**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной работе

ГГУ имени Ф. Скорины

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Семченко

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(дата утверждения)

Регистрационный № УД-\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / уч.

**СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

**И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ**

**Учебная программа учреждения высшего образования по дисциплине государственного компонента для специальности**

**1-03 02 01 «Физическая культура»**

2015

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования ОСВО 1-03 02 01-2013 и учебного плана специальности 1-03 02 01 Физическая культура

(рег. номер А-03-02-13 от 26.08.2013)

**Составители:**

А.П. Маджаров – ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины», С.Н. Кулешов – ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины», В.В. Макаревич – ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины», Н.С. Мартьянов – ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины».

Рецензенты:

**С.Л.Володкович –** заведующая кафедрой «Физическое воспитание и спорт№ учреждения образования «Гомельский государственный технический университет им.П.О.Сухого», кандидат педагогических наук, доцент

**С.В.Севдалев –** заведующий кафедрой теории и методики физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины», кандидат педагогических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

(протокол № \_\_ от \_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_);

Научно-методическим советом учреждения образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»

(протокол № \_\_ от \_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_);

Пояснительная записка

Профессиональная подготовка физкультурных кадров предполагает овладение студентами системой специальных знаний, умений и навыков. Спортивные и подвижные игры популярны среди всех категорий населения благодаря их разностороннему воздействию на организм человека. Они служат эффективным средством физического воспитания в широком возрастном диапазоне. В начальной школе подвижные игры являются одним из основных средств физического воспитания в силу своей специфики. Это, прежде всего, эмоциональность занятий, творчество, самостоятельность, коллективность, развитие мышления. Спортивные и подвижные игры используются в учреждениях общего и профессионального образования, в системе дополнительного образования, в тренировке спортсменов практически всех видов спорта. Изучение данного курса позволит будущим преподавателям физической культуры овладеть системой знаний, сформировать практические умения и навыки, необходимые для самостоятельного проведения занятий по спортивным и подвижным играм и широко использовать их в своей профессиональной деятельности. В процессе изучения данной дисциплины предусматривается взаимосвязь с дисциплинами: «Теория и методика физического воспитания», «Теория спорта» «Педагогика», «Легкая атлетика и методика преподавания», «Гимнастика и методика преподавания», «Физиология».

Целью дисциплины является обучение профессиональной деятельности при опоре на специфику спортивных и подвижных игр.

Задачами дисциплины являются:

* овладение специальными знаниями о спортивных и подвижных играх;
* овладение методикой организации и проведения подвижных игр;
* овладение методикой обучения и совершенствования технических приемов и тактических действий в спортивных играх.
* формирование навыков судейства спортивных игр;
* формирование профессионально важных личностных качеств будущих педагогов, способствующих эффективному применению игрового метода в своей профессиональной деятельности.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

– правила безопасности проведения занятий по спортивным играм;

– историю возникновения и развития игровых видов спорта;

– правила игры и методику судейства;

– классификацию техники и тактики;

– особенности содержания и методики проведения подвижных игр;

уметь:

– определять наиболее эффективные двигательные задания для освоения техники и тактики игры;

– составлять документы планирования и проводить занятия по спортивным играм;

– организовывать, проводить и осуществлять судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятий;

владеть:

– техникой и методикой обучения спортивным играм;

– методикой организации и проведения учебных, учебно-тренировочных, оздоровительно-массовых занятий по спортивным и подвижным играм.

– методикой организации и проведения соревнований по спортивным играм, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий с преимущественным использованием спортивных и подвижных игр.

Учебная дисциплина государственного компонента «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» изучается студентами 1,2,3 и 4 курса дневной формы обучения. Общее количество часов – 594; аудиторное количество часов – 320, из них: лекции – 40 часов, семинарские занятия – 60 часов, практические занятия – 220 часов. Формы отчетности – зачета в 1, 2, 4 и 6 семестре, и 2 экзамена в 3 и 7 семестрах.

Учебная дисциплина государственного компонента «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» изучается студентами 1-5 курса заочного факультета специальности 1-03 02 01 «Физическая культура» Общее количество часов – 594; аудиторное количество часов – 70, из них: лекции – 14 часов, практические занятия – 56 часов. Формы отчетности – 4 зачета в 1, 2, 6 и 8 семестре, и 2 экзамена в 4 и 9 семестрах.

Учебная дисциплина государственного компонента «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания» изучается студентами 1-4 курса заочного факультета специальности 1-03 02 01 «Физическая культура» обучающихся по интегрированному плану на основе среднего специального образования. Общее количество часов – 594; аудиторное количество часов – 50, из них: лекции – 12 часов, практические занятия – 38 часов. Формы отчетности – в 1 семестре 2 зачета, и по одному в 4 и 5 семестрах, и 2 экзамена во 2 и 7 семестрах.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

**Раздел 1 ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

**Тема 1 ИГРА КАК ВИД ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Сущность понятия «игра», основные теории, которые рассматривают понятия игра. Игровая деятельность в жизни человека, признаки игровой деятельности. Игровой метод в обучении и воспитании. Сущность понятия подвижная игра, соотношение понятий подвижная и спортивная игра.

**Тема 2 ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Место и значение подвижных игр в трудах П.Ф. Лесгофта. Характеристика подвижных игр (содержание, форма, методические особенности). Классификация подвижных игр. Подвижные игры как средство решения оздоровительных, образовательных, воспитательных, прикладных задач физического воспитания. Физическая рекреация и реабилитация с помощью подвижных игр. Проектирование комплексов подвижных игр.

**Тема 3 МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР С УЧАЩИМИСЯ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА**

Основные этапы проведения подвижных игр (подготовительный, основной и заключительный). Методика проведения игровых упражнений и эстафет. Методика оформления игровой карточки. Методические основы проведения подвижных игр в начальной школе. Методические основы проведения подвижных игр с учащимися 5 – 9 классов. Проведения подвижных игр с учащимися 10-11 классов.

**Раздел 2 БАСКЕТБОЛ**

**Тема 1 ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА И ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ**

Из истории игры. Возникновение баскетбола. Развитие баскетбола. Современное представление об игре. Правила игры, оборудование и инвентарь. Основные понятия и термины. Методика судейства. Соревновательная деятельность и система соревнований. Установка на игру. Ведение игры. Информационное и материальное обеспечение системы тренировки. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса. Техника безопасности при организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований. Значение и место баскетбола как вида в современном и спортивном движении.

**Тема 2 ТЕХНИКА ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ**

Классификация техники игры. Техника нападения. Техника передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча. Передача мяча. Ведение мяча. Броски в корзину. Техника защиты. Передвижения. Техника овладения мячом и противодействие. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание при броске. Отбивание мяча при броске в прыжке. Овладение мячом в борьбе за отскок у своего счета. Финты и сочетание приемов. Обучение приемам техники нападения и защиты.

**Тема 3 ТАКТИКА ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ**

Основные закономерности спортивно-технического мастерства. Функции игроков. Классификация тактики игры. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие двух игроков. Взаимодействие трех игроков. Командные действия. Обучение тактическим действиям в нападении. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Обучение тактическим действиям в защите. Виды спортивной подготовки. Физическая, техническая, тактическая и игровая подготовка. Общая характеристика методики обучения в баскетболе. Организация занятий и соревнований.

**Раздел 3 ГАНДБОЛ**

**Тема 1 ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГАНДБОЛА И ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ**

Возникновение и развития игры. Создание международных объединений. Современное состояние гандбола в мире, Белоруссии, Гомельской области. Основные правила игры, специфические термины и понятия. Методика судейства. Тенденции развития гандбола. Влияние занятий гандболом на физическое развитие. Организационно-методические требования безопасности и предупреждение при занятиях гандболом, организация занятий и соревнований.

**Тема 2 ТЕХНИКА ИГРЫ В ГАНДБОЛ**

Структура процесса обучения. Методы обучения и последовательность структуры обучения и совершенствование игровых приемов. Классификация техники. Техника полевого игрока. Техника нападения. Перемещения. Владение мячом. Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Одноударные и многоударные. Бросок и его разновидности. Техника защиты. Перемещения. Противодействие владению мячом. Блокирование. Выбивание. Перехват. Техника вратаря. Техника защиты. Техника нападения.

**Тема 3 ТАКТИКА ИГРЫ В ГАНДБОЛ**

Классификация тактики. Тактика полевого игрока. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Применение ведения. Применение передачи. Применение бросков. Финты. Уходы. Параллельные действия. Скрестные действия. Заслон. Командные действия. Стремительное нападение. Позиционное нападение. Системы нападения. Правила тактики командных действий нападения. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Опека без мяча. Опека игрока с мячом. Финт перемещением. Финт блокированием. Применение блокирования. Групповые действия. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Разбор. Командные действия. Личная защита. Зонная защита и ее системы. Смешанная защита. Тактика вратаря. Индивидуальные действия. Выбор позиции. Финты. Взаимодействия с защитниками. Правила командных действий защиты. Структура и методика обучения тактике игры.

**Раздел 4 ВОЛЕЙБОЛ**

**Тема 1 ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА И ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ**

Из истории игры. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания. Виды волейбола. Результаты отечественных волейболистов в международных соревнованиях, чемпионатах страны. Правила игры и их изменения. Методика судейства. Оборудование и инвентарь. Правила и организация соревнований. Правила безопасности и оказание первой помощи. Изменение игры в связи с изменением правил игры. Организация занятий по волейболу в общеобразовательной школе, ДЮСШ, коллективах физкультуры.

**Тема 2 ТЕХНИКА ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ**

Естественная координация - основа рациональной техники игры в волейбол. Взаимозависимость техники и тактики. Классификация техники игры. Техника игры в нападении. Передача двумя руками сверху. Сверху в опорном положении. Сверху в прыжке. Сверху в падении. Снизу. Подачи. Верхние прямые. Верхние боковые. В прыжке. Нижние. Атакующие удары. Прямые. Боковые. С переводом. Обманные. Перемещения. Стойки. Шагом. Бег. Двойной шаг, скачок. Прыжки. Падения. Прием. Снизу двумя в опорном положении. Снизу одной в опорном положении. Снизу двумя в падении. Снизу одной в падении. Блокирование. Индивидуальное. Групповое вдвоем. Групповое втроем. Техника игры в защите. Взаимосвязь техники приема и передачи.

**Тема 3 ТАКТИКА ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ**

Тактика игры и ее классификация. Индивидуальные тактические командные действия. При выполнении передач для атакующих действий. При подаче. При атакующем ударе. Групповые тактические действия. Между игроками передней и задней линии, задней линии, передней линиями. Командные тактические действия. С первой передачи. Со второй передачи. Игроками разных линий. Тактика защиты. Выбор места. При приеме подачи. При атакующем ударе. При блокировании. Групповые действия. При приеме от блока, подачи, атакующего удара. Командные тактические действия. При приеме атакующих ударов «в линию», «углом назад», «углом вперед». Страховка атакующего игрока. Способы и методы обучения тактическим действиям. Физическая подготовка волейболистов. Обучение соревновательной деятельности.

**Раздел 5 Футбол**

**Тема 1 ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ФУТБОЛА**

Из истории игры. История развития футбола в республике Беларусь. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания. Результаты отечественных футболистов в международных соревнованиях, чемпионатах страны.

**Тема 2 ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ**

Правила игры и их изменения. Оборудование и инвентарь. Правила и организация соревнований. Правила безопасности и оказание первой помощи. Методика судейства. Организация занятий по футболу в общеобразовательной школе, ДЮСШ, коллективах физкультуры.

**Тема 3 ТЕХНИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ ПОЛЕВОГО ИГРОКА**

Классификация техники игры. Техника игры в нападении. Стойки. Перемещения. Техника владения мячом. Удары: ногой – внешней и внутренней стороной стопы; внешней средней и внутренней частью подъема; носком; пяткой; головой. Ведение внешней, средней и внутренней частью подъема, носком и внутренней стороной стопы. Передачи ногой, головой. Остановки. Взаимосвязь техники приема и передачи. Финты. Техника игры в защите. Отбор мяча. Взаимозависимость техники и тактики.

**Тема 4 ТАКТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ ПОЛЕВОГО ИГРОКА**

Тактика игры и ее классификация. Индивидуальные тактические командные действия. При выполнении атакующих и защитных действий. Групповые тактические действия в нападении и защите. Взаимодействия между игроками линии нападения, линии полузащиты, линии защиты. Командные тактические действия в нападении и защите. Системы игры.

**Тема 5 ТЕХНИКА И ТАКТИКА ВРАТАРЯ В ФУТБОЛЕ**

Техника игры вратаря в нападении и защите. Действия вратаря при организации контратаки. Действия вратаря при выполнении стандартов. Игра в воротах, игра на выходе, игра при выполни пенальти. Игровые приемы, выполняемые руками.

**Тема 6 ВРАЧЕБНЫЙ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФУТБОЛОМ**

Медицинское обеспечение тренировочных занятий и соревнований. Участие в работе мандатной комиссии. Контроль за санитарным состоянием мест соревнований, тренировок, размещения и питания участников. Наблюдение врача за участниками соревнований. Медицинская помощь заболевшим или травмированным участникам соревнований. Общая характеристика травм и повреждений. Причины возникновения спортивных травм (внешние, внутренние). Специфичность травм в футболе. Педагогические, психологические и медико-биологические средства восстановления.

**Раздел 6 СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

**Тема 1 ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**

Место и роль подвижных игр в дошкольных учреждениях. Методика проведения подвижных игр в дошкольных учреждениях. Определение и специфика подвижной игры. Подвижная игра как средство гармоничного развития ребенка. Характеристика детей дошкольного возраста.

**Тема 2 СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ, ДЮСШ И СДЮСШОР**

Характеристика детей школьного возраста. Методические особенности использования подвижных игр в режиме учебного и продленного дня Методика проведения подвижных игр, игр-эстафет, встречных эстафет, игровых упражнений в различных формах внеклассной работы по физическому воспитанию в школе. Организация и проведение соревнований по спортивным играм. Использование подвижных и спортивных игр в ДЮСШ и СДЮШОР. Спортивные игры в группах начальной подготовки, в учебно-тренировочных группах, в группах спортивного совершенствования. Проведение учебно-тренировочного занятия в ДЮСШ по баскетболу, гандболу, волейболу, футболу. Планирование учебно-тренировочных занятий. Педагогический контроль подготовленности игровиков.

## Учебно-методическая карта дисциплины

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | | | Количество часов  УСР | Форма контроля  знаний |
| Лекции | Практические  занятия | Семинарские  занятия | Лабораторные  занятия | Иное |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **1курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| **1** | **Раздел 1 Подвижные игры** | **6** | **48** |  |  |  |  |  |
| 1 | *Игра как вид человеческой деятельности*  1. Сущность понятия «игра», основные теории, которые рассматривают понятия игра  2. Игровая деятельность в жизни человека, признаки игровой деятельности.  3. Игровой метод в обучении и воспитании.  4.Классификация подвижных игр | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2 | *Педагогические основы подвижных игр*  1. Сущность понятия подвижная игра, соотношение понятий подвижная и спортивная игра.  2. Место и значение подвижных игр в трудах П.Ф. Лесгофта.  3. Характеристика подвижных игр (содержание, форма, методические особенности). | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3 | *Методические особенности использования подвижных игр с* *учащимися различного возраста*  1. Методические основы проведения подвижных игр в начальной школе.  2. Методические основы проведения подвижных игр с учащимися 5 – 9 классов.  3. Проведения подвижных игр с учащимися 10-11 классов.  4.Основные этапы проведения подвижных игр (подготовительный, основной и заключительный).  5. Методика оформления игровой карточки | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | Проведение подвижных игр в младшей группе дошкольников |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.2 | Проведение подвижных игр в средней группе дошкольников |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.3 | Проведение подвижных игр в старшей группе дошкольников |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.4 | Проведение подвижных игр 1 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.5 | Проведение подвижных игр 2 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.6 | Проведение подвижных игр 3 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.7 | Проведение подвижных игр 4 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.8 | Проведение подвижных игр 5 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.9 | Проведение подвижных игр 6 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.10 | Проведение подвижных игр 7 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.11 | Проведение подвижных игр 8 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.12 | Проведение подвижных игр 9 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.13 | Проведение подвижных игр 10 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.14 | Проведение подвижных игр 11 в классе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.15 | Проведение подвижных игр на уроках по легкой атлетике |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.16 | Проведение подвижных игр на уроках по плаванию |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.17 | Проведение подвижных игр на уроках по единоборствам |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.18 | Проведение подвижных игр на уроках гимнастике |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.19 | Проведение подвижных игр на уроках баскетболу |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.20 | Проведение подвижных игр на уроках волейболу |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.21 | Проведение подвижных игр на уроках гандболу |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.22 | Проведение подвижных игр на уроках по футболу |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.23 | Проведение подвижных игр в оздоровительном лагере |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 3.24 | Проведение подвижных игр в спортивном лагере |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
|  | *Итого* | 6 | 48 |  |  |  |  | 52 |
| **1 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
| **2** | **Раздел 2 Баскетбол** | **6** | **50** | **4** |  |  |  |  |
| 1 | *История развития баскетбола и основные правила игры*  1. История развития баскетбола  2. Правила игры в баскетбол  3. Современное состояние игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *История развития игры*  1. История развития баскетбола в мире  2. История развития баскетбола в Республике Беларусь  3. История развития баскетбола в Гомельской области |  |  | 2 |  |  |  | Защита рефератов |
| 1.2 | *Правила игры в баскетбол*  1. Эволюция правил  2. Правила соревнований  3. Методика судейства |  |  | 2 |  |  |  | Письменное тестирование |
| 2 | *Техника игры в баскетбол*  1. Классификация техники  2. Техника игры в защите  3. Техника игры в нападении | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | 1. Стойки игрока в нападении и защите.  2. Вышагивание и повороты.  3. Способы перемещения по площадке |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.2 | 1. Разновидности перемещений.  2. Техника владения мячом.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.3 | 1. Остановка "шагами", "прыжком".  2. Способы ловли мяча.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | 1. Разновидности передачи мяча.  2. Ведение мяча.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.5 | 1. Передача мяча в движении, двумя руками от груди.  2. Сочетание приема: Ловля-остановка, поворот- передача.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.6 | 1. Передача мяча со сменой мест.  2. Ознакомление со штрафным броском.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.7 | 1. Совершенствование ловли и передаче мяча двумя руками от груди.  2. Передача мяча одной рукой от плеча сверху.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.8 | 1. Бросок двумя руками снизу.  2. Индивидуальные действия в защите.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.9 | 1. Обманные движения (финты).  2. Индивидуальные действия игрока в нападении.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.10 | 1. Бросок одной рукой от плеча сверху на месте.  2. Совершенствование передачи двумя руками от груди.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.11 | 1. Подбор мяча  2. Перехват мяча  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.12 | 1. Совершенствование ведения мяча  2. Совершенствование постановки заслона  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.13 | 1. Совершенствование штрафного броска  2. Совершенствование дриблинга  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.14 | 1. Совершенствование 3-очкового броска  2. Совершенствование передачи мяча двумя руками из-за головы  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.15 | 1. Совершенствование финтов  2. Совершенствование блокирования  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3 | *Тактика игры в баскетбол*  1. Классификация тактики игры  2. Тактика защиты  3. Тактика нападения | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | 1. Личная система защиты.  2. Передвижения в защитной стойке.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.2 | 1. Передача мяча в парах и тройках в движении.  2. Атака быстрым прорывом.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.3 | 1. "Малая восьмерка".  2. Взаимодействие игроков при численном неравенстве.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.4 | 1. Групповые действия двух игроков (заслон, наведение).  2. Дриблинг-бросок правой и левой рукой.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.5 | 1. Групповые действия трех игроков ("треугольник").  2. Передвижение мяча с последующим броском одной рукой от плеча в движении  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.6 | 1. Групповые действия трех игроков ("скрестный выход").  2. Передачи мяча с последующим броском одной рукой от плеча в движении  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.7 | 1. "Большая" восьмерка в цикле трех атак.  2. Тест - штрафных бросков.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.8 | 1. Атака с ходу (контратака) и ее разновидности.  2. Броски в прыжке в движении.  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.9 | 1. Личная система защиты.  2. Переключение и подстраховка.  3. Комбинация: дриблинг-бросок |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 3.10 | 1. Учебная игра на один щит (3x3, 4х4х).  2. Личный прессинг.  3. Тест - передача двумя руками от груди.  4. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого | 6 | 50 | 4 |  |  |  | 60 |
| **2 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| **3** | **Раздел 3 Гандбол** | **6** | **34** | **4** |  |  |  |  |
| 1 | *История развития гандбола и основные правила игры*  1. История развития гандбола  2. Правила игры в гандбол  3. Современное состояние игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *История развития игры*  1. История развития гандбола в мире  2. История развития гандбола в Республике Беларусь  3. История развития гандбола в Гомельской области |  |  | 2 |  |  |  | Защита рефератов |
| 1.2 | *Правила игры в гандбол*  1. Эволюция правил  2. Правила соревнований  3 Методика судейства |  |  | 2 |  |  |  | Письменное тестирование |
| 2 | *Техника игры в гандбол*  1. Классификация техники  2. Техника игры в защите  3. Техника игры в нападении | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3 | *Тактика игры в гандбол*  1. Классификация тактики игры  2. Тактика нападения  3. Тактика защиты | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | 1. Совершенствование обманных действий в нападении  2. Совершенствование групповое блокирование  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.2 | 1. Ловля мяча одной рукой  2. Совершенствование броска в падении  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.3 | 1. Совершенствование одноударного и многоударного ведения  2. Передача и ловля мяча при встречных перемещениях  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.4 | 1. Совершенствование передачи мяча в движении  2. Совершенствование бросков с позиции крайнего игрока  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.5 | 1. Совершенствование перехвата мяча, группового блокирования  2. Совершенствование бросков с позиции полусреднего игрока  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.6 | 1. Совершенствование индивидуальных действий игрока в нападении  2. Совершенствование бросков с позиции центрального и линейного игрока  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.7 | 1. Совершенствование игры вратаря на выходе  2. Совершенствование бросков с отрыва  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.8 | 1. Совершенствование передачи в отрыв  2. Совершенствование скрытых передач  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.9 | 1. Взаимодействие в парах в нападении  2. Взаимодействие в парах в защите  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.10 | 1. Взаимодействие в тройках в нападении  2. Взаимодействие в тройках в защите  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.11 | 1. Взаимодействие с вратарем  2. Применение выхода на игрока  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.12 | 1. Переход от защиты в нападение  2. Контратака  3. Взаимодействие при равных составах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.13 | 1. Личная система защиты  2. Передвижение при личной системе защиты  3. Опека выбором места, плотная в «своей» зоне, на своей половине, по всей площадке |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.14 | 1. Взаимодействие при передачах, ловле и бросках мяча  2. Быстрый отрыв  3. Параллельное, скрестное взаимодействие |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.15 | 1. Противодействие и овладение мячом  2. Групповые тактические действия в нападении  3. Позиционная игра в нападении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.16 | 1. Разновидности зонной системы защиты  2. Взаимодействия при численном неравенстве  3. Совершенствование технико-тактического взаимодействия |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 3.17 | 1. Практическое задание  2. Применение тактических действий в учебной игре  3. Двухстороння игра с методикой судейства |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого | 6 | 34 | 4 |  |  |  | 44 |
| **2курс 2семестр** | | | | | | | | |
| **4** | **Раздел 4 Волейбол** | **6** | **34** | **2** |  |  |  |  |
| 1 | *История развития волейбола и основные правила игры*  1. История развития волейбола  2. Правила игры в волейбол  3. Современное состояние игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *История развития игры*  1. История развития волейбола в мире  2. История развития волейбола в Республике Беларусь  3. История развития волейбола в Гомельской области |  |  | 2 |  |  |  | Защита рефератов |
| 2 | *Техника игры в волейбол*  1. Классификация техники  2. Техника игры в защите  3. Техника игры в нападении | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | 1. Стойки  2. Перемещения  3. Передача мяча сверху двумя руками  4. Проведение подвижной игры «Салки» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.2 | 1. Совершенствование перемещений и стоек  2. Проведение подвижной игры  3. Передача мяча сверху двумя руками за голову |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.3 | 1. Совершенствование передачи мяча двумя руками  2. Передача мяча после перемещения  3. Проведение подвижной игры «Мяч капитану» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | 1. Передача мяча сверху в движении  2. Передача мяча над головой  3. Нижняя прямая подача |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.5 | 1. Совершенствование передачи мяча на месте и в движении  2. Совершенствование нижней прямой подачи  3. Подвижная игра «Пионербол» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.6 | 1. Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками на месте и в движении  2. Прием и передача мяча снизу двумя руками.  3. Нижняя боковая подача |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.7 | 1. Прием мяча от нападающих ударов с различных зон  2. Прием подач с последующей передачей в зону №2  3. Двухстороння игра с элементами судейства |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.8 | 1. Одиночное блокирование  2. Совершенствование нападающего удара  3. Двухстороння игра с соблюдением правил соревнований |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.9 | 1. Совершенствование подач  2. Совершенствование передач  3. Совершенствование атакующих ударов |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3 | *Тактика игры*  1. Классификация тактики  2. Тактика нападения  3. Тактика защиты | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | 1. Выбор места при игре в нападении.  2. Индивидуальные тактические действия при передаче.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.2 | 1. Индивидуальные тактические действия при подаче.  2. Индивидуальные тактические действия при атакующем ударе.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.3 | 1. Взаимодействия между игроками передней линии в нападении.  2. Взаимодействия между игроками задней линии в нападении.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.4 | 1. Взаимодействия между игроками передней и задней линий в нападении.  2. Взаимодействия между игроками задней и передней линий в нападении.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.5 | 1 Нападающие действия со второй передачи игроком передней линии.  2. Нападающие действия со второй передачи игроком, выходящим к сетке с задней линии.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.6 | 1. Выбор места при игре в защите.  2. Индивидуальные тактические действия при приеме подачи.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.7 | 1. Индивидуальные тактические действия при приеме атакующего удара.  2. Индивидуальные тактические действия при блокировании.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 3.8 | 1. Групповые тактические действия при блокировании вдвоем, втроем.  2. Групповые тактические действия при приеме от блока.  3. Практическое задание.  4. Двухсторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 42 |
| **3курс 1семестр** | | | | | | | | |
| **5** | **Раздел 5 Футбол** | **12** | **40** | **28** |  |  |  |  |
| 1 | *История развития футбола*  1. История развития футбола в мире  2. История развития футбола в Республике Беларусь  3. История развития футбола в Гомельской области | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *История Чемпионатов мира по футболу*  1. Победители чемпионатов мира  2. Лучшие игроки  3. Современное состояние игры |  |  | 2 |  |  |  | Защита рефератов |
| 1.2 | *Развитие футбола в республике Беларусь*  1. Национальный чемпионат  2. Кубок Республики Беларусь  3. Выступление сборной и клубных команд |  |  | 2 |  |  |  | Защита рефератов |
| 2 | *Основные правила игры в футбол*  1. Эволюция правил  2. Правила соревнований  3. Методика судейства | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | *Правила соревнований мини-футбола, футзала*  1. Изменения правил  2. Правила мини-футбола  3. Правила футзала |  |  | 2 |  |  |  | Письменное тестирование |
| 2.2 | *Методика судейства*  1. Судейские жесты  2. Советы и рекомендации по судейству сложных игровых моментов  3. Написание теста |  |  | 2 |  |  |  | Письменное тестирование |
| 3 | *Техника игры в футбол полевого игрока*  1. Классификация техники  2. Техника нападения  3. Техника защиты | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | 1. Техника передвижения без мяча.  2. Бег, прыжки, повороты, остановки  3. Различные сочетания бега  4. Подвижные игры, старты, ускорения |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.2 | 1. Техника передвижения без мяча  2. Сочетание бега и прыжков, бега и остановок, бега и поворотов  3. Подвижные игры |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.3 | 1. Удар по мячу ногой  2. Остановка мяча подошвой  3. Передача мяча на месте и движении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.4 | 1. Удар серединой подъема  2. Остановка мяча внутренней стороной стопы  3. Удары на расстояния  4. Игры и игровые упражнения |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.5 | 1. Удар внутренней и внешней стороной стопы по неподвижному мячу  2. Остановка мяча внешней стороной стопы  3. Подвижные игры с применением технических приемов футбола |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.6 | 1. Удар по мячу носком, пяткой  2. Совершенствование остановок внутренней и внешней стороной стопы  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.7 | 1. Ведение мяча ногой по прямой, по дуге, внешней стороной стопы  2. Сочетание приема мяча, ведения и передачи  3. Совершенствование удара по мячу носком, пяткой |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.8 | 1. Обманные движения (финты), фазы выполнения финта.  2. Изучение финтов «уходом», финт ударом, телом, изменением скорости движения, фамильные финты  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.9 | 1. Удар по мячу головой в опорном положении и в прыжке  2. Остановка мяча грудью, бедром  3. Подвижные игры для закрепления двигательного навыка игры головой |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.10 | 1. Сочетание ведения и финтов  2. Совершенствование изученных ударов  3. Двухсторонняя игра с применением финтов 1  4. Отбор мяча |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.11 | 1. Методика проведения подвижных игр с элементами футбола в 1-4 классах  2. Составление план конспектов |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 3.12 | 1. Методика проведения уроков по футболу в 5-8 классах  2. Составление план конспектов |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 3.13 | 1. Методика проведения уроков по футболу в 9-11 классах  2. Составление план конспектов |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 3.14 | 1. Методика проведения учебно-тренировочного занятия  2. Составление план конспектов |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 4 | *Тактика игры в футбол полевого игрока*  1. Классификация тактики  2. Тактика нападения  3. Тактика защиты | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 4.1 | 1. Индивидуальные и групповые действия для отбора мяча  2. Совершенствование остановок мяча ногой, туловищем, головой  3. Игры и игровые упражнения на двигательный навык отбора |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.2 | 1. Стандартные положения, вбрасывание мяча из-за боковой линии, штрафные  2. Совершенствование стандартных положений  3. Построение стенки и выполнение штрафных и свободных ударов |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.3 | 1. Изучение основных средств тактики  2. Индивидуальные действия в атаке  3. Взаимодействие в парах, тройках |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.4 | 1. Обучение групповым действиям в атаке  2. Взаимодействие в парах, тройках, игре в квадрате  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 4.5 | 1. Командные действия в атаке  2. Расстановке игроков защиты, полузащиты и линии нападения, их взаимодействие  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | **Итого** |  |  |  |  |  |  | **54** |
| **3курс 2семестр** | | | | | | | | |
| 4.6 | 1. Групповые и командные тактические действия  2. Взаимодействие в парах, тройках, четверках с целью овладения мячом  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.7 | 1. Основные средства защиты: перехват, организация атаки, персональная защита  2. Взаимодействие игроков линии защиты и полузащиты с целью овладения мячом и организация атаки  3. Двухстороння игра |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.8 | 1. Индивидуальные, групповые, командные действия в атаке  2. Комбинации в фазах, начало атаки, развитие и завершение |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 4.9 | 1. Основные средства тактики в защите  2. Индивидуальные групповые и командные действия в защите |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 5 | *Техника и тактика игры вратаря*  1. Классификация техники и тактики вратаря  2. Техника и тактика защиты  3. Техника и тактика нападения | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 5.1 | 1. Игра вратаря на выходах  2. Игра вратаря при выполнении стандартных положений  3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.2 | 1. Основные средства тактики игры вратаря  2. Игра на линии ворот  3. Организация контратаки |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 5.3 | 1. Изучение систем 1-3-2-5, 1-4-2-4, взаимодействие игроков в них  2. Совершенствование командных действий в защите и нападении  3. Двухсторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 5.4 | 1. Модельные характеристики игры вратаря  2. Модельные характеристики игры команды |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 6 | *Врачебный и педагогический контроль при занятиях футболом*  1. Медицинское обеспечение тренировочных занятий и соревнований  2. Участие в работе мандатной комиссии  3. Контроль за санитарным состоянием мест соревнований, тренировок, размещения и питания участников. | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 6.1 | 1. Наблюдение врача за участниками соревнований  2. Медицинская помощь заболевшим участникам соревнований  3. Медицинская помощь травмированным участникам соревнований |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 6.2 | 1. Общая характеристика травм и повреждений  2. Причины возникновения спортивных травм (внешние, внутренние)  3. Специфичность травм в футболе |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 6.3 | 1. Педагогические средства восстановления  2. Психологические средства восстановления  3. Медико-биологические средства восстановления |  |  | 2 |  |  |  |  |
|  | **Итого** | **4** | **10** | **12** |  |  |  | **26** |
| **4курс 1семестр** | | | | | | | | |
| **6** | **Раздел 6 Спортивные и подвижные игры в системе образования** | **6** | **14** | **22** |  |  |  |  |
| 1 | *Подвижные игры в дошкольных учреждениях*  1. Подвижнее игры в младшей группе  2. Подвижнее игры в средней группе  3. Подвижнее игры в старшей группе | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *Составление комплексов подвижных игр для младшей и средней группы дошкольников* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка комплексов упражнений |
| 1.2 | *Составление комплексов подвижных игр для старшей группы дошкольников* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка комплексов упражнений |
| 1.3 | *Проведение комплексов подвижных игр для дошкольников* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
| 2 | *Спортивные и подвижные игры в общеобразовательной школе, ДЮСШ и СДЮШОР*  1. Баскетбол, гандбол, волейбол и футбол в школе  2. Спортивные игры в ДЮСШ и СДЮШОР | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | *Составление плана-конспекта по баскетболу для учащихся 5-9 классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.2 | *Составление плана-конспекта по баскетболу для учащихся 10- 11классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.3 | *Проведение занятий по баскетболу* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
| 2.4 | *Составление плана-конспекта по гандболу для учащихся 5-9 классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.5 | *Составление плана-конспекта по гандболу для учащихся 10-11классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.6 | *Проведение занятий по гандболу* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
| 2.7 | *Составление плана-конспекта по волейболу для учащихся 5-9 классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.8 | *Составление плана-конспекта по волейболу для учащихся 10-11классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.9 | *Проведение занятий по волейболу* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
| 2.10 | *Составление плана-конспекта по футболу для учащихся 5-9 классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.11 | *Составление плана-конспекта по футболу для учащихся 10-11классов* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 2.12 | *Проведение занятий по футболу* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
| 3.13 | *Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования* |  |  | 2 |  |  |  | Проверка план конспектов |
| 3.14 | *Проведение учебно-тренировочных занятий* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
| 3.15 | *Проведение учебно-тренировочных занятий* |  | 2 |  |  |  |  | Анализ занятия |
|  | **Итого** | **6** | **14** | **22** |  |  |  | **42** |

## Учебно-методическая карта дисциплины

Заочная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | | | Количество часов  УСР | Форма контроля  знаний |
| Лекции | Практические  занятия | Семинарские  занятия | Лабораторные  занятия | Иное |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **1курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| **1** | **Раздел 1 Подвижные игры** | **2** | **10** |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *Игра как вид человеческой деятельности*  1. Сущность понятия подвижная игра, соотношение понятий подвижная и спортивная игра.  2. Классификация подвижных игр  3. Методические особенности использования подвижных игр с учащимися различного возраста | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.2 | Проведение подвижных игр в дошкольных учреждениях |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 1.3 | Проведение подвижных игр в младшей школе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 1.4 | Проведение подвижных игр в средней школе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 1.5 | Проведение подвижных игр в старшей школе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 1.6 | Проведение подвижных игр в оздоровительном лагере |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 12 |
| **1 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
| **2** | **Раздел 2 Баскетбол** | **4** | **8** |  |  |  |  |  |
| 2.1 | *Баскетбол как вид спорта*  1. История развития баскетбола  2. Правила игры в баскетбол  3. Правила игры в стритбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.2 | 1. Техника игры в баскетбол  2. Тактика игры в баскетбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.3 | 1. Стойки игрока в нападении и защите  2. Остановка "шагами", "прыжком"  3. Способы ловли мяча  4. Разновидности передачи мяча |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | 1. Ведение мяча  2. Передача мяча со сменой мест  3. Штрафной бросок  4. Индивидуальные действия в защите |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.5 | 1. Индивидуальные действия игрока в нападении  2. Бросок одной рукой от плеча сверху на месте и в движении  3. Личная система защиты |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.6 | 1. Атака быстрым прорывом  2. Дриблинг-бросок правой и левой рукой  3. Учебная игра на один щит (3x3, 4х4х). |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **2 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
| **3** | **Раздел 3 Футбол** | **4** | **8** |  |  |  |  |  |
| 3.1 | *Футбол как вид спорта*  1. История развития футбола  2. Правила игры  3.Техника игры в футбол  4. Тактика игры в футбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.2 | 1. Бег, прыжки, повороты, остановки  2. Удар по мячу ногой  3. Остановка мяча внутренней стороной стопы  4. Удар внутренней и внешней стороной стопы по неподвижному мячу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.3 | 1. Удар по мячу носком, пяткой  2. Ведение мяча ногой по прямой, по дуге, внешней стороной стопы  3. Обманные движения (финты), фазы выполнения финта  4. Сочетание ведения и финтов |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.4 | 1. Удар по мячу головой в опорном положении, в прыжке  2. Остановка мяча  3. Стандартные положения, вбрасывание мяча из-за боковой линии, штрафные |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.5 | 1. Обучение групповым действиям в атаке, в защите  2. Изучение систем 1-3-2-5, 1-4-2-4, взаимодействие игроков в этих системах  3. Игра вратаря  4. Двусторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | *Волейбол как вид спорта*  1. История развития волейбола  2. Правила игры  3. Техника игры в волейбол  4. Тактика игры в волейбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **3 курс семестр** | | | | | | | | |
|  | **Раздел 4 Гандбол** | **2** | **10** |  |  |  |  |  |
| 4.1 | *Гандбол как вид спорта*  1. История развития гандбола  2. Правила игры  3. Техника игры в гандбол  4. Тактика игры в гандбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 4.2 | 1. Стойки и перемещения в стойке  2. Передача мяча с 1-3 шагов  3. Одноударное и многоударное ведение |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.3 | 1. Бросок мяча в ворота  2.Перехват мяча, блокирование  3. Совершенствование передачи мяча в движении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.4 | 1. Игра вратаря  2. Взаимодействие в парах в нападении и зашите  3. Взаимодействие с вратарем |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.5 | 1. Переход от защиты в нападение  2. Контратака  3. Взаимодействие при равных составах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.6 | 1. Личная система защиты  2. Зонная система защиты  3. Позиционное нападение  4. Двусторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 12 |
| **4 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| **5** | **Раздел 5 Волейбол** |  | **10** |  |  |  |  |  |
| 5.1 | 1. Стойки, перемещения в стойке  2. Передача мяча сверху двумя руками  3. Передача мяча после перемещения |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.2 | 1 Совершенствование перемещений и стоек  2 Передача мяча сверху в движении  3.Передача мяча над головой |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.3 | 1. Нижняя прямая подача. Нижняя боковая подача  2. Прием и передача мяча снизу двумя руками  3. Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками на месте и в движении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.4 | 1. Верхняя прямая подача  2. Совершенствование приема и передачи мяча снизу двумя руками на месте и в движении  3. Подвижная игра «Пионербол» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.5 | 1. Передача мяча за голову  2. Прием мяча с подач  3. Прямой нападающий удар |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| **4 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
|  | **Раздел 5 Волейбол** |  | **10** |  |  |  |  |  |
| 5.6 | 1. Выбор места при игре в защите.  2. Индивидуальные тактические действия при приеме подачи.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.7 | 1. Индивидуальные тактические действия при приеме атакующего удара.  2. Индивидуальные тактические действия при блокировании.  3. Практическое задание. |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.8 | 1. Одиночное блокирование  2. Прием и передача мяча с перекатом на бедро и спину  3. Отбивание мяча у верхнего края сетки кулаком |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.9 | 1. Игра в защите в парах, тройках, четверках  3. Игра в нападении в парах, тройках, четверках  2. Групповой блок |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.10 | 1. Совершенствование игры в нападении  2. Защитные действия «углом вперед», «углом назад»  3. Двухстороння игра с соблюдением правил соревнований |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 20 |
| **5 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| 6 | **Раздел 6 Спортивные и подвижные игры в системе образования** | **2** |  |  |  |  |  |  |
| 6.1 | *Подвижные игры в дошкольных учреждениях*  *Спортивные и подвижные игры в общеобразовательной школе*  *Спортивные игры в ДЮСШ и ДЮСШОР* | 2 |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 2 |

## Учебно-методическая карта дисциплины

Заочная форма обучения (по интегрированному плану на основе среднего специального образования)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | | | Количество часов  УСР | Форма контроля  знаний |
| Лекции | Практические  занятия | Семинарские  занятия | Лабораторные  занятия | Иное |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **1курс 1 семестр (установочная)** | | | | | | | | |
| **1** | **Раздел 1 Подвижные игры** | **2** | **4** |  |  |  |  |  |
| 1.1 | *Игра как вид человеческой деятельности*  1. Сущность понятия подвижная игра, соотношение понятий подвижная и спортивная игра.  2. Классификация подвижных игр  3. Методические особенности использования подвижных игр с учащимися различного возраста | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.2 | Проведение подвижных игр в дошкольных учреждениях |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
| 1.3 | Проведение подвижных игр в школе |  | 2 |  |  |  |  | Проверка карточек |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 6 |
| **1 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| **2** | **Раздел 2 Баскетбол** | **2** | **6** |  |  |  |  |  |
| 2.1 | *Баскетбол как вид спорта*  1. История развития баскетбола  2. Правила игры в баскетбол  3. Техника игры в баскетбол  4. Тактика игры в баскетбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.2 | 1. Стойки игрока в нападении и защите  2. Остановка "шагами", "прыжком"  3. Способы ловли мяча  4. Разновидности передачи мяча |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.3 | 1. Ведение мяча  2. Передача мяча со сменой мест  3. Штрафной бросок  4. Индивидуальные действия в защите |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | 1. Атака быстрым прорывом  2. Дриблинг-бросок правой и левой рукой  3. Учебная игра на один щит (3x3, 4х4х). |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 8 |
| **1 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
| **3** | **Раздел 3 Футбол** | **2** | **4** |  |  |  |  |  |
| 3.1 | *Футбол как вид спорта*  1. История развития футбола  2. Правила игры  3.Техника игры в футбол  4. Тактика игры в футбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3.2 | 1. Бег, прыжки, повороты, остановки  2. Удар по мячу ногой  3. Остановка мяча внутренней стороной стопы  4. Удар внутренней и внешней стороной стопы по неподвижному мячу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3.3 | 1. Удар по мячу носком, пяткой  2. Ведение мяча ногой по прямой, по дуге, внешней стороной стопы  3. Обманные движения (финты), фазы выполнения финта  4. Сочетание ведения и финтов  5. Двусторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 6 |
| **2 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
|  | **Раздел 4 Гандбол** | **2** | **8** |  |  |  |  |  |
| 4.1 | *Гандбол как вид спорта*  1. История развития гандбола  2. Правила игры  3. Техника игры в гандбол  4. Тактика игры в гандбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 4.2 | 1. Стойки и перемещения в стойке  2. Передача мяча с 1-3 шагов  3. Одноударное и многоударное ведение |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.3 | 1. Бросок мяча в ворота  2.Перехват мяча, блокирование  3. Совершенствование передачи мяча в движении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.4 | 1. Игра вратаря  2. Взаимодействие в парах в нападении и зашите  3. Взаимодействие с вратарем |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 4.5 | 1. Личная система защиты  2. Зонная система защиты  3. Позиционное нападение  4. Двусторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 10 |
| **2 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
| **5** | **Раздел 5 Волейбол** | **2** |  |  |  |  |  |  |
|  | *Волейбол как вид спорта*  1. История развития волейбола  2. Правила игры  3. Техника игры в волейбол  4. Тактика игры в волейбол | 2 |  |  |  |  |  |  |
| **3 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
|  |  |  | **8** |  |  |  |  |  |
| 5.1 | 1. Стойки, перемещения в стойке  2. Передача мяча сверху двумя руками  3. Передача мяча после перемещения |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.2 | 1 Нижняя прямая подача. Нижняя боковая подача  2 Передача мяча сверху в движении  3. Прием и передача мяча снизу двумя руками |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.3 | 1. Верхняя прямая подача  2. Индивидуальные тактические действия при игре в защите  3. Индивидуальные тактические действия при игре в нападении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.4 | 1. Игра в защите в парах, тройках, четверках  3. Игра в нападении в парах, тройках, четверках  2. Групповой блок |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 5.5 | 1. Совершенствование игры в нападении  2. Защитные действия «углом вперед», «углом назад»  3. Двухстороння игра с соблюдением правил соревнований |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | **10** |
| **3 курс 2 семестр** | | | | | | | | |
| 6 | **Раздел 6 Спортивные и подвижные игры в системе образования** |  | 8 |  |  |  |  |  |
| 6.1 | Проведение двухсторонней игры по баскетболу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 6.2 | Проведение двухсторонней игры по гандболу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 6.3 | Проведение двухсторонней игры по волейболу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 6.4 | Проведение двухсторонней игры по футболу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| **4 курс 1 семестр** | | | | | | | | |
| 6.1 | *Спортивные и подвижные игры в системе образования*  Подвижные игры в дошкольных учреждениях  Спортивные и подвижные игры в общеобразовательной школе  Спортивные игры в ДЮСШ и ДЮСШОР | 2 |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  | 10 |

**Информационно-методическая часть**

*Примерный перечень практических занятий*

**Раздел 1. Подвижные игры**

Занятие 1

Проведение подвижных игр в младшей группе дошкольников

Занятие 2

Проведение подвижных игр в средней группе дошкольников

Занятие 3

Проведение подвижных игр в старшей группе дошкольников

Занятие 4

Проведение подвижных игр 1 в классе

Занятие 5

Проведение подвижных игр 2 в классе

Занятие 6

Проведение подвижных игр 3 в классе

Занятие 7

Проведение подвижных игр 4 в классе

Занятие 8

Проведение подвижных игр 5 в классе

Занятие 9

Проведение подвижных игр 6 в классе

Занятие 10

Проведение подвижных игр 7 в классе

Занятие 11

Проведение подвижных игр 8 в классе

Занятие 12

Проведение подвижных игр 9 в классе

Занятие 13

Проведение подвижных игр 10 в классе

Занятие 14

Проведение подвижных игр 11 в классе

Занятие 15

Проведение подвижных игр на уроках по легкой атлетике

Занятие 16

Проведение подвижных игр на уроках по плаванию

Занятие 17

Проведение подвижных игр на уроках по единоборствам

Занятие 18

Проведение подвижных игр на уроках гимнастике

Занятие 19

Проведение подвижных игр на уроках баскетболу

Занятие 20

Проведение подвижных игр на уроках волейболу

Занятие 21

Проведение подвижных игр на уроках гандболу

Занятие 22

Проведение подвижных игр на уроках по футболу

Занятие 23

Проведение подвижных игр в оздоровительном лагере

Занятие 24

Проведение подвижных игр в спортивном лагере

**Раздел 2. Баскетбол**

Занятие 1

1. Стойки игрока в нападении и защите.

2. Вышагивание и повороты.

3. Способы перемещения по площадке

Занятие 2

1. Разновидности перемещений.

2. Техника владения мячом.

3. Практическое задание

Занятие 3

1. Остановка "шагами", "прыжком".

2. Способы ловли мяча.

3. Практическое задание

Занятие 4

1. Разновидности передачи мяча.

2. Ведение мяча.

3. Практическое задание.

Занятие 5

1. Передача мяча в движении, двумя руками от груди.

2. Сочетание приема: Ловля-остановка, поворот- передача.

3. Практическое задание.

Занятие 6

1. Передача мяча со сменой мест.

2. Ознакомление со штрафным броском.

3 Практическое задание.

Занятие 7

1. Совершенствование ловли и передаче мяча двумя руками от груди.

2. Передача мяча одной рукой от плеча сверху.

3. Практическое задание

Занятие 8

1. Бросок двумя руками снизу.

2. Индивидуальные действия в защите.

3. Практическое задание

Занятие 9

1. Обманные движения (финты).

2. Индивидуальные действия игрока в нападении.

3. Практическое задание

Занятие 10

1. Бросок одной рукой от плеча сверху на месте.

2. Совершенствование передачи двумя руками от груди.

3. Практическое задание

Занятие 11

1. Подбор мяча

2. Перехват мяча

3. Практическое задание

Занятие 12

1. Совершенствование ведения мяча

2. Совершенствование постановки заслона

3. Практическое задание

Занятие 13

1. Совершенствование штрафного броска

2. Совершенствование дриблинга

3. Практическое задание

Занятие 14

1. Совершенствование 3-очкового броска

2. Совершенствование передачи мяча двумя руками из-за головы

3. Практическое задание

Занятие 15

1. Совершенствование финтов

2. Совершенствование блокирования

3. Практическое задание

Занятие 16

1. Личная система защиты.

2. Передвижения в защитной стойке.

3. Практическое задание

Занятие 17

1. Передача мяча в парах и тройках в движении.

2. Атака быстрым прорывом.

3. Практическое задание

Занятие 18

1. "Малая восьмерка".

2. Взаимодействие игроков при численном неравенстве.

3. Практическое задание

Занятие 19

1. Групповые действия двух игроков (заслон, наведение).

2. Дриблинг-бросок правой и левой рукой.

3. Практическое задание

Занятие 20

1. Групповые действия трех игроков ("треугольник").

2. Передвижение мяча с последующим броском одной рукой от плеча в движении

3. Практическое задание

Занятие 21

1. Групповые действия трех игроков ("скрестный выход").

2. Передачи мяча с последующим броском одной рукой от плеча в движении

3. Практическое задание

Занятие 22

1. "Большая" восьмерка в цикле трех атак.

2. Тест - штрафных бросков.

3. Практическое задание

Занятие 23

1. Атака с ходу (контратака) и ее разновидности.

2. Броски в прыжке в движении.

3. Практическое задание

Занятие 24

1. Личная система защиты.

2. Переключение и подстраховка.

3. Комбинация: дриблинг-бросок

Занятие 25

1. Учебная игра на один щит (3x3, 4х4х).

2. Личный прессинг.

3. Тест - передача двумя руками от груди.

4. Практическое задание

**Раздел 3. Гандбол**

Занятие 1

1. Совершенствование обманных действий в нападении

2. Совершенствование групповое блокирование

3. Практическое задание

Занятие 2

1. Ловля мяча одной рукой

2. Совершенствование броска в падении

3. Практическое задание

Занятие 3

1. Совершенствование одноударного и многоударного ведения

2. Передача и ловля мяча при встречных перемещениях

3. Практическое задание

Занятие 4

1. Совершенствование передачи мяча в движении

2. Совершенствование бросков с позиции крайнего игрока

3. Практическое задание

Занятие 5

1. Совершенствование перехвата мяча, группового блокирования

2. Совершенствование бросков с позиции полусреднего игрока

3. Практическое задание

3 Занятие 6

1. Совершенствование индивидуальных действий игрока в нападении

2. Совершенствование бросков с позиции центрального и линейного игрока

3. Практическое задание

Занятие 7

1. Совершенствование игры вратаря на выходе

2. Совершенствование бросков с отрыва

3. Практическое задание

Занятие 8

1. Совершенствование передачи в отрыв

2. Совершенствование скрытых передач

3. Практическое задание

Занятие 9

1. Взаимодействие в парах в нападении

2. Взаимодействие в парах в защите

3. Практическое задание

Занятие 10

1. Взаимодействие в тройках в нападении

2. Взаимодействие в тройках в защите

3. Практическое задание

Занятие 11

1. Взаимодействие с вратарем

2. Применение выхода на игрока

3. Практическое задание

Занятие 12

1. Переход от защиты в нападение

2. Контратака

3. Взаимодействие при равных составах

Занятие 13

1. Личная система защиты

2. Передвижение при личной системе защиты

3. Опека выбором места, плотная в «своей» зоне, на своей половине, по всей площадке.

Занятие 14

1. Взаимодействие при передачах, ловле и бросках мяча

2. Быстрый отрыв

3. Параллельное, скрестное взаимодействие

Занятие 15

1. Противодействие и овладение мячом

2. Групповые тактические действия в нападении

3. Практическое задание

Занятие 16

1. Разновидности зонной системы защиты

2. Взаимодействия при численном неравенстве

3. Совершенствование технико-тактического взаимодействия

Занятие 17

1. Совершенствование технико-тактического взаимодействия

2. Позиционная игра в нападении

3. Применение технико-тактических действий в учебной игре

**Раздел 4. Волейбол**

Занятие 1

Правила игры в волейбол

Занятие 2

1. Стойки

2. Перемещения

3. Передача мяча сверху двумя руками

4. Проведение подвижной игры «Салки»

Занятие 3

1. Совершенствование перемещений и стоек

2. Проведение подвижной игры

3. Передача мяча сверху двумя руками за голову

Занятие 4

1. Совершенствование передачи мяча двумя руками

2. Передача мяча после перемещения

3. Проведение подвижной игры «Мяч капитану»

Занятие 5

1. Передача мяча сверху в движении

2. Передача мяча над головой

3. Нижняя прямая подача

Занятие 6

1. Совершенствование передачи мяча на месте и в движении

2. Совершенствование нижней прямой подачи

3. Подвижная игра «Пионербол»

Занятие 7

1. Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками на месте и в движении

2. Прием и передача мяча снизу двумя руками.

3. Нижняя боковая подача

Занятие 8

1. Прием мяча от нападающих ударов с различных зон

2. Прием подач с последующей передачей в зону №2

3. Двухстороння игра с элементами судейства

Занятие 9

1. Одиночное блокирование

2. Совершенствование нападающего удара

3. Двухстороння игра с соблюдением правил соревнований

Занятие 10

1. Выбор места при игре в нападении.

2. Индивидуальные тактические действия при передаче.

3. Практическое задание.

Занятие 11

1. Индивидуальные тактические действия при подаче.

2. Индивидуальные тактические действия при атакующем ударе.

3. Практическое задание.

Занятие 12

1. Взаимодействия между игроками передней линии в нападении.

2. Взаимодействия между игроками задней линии в нападении.

3. Практическое задание.

Занятие13

1. Взаимодействия между игроками передней и задней линий в нападении.

2. Взаимодействия между игроками задней и передней линий в нападении.

3. Практическое задание.

Занятие 14

1 Нападающие действия со второй передачи игроком передней линии.

2. Нападающие действия со второй передачи игроком, выходящим к сетке с задней линии.

3. Практическое задание.

Занятие 15

1. Выбор места при игре в защите.

2. Индивидуальные тактические действия при приеме подачи.

3. Практическое задание.

Занятие 16

1. Индивидуальные тактические действия при приеме атакующего удара.

2. Индивидуальные тактические действия при блокировании.

3. Практическое задание.

Занятие 17

1. Групповые тактические действия при блокировании вдвоем, втроем.

2. Групповые тактические действия при приеме от блока.

3. Практическое задание.

4. Двухсторонняя игра

**Раздел 5. Футбол**

Занятие 1

1. Техника передвижения без мяча.

2. Бег, прыжки, повороты, остановки

3. Различные сочетания бега

4. Подвижные игры, старты, ускорения

Занятие 2

1. Техника передвижения без мяча

2. Сочетание бега и прыжков, бега и остановок, бега и поворотов

3. Подвижные игры

Занятие 3

1. Удар по мячу ногой

2. Остановка мяча подошвой

3. Передача мяча на месте и движении

Занятие 4

1. Удар серединой подъема

2. Остановка мяча внутренней стороной стопы

3. Удары на расстояния

4. Игры и игровые упражнения

Занятие 5

1. Удар внутренней и внешней стороной стопы по неподвижному мячу

2. Остановка мяча внешней стороной стопы

3. Подвижные игры с применением технических приемов футбола

Занятие 6

1. Удар по мячу носком, пяткой

2. Совершенствование остановок внутренней и внешней стороной стопы

3. Практическое задание

Занятие 7

1. Ведение мяча ногой по прямой, по дуге, внешней стороной стопы

2. Сочетание приема мяча, ведения и передачи

3. Совершенствование удара по мячу носком, пяткой

Занятие 8

1. Обманные движения (финты), фазы выполнения финта.

2. Изучение финтов «уходом», финт ударом, телом, изменением скорости движения, фамильные финты

3. Практическое задание

Занятие 9

1. Удар по мячу головой в опорном положении и в прыжке

2. Остановка мяча грудью, бедром

3. Подвижные игры для закрепления двигательного навыка игры головой

Занятие 10

1. Сочетание ведения и финтов

2. Совершенствование изученных ударов

3. Двухсторонняя игра с применением финтов 1

4. Отбор мяча

Занятие 11

1. Индивидуальные и групповые действия для отбора мяча

2. Совершенствование остановок мяча ногой, туловищем, головой

3. Игры и игровые упражнения на двигательный навык отбора

Занятие 12

1. Стандартные положения, вбрасывание мяча из-за боковой линии, штрафные

2. Совершенствование стандартных положений

3. Построение стенки и выполнение штрафных и свободных ударов

Занятие13

1. Изучение основных средств тактики

2. Индивидуальные действия в атаке

3. Взаимодействие в парах, тройках

Занятие 14

1. Обучение групповым действиям в атаке

2. Взаимодействие в парах, тройках, игре в квадрате

3. Практическое задание

Занятие 15

1. Командные действия в атаке

2. Расстановке игроков защиты, полузащиты и линии нападения, их взаимодействие

3. Практическое задание

Занятие 16

1. Групповые и командные тактические действия

2. Взаимодействие в парах, тройках, четверках с целью овладения мячом

3. Практическое задание

Занятие 17

1. Основные средства защиты: перехват, организация атаки, персональная защита

2. Взаимодействие игроков линии защиты и полузащиты с целью овладения мячом и организация атаки

3. Двухстороння игра

Занятие 18

1. Игра вратаря на выходах

2. Игра вратаря при выполнении стандартных положений

3. Практическое задание

Занятие 19

1. Основные средства тактики игры вратаря

2. Игра на линии ворот

3. Организация контратаки

Занятие 20

1. Изучение систем 1-3-2-5, 1-4-2-4, взаимодействие игроков в них

2. Совершенствование командных действий в защите и нападении

3. Двухсторонняя игра

**Раздел 6 Спортивные и подвижные игры в системе образования**

Занятие 1. Проведение комплексов подвижных игр для дошкольников

Занятие 2 . Проведение занятий по баскетболу

Занятие 3. Проведение занятий по гандболу

Занятие 4. Проведение занятий по волейболу

Занятие 5. Проведение занятий по футболу

Занятие 6. Проведение учебно-тренировочных занятий

Занятие 7. Проведение учебно-тренировочных занятий

*Примерный перечень семинаров*

1. История развития баскетбола
2. Правила игры в баскетбол
3. История развития гандбола
4. Правила игры в гандбол
5. История развития волейбола
6. История Чемпионатов мира по футболу
7. Развитие футбола в республике Беларусь
8. Правила соревнований мини-футбола, футзала
9. Методика судейства
10. Методика проведения подвижных игр с элементами футбола в 1-4 классах
11. Методика проведения уроков по футболу в 5-8 классах
12. Методика проведения уроков по футболу в 9-11 классах
13. Методика проведения учебно-тренировочного занятия
14. Индивидуальные, групповые, командные действия в атаке
15. Основные средства тактики в защите
16. Модельные характеристики игры команды
17. Медицинская помощь травмированным участникам соревнований
18. Общая характеристика травм и повреждений
19. Средства восстановления
20. Составление комплексов подвижных игр для младшей и средней группы дошкольников
21. Составление комплексов подвижных игр для старшей группы дошкольников
22. Составление плана-конспекта по баскетболу для учащихся 5-9 классов
23. Составление плана-конспекта по баскетболу для учащихся 10- 11классов
24. Составление плана-конспекта по гандболу для учащихся 5-9 классов
25. Составление плана-конспекта по гандболу для учащихся 10-11классов
26. Составление плана-конспекта по волейболу для учащихся 5-9 классов
27. Составление плана-конспекта по волейболу для учащихся 10-11классов
28. Составление плана-конспекта по футболу для учащихся 5-9 классов
29. Составление плана-конспекта по футболу для учащихся 10-11классов
30. Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования

*Рекомендуемые формы контроля знаний*

1. Тестовые задания

2. Реферативные работы

3. Контрольные нормативы

*Рекомендуемые темы тестовых заданий*

1. Тестовые задания на знание правил игры в баскетбол

2. Тестовые задания на знание правил игры в гандбол

3. Тестовые задания на знание правил игры в волейбол

4. Тестовые задания на знание правил игры в футбол

*Рекомендуемые темы реферативных работ*

1. История развития спортивных игр (баскетбол, гандбол, волейбол, футбол)

2. Эволюция правил в спортивных играх

3. Техника спортивных игр

4. Тактика спортивных игр

5. Проведение соревнований в школе

6. Методика обучения технике и тактике игры

7. Подготовка игроков различного амплуа

8. Методика организации и проведения спортландии

9. Технический протокол игры

10. Пляжные спортивные игры

*Контрольные нормативы*

1. Баскетбол: штрафной бросок, передачи мяча на время, комплексное упражнение

2. Гандбол: броски в ворота на точность, передачи мяча на время, комплексное упражнение

3. Волейбол: выполнение подачи на точность, передача мяча на точность, выполнение нападающего удара

4. Футбол: удары в ворота на точность, жонглирование мячом (набивание),

передача на точность, вбрасывание из-за боковой линии на дальность

*Примерный перечень вопросов*

1. История возникновения и развития баскетбола.
2. История возникновения и развития волейбола.
3. История возникновения и развития гандбола.
4. История возникновения и развития футбола.
5. Классификация спортивных игр.
6. Классификация тактики игры в защите в баскетболе.
7. Классификация тактики игры в защите в волейболе.
8. Классификация тактики игры в защите в гандболе.
9. Классификация тактики игры в защите в футболе.
10. Классификация тактики игры в нападении в баскетболе.
11. Классификация тактики игры в нападении в волейболе.
12. Классификация тактики игры в нападении в гандболе.
13. Классификация тактики игры в нападении в футболе.
14. Классификация тактики игры вратаря в гандболе.
15. Классификация тактики игры вратаря в футболе.
16. Классификация техники игры в защите в баскетболе.
17. Классификация техники игры в защите в волейболе.
18. Классификация техники игры в защите в гандболе
19. Классификация техники игры в защите в футболе.
20. Классификация техники игры в нападении в баскетболе.
21. Классификация техники игры в нападении в волейболе.
22. Классификация техники игры в нападении в гандболе.
23. Классификация техники игры в нападении в футболе.
24. Классификация техники игры вратаря в гандболе.
25. Классификация техники игры вратаря в футболе.
26. Методика обучения атакующим ударам в волейболе.
27. Методика обучения блокированию в баскетболе.
28. Методика обучения блокированию в волейболе.
29. Методика обучения броску мяча в ворота в опорном положении в гандболе.
30. Методика обучения броску мяча в ворота в падении.
31. Методика обучения броску мяча в ворота в прыжке в гандболе.
32. Методика обучения броску одной рукой сверху в движении в гандболе.
33. Методика обучения ведению мяча в баскетболе (дриблингу).
34. Методика обучения ведению мяча в гандболе.
35. Методика обучения ведению мяча в футболе.
36. Методика обучения групповым взаимодействиям в баскетболе.
37. Методика обучения игре вратаря в гандболе.
38. Методика обучения ловле мяча в баскетболе.
39. Методика обучения ловле мяча в гандболе.
40. Методика обучения обманным движениям в футболе
41. Методика обучения обманным действиям в баскетболе.
42. Методика обучения остановкам мяча в футболе.
43. Методика обучения отбору мяча в футболе.
44. Методика обучения передаче мяча в движении в гандболе.
45. Методика обучения передаче мяча двумя руками из-за головы в баскетболе.
46. Методика обучения передаче мяча двумя руками от груди в баскетболе.
47. Методика обучения передаче мяча двумя руками сверху в волейболе.
48. Методика обучения передаче мяча одной рукой от плеча в баскетболе.
49. Методика обучения передаче мяча одной рукой сверху в опорном положении в гандболе.
50. Методика обучения передаче мяча одной рукой сверху в прыжке в гандболе.
51. Методика обучения передвижениям в футболе.
52. Методика обучения подачам мяча в волейболе.
53. Методика обучения приему мяча снизу двумя руками в волейболе.
54. Методика обучения приему мяча снизу и сверху с падением в волейболе.
55. Методика обучения стойкам и перемещениям в волейболе.
56. Методика обучения стойкам и перемещениям в стойке в баскетболе.
57. Методика обучения стойкам и перемещениям в стойке в гандболе.
58. Методика обучения ударам в футболе.
59. Методика обучения штрафному броску в баскетболе
60. Методика судейства в спортивных играх
61. Организация и проведение соревнований по баскетболу в школе.
62. Организация и проведение соревнований по волейболу в школе.
63. Организация и проведение соревнований по гандболу в школе.
64. Организация и проведение соревнований по футболу в школе.
65. Организация и проведение спортивных игр на уроке физической культуры.
66. Основные задачи, решаемые спортивными играми.
67. Основные правила игры в баскетбол.
68. Основные правила игры в волейбол.
69. Основные правила игры в гандбол.
70. Основные правила игры в футбол.
71. Особенности проведения заключительной части урока по спортивным играм.
72. Особенности проведения основной части урока по спортивным играм.
73. Особенности проведения подготовительной части урока по спортивным играм.
74. Понятие «техника игры» и характеристика игровых приемов в спортивных играх.
75. Принципы обучения в спортивных играх.
76. Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм.
77. Спортивные игры в системе физического воспитания и спорта.
78. Спортивные игры как средство физического воспитания спорта.
79. Структура соревновательной деятельности в спортивных играх.
80. Сущность и характеристика игры в баскетбол
81. Сущность и характеристика игры в волейбол.
82. Сущность и характеристика игры в гандбол.
83. Сущность и характеристика игры в футбол.
84. Техника безопасности при организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований по спортивным играм.
85. Управление соревновательной деятельностью в спортивных играх.
86. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх.
87. Этапы и основы методики обучения детей спортивным играм.

*Рекомендуемая литература*

**Основная**

1. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры / Под общ. ред. Ю.М.Портнова. – М.: ФиС, 1997
2. Годик, М.А. Контроль соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов / М.АГодик. – М.: ФиС, 1982
3. Годик, А.М. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / А.М. – М.: ФиС, 1980
4. Дьячков, В.М. Совершенствование технического мастерства спортсмена / В.М.Дьячков. – М.: Полымя, 1972
5. Портнов, Ю.М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх / Ю.М.Портнов. – М.: ФиС, 1996
6. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб.для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М., 2002
7. Евтушенко, А.Н. С мячом в руке / А.Н.Евтушенко. – М.: ФиС, 1986
8. Игнатьева, В.Я. Гандбол : Учебник для вузов физ.культуры / В.Я.Игнатьева, Ю.М.Портнов. – М.:ФиС, 1996
9. Бабушкин, В.З. Специализация в спортивных играх / В.З.Бабушкин. – М.:Киев, 1991
10. Банников, А.М. Пляжный волейбол / А.М.Банников. – М.: Краснодар, 2001.
11. Волейбол / Под ред. А.В.Беляева, М.В.Санина. – М.:ФиС, 2000
12. Волейбол : Энциклопедия / под.ред. В.Л. Свиридов, О.С.Чехов. – М.: ФиС, 2001.
13. Железняк, Ю.Д. К мастерству в волейболе / Ю.Д.Железняк. – М.: ФиС, 1978
14. Железняк, Ю.Д. Волейбол / Ю.Д.Железняк А.В.Ивойлов. – М.: Заря, 1991
15. Железняк, Ю.Д. Волейбол: у истоков мастерства / Ю.Д.Железняк, В.А.Кунянский. – М.: ФиС 1995
16. Марков, К.К. Тренер – педагог и психолог: Психологические проблемы тренерской деятельности в волейболе / К.К.Марков. – Иркутск, 1999.
17. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н.Платонов. – Киев, 1997
18. Попичев, М.И. Индивидуализация технической, физической подготовки и отбор юных волейболистов с учетом морфофункциональных особенностей в учебно-тренировочных группах /: Автореф. дис….канд.пед.наук. – М., 1990
19. Слупский, Л.Н. Волейбол: Подготовка связующих / Л.Н.Слупский. – М., 1984
20. Современная система спортивной подготовки / Под ред. Ф.П.Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н.Шустина. – М., 1995
21. Шипулин, Г.Я. Анализ соревнований высококвалифицированных волейболистов как основа построения соревновательно-тренировочной деятельности в классическом волейболе : автореф.дис.… канд.пед.наук. – М., 2002
22. Шипулин, Г.Я. Эффективность технико-тактических действий в соревновательной деятельности высококвалифицированных волейболистов /Г.Я.Шипулин, О.Э.Сердюков // Теория и практика физической культуры. – 2001. - №6. – С. 34-36
23. Обучение основам техники нападения игры в баскетбол: практическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» /Шеренда С.В., Кулешов С.Н., Маджаров А.П. - Мин-во образ. РБ. - Гомель. УО «ГГУ им.Ф.Скорины», 2008
24. Зайцев, В.К. Подготовка футболистов: Поиск и перспектива / В.К.Зайцев, В.И.Колосков. – М., 1992
25. Золотарев, А.П. Подготовка спортивного резерва в футболе / А.П.Золотарев. – Краснодар, 1996
26. Костюков, В.В. Оптимизация процесса подготовки в спортивных играх / В.В.Костюков, М.М.Шестаков. – Краснодар, 1991
27. Левин, В.С. Педагогические параметры тренировочных нагрузок футболистов / В.С.Левин. – М., 1997
28. Никитушкин, В.Г. Методы отбора в игровые виды спорта / В.Г.Никитушкин, В.П.Губа. – М., 1998
29. Тюленков, С.Ю. Теоретико-методические аспекты подготовки футболистов / С.Ю. Тюленков, В.П.Губа, А.В.Прохоров. – Смоленск, 1997
30. Футбол : Учеб. для ин-тов физ.культуры / Под ред. М.С.Полишкиса, В.А.Выжгина. – М., 1999
31. Шамардин, А.И. Оптимизация функциональной подготовленности квалифицированных футболистов / А.И.Шамардин. – Волгоград, 2000.
32. Былеева, Л.В. Подвижные игры / Л.В.Былеева, И.Н.Коротков, В.Г.Яковлев. – М.: ФиС, 1974.
33. Геллер, Е.М. Подвижные игры в спортивной подготовке студентов / Е.М.Геллео. – Мн.: Вышэйшая школа, 1977.
34. Детские подвижные игры народов СССР / Под. ред. Т.И. Осокина. – М.: Просвещение, 1989.
35. Гуревич, Л.И. Спортивные и подвижные игры. / Л.И.Гуревич. – М.: ФиС, 1977.
36. Яковлев, В.Г. Подвижные игры для учащихся пятых – седьмых классов / В.Г.Яковлев. – М., 1972.
37. Яковлев, В.Г. Подвижные игры в первых – четвертых классах / В.Г.Яковлев. – М., 1970.
38. Яковлев, В.Г., Подвижные игры / В.Г.Яковлев, П.В.Ратников. – М.: Просвещение, 1977.

**Дополнительная**

1. Беларускiя гульнi у дзiцячым садзе . – Мн.: Народная асвета, 1987.
2. Вилькин, Я.Н. Белорусские народные игры / Я.Н.Вилькин. – Мн.: Народная асвета, 1969.
3. Геллер, Е.М. Спортивные развлечения и игры / Е.М.Геллер. – М.: 1971.
4. Геллер, Е.М. Наш друг – игра / Е.М.Геллер. – Мн.: Нардная асвета, 1979.
5. Комплексная программа физического воспитания учащихся первых – четвертых классов общеобразовательной школы . – Мн., 1992.
6. Комплексная программа физического воспитания учащихся пятых – одиннадцатых классов общеобразовательной школы . – Мн., 1992.
7. Минскин, Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня / Е.М.Минскин. – М.: Просвещение, 1980.
8. Спортивные и подвижные игры / Под. ред. П.А. Чумакова. – М.: ФиС, 1970.
9. Геллер, Е.М. Активный отдых студентов / Е.М.Геллер. – Мн.: Вышэйшая школа, 1980.
10. Геллер, Е.М. На старт вызывает спортландия / Е.М.Геллер. – Мн.: Полымя, 1988.
11. Изоп, И.Г., Игровой метод при обучении ориентированию на местности / И.Г.Изоп. – Таллин, 1975.
12. Коротков, И.Н. Зимний пионерский лагерь / И.Н.Коротков. – М.: ФиС, 1977.
13. Пивоваров, Б.А. Игры в тренировке гимнастов / Б.А.Пивоваров. – М.: ФиС, 1959
14. Спортивно-игровой метод физического воспитания / Под. ред. О. Листелло. Пер. с франц. Ю.Л. Смирнова. – М.: ФиС, 1959.
15. Эльконин, Б.А. Психология игры / Б.А.Эльконин. – М., 1970.
16. Яковлев, В.Г. Игры для детей / В.Г.Яковлев. – М.: ФиС, 1975.
17. Ахмедов, Э.К. Волейбол для начинающих / Э.К.Ахмедов. - Мн.: Полымя, 1985.
18. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М.Боген .- М.: ФиС, 1985.
19. Волейбол : Справочник / Сост. А.С. Эдельман - М.: ФиС , 1984.
20. Вяткин, В.А. Управление психическим процессом в спортивных  
    соревнованиях / В.А.Вяткин.-М.: ФиС, 1981.
21. Гальперин, Г.И. Физиологические особенности детей / Г.И.Гальперин. - М.: Просвещение, 1965.
22. Гарасис, У. Управление командой в баскетболе / У.Гарасис. - М.: ФиС, 1976.
23. Гиллер, Е.М. Подвижные игры в спортивной подготовке студентов / Е.М.Гиллер .- М.: Вышэйшая школа, 1977.
24. Годик, Л. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / Л.Годик .-М.: ФиС, 1980.
25. Гомельский, А.Я. Специальные упражнения баскетболистов / А.Я.Гомельский. - М.: ФиС, 1976.
26. Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / А.А.Гужаловский .- Мн.: Народная асвета, 1978.
27. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена /В.М.Зациорский.-М: ФиС, 1970.
28. Кондрашин, В.Н. Тренировка баскетболистов высших  
    разрядов / В.Н.Кондрашин, В.М.Корягин. - Киев: Здоровье, 1978.
29. Кудряшов, В.А. Спортивные и подвижные игры в школе / В.А.Кудряшов.-Мн.: Народная асвета, 1968.
30. Ратгауз, С. Первая площадка / С.Ратгауз. - Знамя юности 18.11.1980.
31. Специальная выносливость спортсмена / Под. общ. ред. М.Я.Набатниковой. - М.: ФиС, 1972.
32. Справочник по спорту Беларуской ССР / сост. К.А.Кулинкович, Б.М.Пестриков. - Минск 1998.
33. Стонкус, С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов / С.С. Стонкус –М.:ФиС, 1967.
34. Физическая культура и спорт БССР : Справочник / Под. общей ред. К.А.Кулинкович, Я.Р.Вильмина - Минск Вышэйшая школа, 1979.

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ УВО

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название  дисциплины,  с которой  требуется согласование | Название  кафедры | Предложения  об изменениях в содержании учебной программы  по изучаемой учебной  дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола) |
| «Теория и методика физического воспитания» | Кафедра теории и методики физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте  протокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |
| «Теория спорта» | Кафедра теории и методики физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном варианте  протокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

на \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_ учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №№  пп | Дополнения и изменения | Основание |
|  |  |  |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры

спортивных дисциплин

(протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.)

Заведующий кафедрой

спортивных дисциплин к. пед. н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.В. Шеренда

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

доктор пед. н., профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.И. Нарскин