его деятельности, обеспечивающие достижение поставленных целей и эффективное преодоление трудностей, возникающих в спортивной тренировке и спортивных соревнованиях.

*Воля* – сознательная саморегуляция поведения и деятельности, обеспечивающая преодоление препятствий и трудностей на пути к цели.

*Восстановление:*

– постепенный переход физиологических и биохимических функций к исходному состоянию после выполнения работы, после физической нагрузки;

– процесс, происходящий в организме после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических, биохимических и психических функций к дорабочему состоянию.

*Дозирование тренировочной нагрузки* – определение объема тренировочных средств, их интенсивности, объективно необходимой для решения конкретных задач подготовки спортсмена.

*Допинг* – запрещенные фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психологической работоспособности и достижения благодаря этому высокого спортивного результата.

*Зоны физических нагрузок* – режим нагрузки, ограниченный в выполнении упражнения какими-то показателями: физиологическими (пульс, частота дыхания, потребление кислорода, накопления лактата в крови и др.) или педагогическими (скорость, темп, усилия и др.).

*Игровая деятельность* – управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность спортсменов, направленная на достижение победы над соперником в условиях противоборства специфическими средствами и при соблюдении установленных правил.

*Измерение тренировочных нагрузок* – определение величины воздействия упражнений, выраженного в показателях времени, пространства, усилий, числа повторений и т. д.

*Инвентарь* – изделия, изготовленные для занятий спортом.

*Инструктор по спорту* – специалист, организующий и проводящий занятия с населением, наблюдающий за состоянием спортивного сооружения и порядка в нем.

*Интегральная подготовка* – педагогический процесс, направленный на интеграцию тренировочных воздействий технической, тактической, психологической, интеллектуальной и физической подготовки в целостный эффект игровой и соревновательной деятельности.

*Интенсивность тренировочной нагрузки может быть определена как:*

– величина прилагаемых усилий, напряженность функций и сила воздействия нагрузки в каждый момент упражнения или же степень концентрации объема тренировочной работы во времени;

– доля (процент) упражнений (бега), выполняемых с относительно высокой скоростью в общем объеме.

*Календарь спортивных соревнований* – документ, в котором перечислены спортивные соревнования на определенный период времени, места их проведения и другие сведения.

*Кинограмма* – серия кадров, отпечатанных с киноплёнки, раскрывающая технику выполнения упражнения.

*Комбинация:*

– соединение отдельных элементов, упражнений в определенном порядке;

– маневр, система приемов для осуществления сложного замысла. В баскетболе – последовательные действия игроков одной команды (перемещения, передачи, броски, ведение и т. д.), направленные на достижение преимущества над соперником.

*Контратака в спортивных играх* – атака, проводимая в ответ на атакующее действие соперника. В баскетболе – быстрый переход в атаку после потери мяча соперником в ходе нападения.

*Контроль* – процесс, направленный на обеспечение совпадения хода подготовки спортсменов с плановым заданием, координацию и коррекцию компонентов системы подготовки по достижению цели на основе получаемой информации.

*Концепция* – система взглядов на что-нибудь; основная мысль.

*Коррекция* – специфический вид управленческой деятельности педагога, который предполагает комплекс практических мер по устранению расхождений между запланированными и реальными результатами обучения.

*Локомоции* – движения человека, обеспечивающие активное перемещение в пространстве (бег, ходьба, прыжки, плавание и т. д.).

*Максимальная нагрузка* – нагрузка, которая находится на границе имеющихся функциональных способностей организма, но не выходит за пределы его приспособительных возможностей.

*Массовый спорт* – регулярные занятия и участие в соревнованиях представителей различных возрастных групп в доступных им видах спорта с целью укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения, повышения общей и специальной работоспособности, овладения отдельными жизненно необходимыми умениями и навыками, активного отдыха, достижения физического совершенства.

*Медаль* – награда, памятный знак, которым награждаются спортсмены, занявшие в соревнованиях 1-ое место (золотая медаль), 2-е место (серебряная медаль) и 3-е место (бронзовая медаль).

*Мобилизация* – процесс активизации психической деятельности и психофизического состояния спортсмена для успешного выполнения отдельной двигательной задачи или выступления в спортивных соревнованиях.

*Модель* – преднамеренно созданное или найденное подобие (аналог, условный образ или образец) чего-то, рассматриваемого в качестве оригинала (натурального, подлинного, истинного объекта). Моделирование – процесс создания такого рода моделей и оперирование с ними.

*Модель двигательного действия* – биомеханически, физиологически, психологически и эстетически обоснованная техника соревновательного упражнения (связки упражнений, игрового эпизода и т. д.), разработанная и апробированная в соответствующем виде спорта.

*Общая подготовка спортсмена* – сторона содержания его подготовки, которая не сводится к избранному для специализации виду спорта, а расширяет предпосылки успешных занятий избранным видом спорта и содействует совершенствованию в нем на основе обеспечения разностороннего развития спортсмена.

*Общая физическая подготовка (ОФП):*

– неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс физического воспитания, содержание которого ориентировано на то, чтобы создать широкие общие предпосылки успеха в самых различных видах деятельности;

– процесс совершенствования физических качеств (силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости), направленный на всестороннее физическое развитие человека.

*Определение понятия «спорт» имеет различные толкования:*

– игровая, соревновательная деятельность, основанная на использовании физических упражнений и направленная на достижение наивысших результатов;

– составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовке к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека;

Планирование есть процесс выбора направления движения (траектории)

системы подготовки спортсменов и определения средств и методов достижения конечной цели. Это определение содержания деятельности на период времени, лежащий в будущем.

*Планирование и контроль* – основные функции управления.

*Подготовка спортсмена* – многосторонний процесс целесообразного использования всей совокупности факторов (средств, методов и условий), позволяющих направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечить его готовность к спортивным достижениям.

*Прием игры* – обусловленное правилами двигательное действие (технический прием) для ведения игровой и соревновательной деятельности. Выделяют приемы нападения и приемы защиты.

*Прикладные знания* – знания, которые приобретаются в процессе регулярных занятий физической культурой и спортом и могут быть использованы в профессиональной деятельности.

*Прикладные психологические качества* – качества личности, которые способствуют эффективному выполнению профессиональных видов работ. Могут быть сформированы и воспитаны в процессе регулярных занятий физической культурой и спортом.

*Прикладные умения и навыки* – умения и навыки, которые необходимы в конкретной профессиональной деятельности и могут быть сформированы в процессе занятий определенными видами спорта.

*Прикладные физические качества* – свойства (сила, выносливость, быстрота, гибкость), которые имеют наибольшее значение для качественного и эффективного выполнения конкретной профессиональной деятельности.

*Профессиональный спорт* – коммерческо-спортивная деятельность, предусматривающая экономическую эффективность и высокую информационно-развлекательную ценность спортивно-зрелищных мероприятий.

*Психологическая подготовка* – воспитание нравственных, волевых и тех психических качеств, которые адекватны специфике спортивной игры и содействуют формированию личности спортсменов и высокой надежности соревновательной деятельности.

*Система игры* – командное действие, когда конкретизированы действия всех игроков команды в определенный момент игры в нападении или защите.

*Система подготовки* – совокупность взаимосвязанных элементов, образующих целостное единство и ориентированных на достижение цели; комплекс мероприятий, направленных на подготовку спортсменов, отвечающих модельным характеристикам сильнейших спортсменов мира (в конкретной игре) и способных показывать наивысшие спортивные достижения.

*Соревновательная деятельность* – игровая деятельность спортсменов в условиях официальных соревнований.

*Соревновательная деятельность* – совместная деятельность спортсменов, тренеров и специалистов по эффективной реализации тренировочных эффектов в условиях официальных соревнований. По своему содержанию эта деятельность складывается из индивидуальных действий и взаимодействий партнеров по команде

и противодействий индивидуальным и коллективным действиям игроков соперника.

*Соревновательная нагрузка* – объем соревновательной деятельности в определенный промежуток времени, выражается в количестве игр (календарных и контрольных).

*Специальная физическая подготовка:*

– направленный процесс воспитания физических качеств, обеспечивающий развитие тех двигательных способностей, которые наиболее необходимы для данной спортивной дисциплины или профессиональной деятельности;

– разновидность физического воспитания, специализированного применительно к особенностям какой-либо деятельности (профессиональной, спортивной и др.), избранной в качестве объекта углубленной специализации.

*Специально-подготовительные упражнения* – элементы соревновательных действий, их варианты, а также действия, существенно сходные с ними по форме и характеру проявляемых способностей.

*Спорт* – собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, специфические межчеловеческие отношения установленные в сфере этой деятельности, ее общественно значимые результаты, взятые в целом.

*Спорт высших достижений* – систематическая плановая многолетняя подготовка и участие в соревнованиях в избранном виде спорта с целью достижения максимально возможных спортивных результатов, победы на крупнейших спортивных соревнованиях.

*Спортивная организация* – государственное или общественное объединение по физической культуре и спорту (комитет, департамент, федерация, спортивный клуб, спортивное общество и др.).

*Спортивная подготовка* – многосторонний процесс целесообразного использования знаний, средств, методов и условий, позволяющий направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечить необходимую степень его готовности к спортивным достижениям.

*Спортивная форма* – состояние оптимальной готовности к высшему спортивному результату. С каждым годом уровень этой готовности будет изменяться (повышаться).

*Спортивные соревнования* – составная часть системы подготовки спортсменов в игровых видах; с одной стороны, они служат целью тренировки и критерием ее эффективности, с другой – являются эффективным средством специальной соревновательной подготовки.

*Спортивные школы* – специализированные учебно-воспитательные заведения, осуществляющие подготовку спортсменов.

*Спортивный клуб* – общественная или частная организация, объединяющая спортсменов, физкультурников, любителей спорта.

*Способности* – индивидуально-психологические особенности личности, являющиеся условием успешного осуществления определенного рода деятельности.

*Стиль игры* – характерные отличительные особенности игры команды, отдельного игрока, их «почерк».

*Структура подготовленности спортсмена* – отдельные стороны

подготовленности спортсмена, определяющие уровень спортивных достижений, а именно: физическую, техническую, тактическую и психологическую подготовленность.

*Структура соревнований по спортивной игре* – разнообразные виды соревнований, упорядоченные иерархически по определенным признакам: масштабу, уровню мастерства и возрастному цензу.

*Структура соревновательной деятельности* – набор атакующих и оборонительных действий и операций, которые выполняют спортсмены обеих команд в специфических условиях противоборства. Компоненты структуры органически связаны между собой, образуя целостное единство соревновательной деятельности двух противоборствующих команд.

*Тактика игры* – теоретические основы и совокупность тактических действий – индивидуальных и коллективных (групповых и командных), направленных на достижение победы над соперником.

*Тактическая комбинация* – групповое действие с четким определением сюжета для участвующих игроков. Типична для нападения, каждая комбинация имеет кодовое название, жест.

*Тактическая подготовка* – педагогический процесс, направленный на совершенное освоение спортсменами теории тактики и тактических действий, обеспечивающих высокую эффективность в игровой и соревновательной деятельности.

*Тактическое действие* – рациональное использование приемов игры, метод организации соревновательной деятельности спортсменов для победы над соперником. Выделяют индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.

*Теоретическая (интеллектуальная) подготовка* – вооружение спортсменов специальными знаниями, повышающими эффективность обучения спортивным играм, решение задач тренировочной и соревновательной деятельности.

*Техника игры* – совокупность приемов игры для осуществления игровой и соревновательной деятельности с целью достижения выигрыша, победы. Выделяют технику нападения (атаки) и технику защиты (обороны).

*Техническая подготовка* – педагогический процесс, направленный на совершенное освоение спортсменами приемов игры и обеспечивающий надежность навыков в игровой и соревновательной деятельности.

*Тренажеры* – учебно-тренировочные устройства для развития двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости), совершенствования спортивной техники и анализаторных функций организма.

*Тренировочная деятельность* – совместная деятельность тренера, спортсменов, коллектива специалистов по успешному достижению целей тренировки.

*Тренировочная нагрузка* – прибавочная функциональная активность организма (относительно уровня покоя или другого исходного уровня), вносимая выполнением тренировочных упражнений, и степень преодолеваемых при этом трудностей.

*Управление* – процесс по обеспечению достижения цели системы подготовки

спортсменов на основе получения, передачи и переработки информации, выработки и принятия решений. Выделяют управление подготовкой спортсменов, управление их тренировкой и управление соревновательной деятельностью команды и отдельных игроков.

*Физическая подготовка* – педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей, повышение функциональных возможностей, укрепление опорно-двигательного аппарата, обеспечивающих эффективное овладение навыками игры и способствующих высокой надежности игровых действий.

*Физические качества* – отдельные качественные проявления физических способностей (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, скоростно-силовых, координационных).

*Физические способности* спортсменов – индивидуальные особенности личности, создающие условия для успешного овладения и осуществления ими игровой и соревновательной деятельности. В значительной мере предопределены генетически.

*Чемпион* – спортсмен или команда-победитель соревнований в каком-либо виде спорта или в отдельном виде спортивных соревнований.

*Чемпионат* – официальные соревнования, розыгрыш первенства в каком-либо виде спорта с целью выявления победителя – чемпиона (спортсмена, команды) и распределения последующих мест.