**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**

**1-88 02 01 Спортивно - педагогическая деятельность (по направлениям)**

Направление специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта)

2019

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования **ОСВО 1-88 02 01-2013** и учебного плана специальности **1-88 02 01 Спортивно - педагогическая деятельность (по направлениям)** Направление специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта)

 (рег. номер N-88-02-01 от 19.10.2016)

**Составители:**

С.В. Шеренда зав. кафедрой спортивных дисциплин, А.П. Маджаров – ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин УО «ГГУ им. Ф. Скорины», Ю.А. Григорьев – 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 – з**аведующая кафедрой «Физическое воспитание и спорт» учреждения образования «Гомельский государственный технический университет им.П.О.Сухого», кандидат педагогических наук, доцент

**Г.И. Нарскин** — заведующий кафедрой теории и методики физической культуры учреждения образования «Гомельского государственного университета им. Франциска Скорины», доктор. пед. наук, профессор

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

***1.1. Актуальность изучения дисциплины***

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 данной дисциплины 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 предусматривается взаимосвязь с дисциплинами: «Теория и методика физического воспитания», «Теория спорта» «Педагогика», «Легкая атлетика и методика преподавания», «Гимнастика и методика преподавания», «Физиология».

***1.2. Цели и задачи учебной дисциплины***

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.

***1.3 Требования к уровню освоения содержания учебного материала***

Подготовка специалиста должна обеспечивать формирование следующих групп компетенций:

**академических компетенций**, включающих знания и умения по изученным дисциплинам, способности и умения учиться:

* АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.
* АК-2. Владеть системным и сравнительным анализом.
* АК-3. Владеть исследовательскими навыками.
* АК-4. Уметь работать самостоятельно.
* АК-5. Быть способным порождать новые идеи (обладать креативностью).
* АК-6. Владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.
* АК-7. Иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером.
* АК-8. Обладать навыками устной и письменной коммуникации.
* АК-9. Уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**социально-личностных компетенций**, включающих культурно- ценностные ориентации, знание идеологических, нравственных ценностей общества и государства и умение следовать им:

* СЛК-1. Обладать качествами гражданственности.
* СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.
* СЛК-3. Обладать способностью к межличностным коммуникациям.
* СЛК-4. Владеть навыками здоровьесбережения.
* СЛК-5. Быть способным к критике и самокритике.
* СЛК-6. Уметь работать в команде.
* СЛК-7. Владеть современными психологическими технологиями для проведения успешных деловых встреч и переговоров, участия в деловых играх и т.п.
* СЛК-8. Формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию.
* СЛК-9.Уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовых норм.
* СЛК-10. Уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия.
* СЛК-11. Проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

**профессиональных компетенций**, включающих знания и умения формулировать проблемы, решать задачи, разрабатывать планы и обеспечивать их выполнение в избранной сфере профессиональной деятельности:

* ПК-1. Формировать физическую культуру личности.
* ПК-2. Формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение.
* ПК-3. Воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности.
* ПК-4. Формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания.
* ПК-5. Осваивать и использовать современные научно обоснованные методики физического воспитания.
* ПК-6. Работать с научно-методической литературой.
* ПК-7. Планировать организовывать, контролировать и корректировать процесс физического воспитании;
* ПК -8. Проводить и контролировать разные формы занятий физическими упражнениями;
* ПК-9. Выбирать и использовать средства и методы физического воспитания;
* ПК-10. Планировать уроки и другие формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, а также возрастных, половых особенностей, психофизических возможностей и физической подготовленности;
* ПК-11. Организовывать и проводить разнообразные формы занятий физическими упражнениями;
* ПК-12. Использовать приемы формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями;
* ПК-13. Разрабатывать проекты и оснащать места проведения занятий специальным оборудования;
* ПК-14. Осваивать и использовать современные методики спортивной подготовки;
* ПК-15. Дифференцировать и индивидуализировать спортивную подготовку;
* ПК-16. Осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую спортивную подготовку;
* ПК-17. Организовывать и проводить спортивный отбор;
* ПК-18. Контролировать и анализировать соревновательную деятельность;
* ПК-19. Судить соревнования и готовить судей по виду спорта;
* ПК-20. Обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
* ПК-21. Выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;
* ПК-22. Осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
* ПК-23. Работать с нормативными правовыми актами и другими документами;
* ПК-24. Анализировать и оценивать собранные данные.
* ПК-25. Взаимодействовать со специалистами смежных профилей.
* ПК-26. Вести переговоры с другими заинтересованными участниками.
* ПК-27. Пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций.
* ПК-28. Анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
* ПК-29. Анализировать перспективы и направления развития спорта и физического воспитания.
* ПК-30. Системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития.
* ПК-31 Квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта.
* ПК-32. Использовать в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта знания смежных дисциплин.
* ПК-33. Готовить научные статьи, рефераты, информационные сообщение и др.
* ПК-34. Разрабатывать методики коррекции и восстановления с учетом результатов научно-исследовательских работ.
* ПК-35. Нормировать и контролировать физическую нагрузку;
* ПК-36. Организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
* ПК-37. Организовывать активный отдых средствами физической культуры и спорта;
* ПК-38. Обеспечивать безопасное проведение занятий физическими упражнениями;
* ПК-39. Осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни;
* ПК-40. Разрабатывать авторские лечебно-профилактические программы занятий, уроков физической культуры (физкультурных занятий) с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды;
* ПК- 41. Проводить подбор средств и методов физической культуры для восстановления здоровья и работоспособности у лиц с различными заболеваниями и разным уровнем функционального состояния, физической подготовленности;
* ПК- 42. Определять оптимальную дозировку физической нагрузки у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- ПК-43. Проводить врачебно-педагогические наблюдения для учета эффективности восстановительного лечения средствами физической культуры.

***1.4 Структура содержания учебной дисциплины***

Содержание дисциплины представлено в виде тем, которые характеризуются самостоятельными укрупненными дидактическими единицами содержания обучения.

Содержание тем опирается на приобретенные ранее студентами компетенции при изучении следующих дисциплин «Легкая атлетика и методика преподавания», «Гимнастика и методика преподавания», «Теория и методика физической культуры», «Плавание и методика преподавания».

***1.5 Методы (технологии) обучения***

Основными методами (технологиями) обучения, отвечающими целям изучения дисциплины являются:

- общепедагогические методы (словесности и наглядности)

- специфические методы (строго регламентированного упражнения, частично регламентированного упражнения и методы развития физических качеств)

***1.6 Организация самостоятельной работы студентов***

При изучении дисциплины используются следующие формы самостоятельной работы:

- контролируемая самостоятельная работа в виде выполнения специальных упражнений для обучения и совершенствования технико-тактических действий под контролем преподавателя;

- управляемая самостоятельная работа: в виде посещения соревнований по спортивным играм с последующим анализом технико-тактических действий соревновательного противоборства; подготовка и проведение занятий по спортивным играм с последующим анализом.

***1.7 Диагностика компетенции студента***

Для оценки достижений студентов используется следующий диагностический инструментарий:

- проведение текущих контрольных опросов по отдельным темам.

- прием контрольных нормативов по базовым спортивным играм.

- самостоятельное проведение занятий направленных на обучение и совершенствование игровых приемов и тактических действий.

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 – 390 (11 зачетных единиц); аудиторное количество часов – 216, из них: лекции – 16 часов, практические занятия – 200 часов. Формы отчетности – зачет в 2,4 и 6 семестре, и экзамен в 7 семестре.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

**Раздел 1. БАСКЕТБОЛ**

**ТЕМА 1. ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА, ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ, ТЕХНИКА И ТАКТИКА ИГРЫ**

Сущность понятия игра, подвижная игра. 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.

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. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования техники игры в бескетбол.

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. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования тактики игры в баскетбол

**Раздел 2. ГАНДБОЛ**

**ТЕМА 1. ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ГНДБОЛА, ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ, ТЕХНИКА И ТАКТИКА 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.

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 игры вратаря. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования техники 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. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования тактики игры в гандбол

**ТЕМА 2. ПЛАНИРОВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ПО ГАНДБОЛУ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ.**

Программные требования по гандболу в рамках предмета «физическая культура и здоровье». Основные задачи подготовительной, основной и заключительной части урока. Методика подбора упражнений для проведения занятий. Методика составления плана-конспекта урока. Формы организации учащихся на уроке. Принципы обучения. Методика проведения подвижных игр на уроках по гандболу.

**Раздел 3. ВОЛЕЙБОЛ**

**ТЕМА 1. ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА, ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ, ТЕХНИКА И ТАКТИКА 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. Правила и организация соревнований. Правила безопасности и оказание первой помощи. Изменение игры в связи с изменением правил игры.

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. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования техники игры.

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. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования тактики игры

**ТЕМА 2. ПЛАНИРОВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ПО ВОЛЕЙБОЛУ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

Программные требования по волейболу в рамках предмета «физическая культура и здоровье». Основные задачи подготовительной, основной и заключительной части урока. Методика подбора упражнений для проведения занятий. Методика составления плана-конспекта урока. Формы организации учащихся на уроке. Принципы обучения. Методика проведения подвижных игр на уроках по волейболу.

 **Раздел 4 Футбол**

**ТЕМА 1. ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ФУТБОЛА, ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ, ТЕХНИКА И ТАКТИКА ИГРЫ**

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

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. Техника игры вратаря в нападении и защите. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования техники игры.

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. Действия вратаря при организации контратаки. Действия вратаря при выполнении стандартов. Игра в воротах, игра на выходе, игра при выполни пенальти. Использование подвижных игр для обучения и совершенствования тактики игры

**ТЕМА 2. ПЛАНИРОВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ПО ФУТБОЛУ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

Программные требования по футболу в рамках предмета «физическая культура и здоровье». Основные задачи подготовительной, основной и заключительной части урока. Методика подбора упражнений для проведения занятий. Методика составления плана-конспекта урока. Формы организации учащихся на уроке. Принципы обучения. Методика проведения подвижных игр на уроках по футболу.

**ТЕМА 3. КОМПЛЕКСНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ ”УРОК ФУТБОЛА“ (”ЧАС ФУТБОЛА“) В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ**

Общие требования к организации комплексного физкультурно-спортивного мероприятия ”урок футбола“ (”час футбола“) в учреждениях образования. Особенности организации комплексного физкультурно-спортивного мероприятия ”урок футбола“ (”час футбола“) в общеобразовательных учреждениях. Содержание занятий для учащихся I-II, III-IV, V-VI, VII-VIII, IX-XI классов.

## Учебно-методическая карта дисциплины

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | Количество часов УСР | Форма контроля знаний |
| Лекции | Практическиезанятия | Семинарскиезанятия | Лабораторные занятия | Иное |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **1 курс 2 семестр** |
| **1** | **Раздел 1 Баскетбол** | **2** | **34** |  |  |  |  |  |
| 1 | *История, правила, техника и тактика баскетбола*1. История возникновения и развития игры2. Основные правила игры3. Техника игры4. Тактика игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | 1. Стойки игрока в нападении и защите, вышагивание и повороты2. Способы перемещения по площадке, остановки "шагами", "прыжком"3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.2 | 1. Способы ловли мяча2. Разновидности передачи мяча3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.3 | 1. Ведение мяча2. Сочетание приема: Ловля-остановка, поворот - передача3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.4 | 1. Передача мяча в движении, двумя руками от груди.2. Передача мяча со сменой мест3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.5 | 1. Ознакомление со штрафным броском2. Совершенствование ловли и передаче мяча двумя руками от груди.3. Практическое задани |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.6 | 1. Передача мяча одной рукой от плеча сверху2. Бросок двумя руками снизу3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.7 | 1. Индивидуальные действия в защите. 2. Применение подбора мяча, перехвата мяча3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.8 | 1. Индивидуальные действия игрока в нападении 2. Обманные движения (финты)3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.9 | 1. Бросок одной рукой от плеча сверху на месте2. Совершенствование передачи двумя руками от груди.3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.10 | 1. Совершенствование ведения мяча 2. Совершенствование постановки заслона3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.11 | 1. Совершенствование штрафного броска2. Совершенствование передачи мяча двумя руками из-за головы3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.12 | 1. Личная система защиты2. Совершенствование финтов 3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.13 | 1. Подвижные игры для обучения и совершенствования техники игры2. Подвижные игры для обучения и совершенствования тактики игры |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.14 | 1 Групповые действия двух игроков (заслон, наведение).2. Передвижение мяча с последующим броском одной рукой от плеча в движении3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.15 | 1. Групповые действия трех игроков ("скрестный выход"), "малая восьмерка", ("треугольник")2. Атака быстрым прорывом3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.16 | 1."Большая" восьмерка в цикле трех атак.2. Дриблинг-бросок правой и левой рукой3.Учебная игра на один щит (3x3, 4х4х) |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 1.17 | 1. Прием контрольных нормативов2. Двусторонняя игра и обучение судейству |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | **Итого** | **2** | **34** |  |  |  |  | **Зачет** |
| **2 курс 1 семестр** |
| **2** | **Раздел 2 Гандбол** | **4** | **56** |  |  |  |  |  |
| 1 | *История, правила, техника и тактика гандбола*1. История возникновения и развития игры2. Основные правила игры3. Техника игры4. Тактика игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | 1. Стойки игрока в нападении и защите2. Способы перемещений по площадке3. Способы держания мяча4. Подвижные игры с использованием изученных перемещений |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.2 | 1. Способы ловли и передачи мяча2. Способы передачи мяча3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.3 | 1. Передача мяча в движении2. Бросок в ворота в опорном положении3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.4 | 1. Передача мяча со сменой мест2. Индивидуальные действия в защите3. Бросок в ворота в прыжке4. Подвижные игры с применением броска |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.5 | 1. Совершенствование ловли и передачи мяча2. Разновидности бросков мяча в ворота3. Индивидуальные действия игрока в нападении4. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.6 | 1. Игра вратаря2. Совершенствование бросков мяча в ворота3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.7 | 1. Броски в ворота в падении2. Обманные действия3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.8 | 1. Броски в ворота с отклоном в сторону2. Противодействия финтам3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.9 | 1. Взаимодействие в тройках в нападении2. Взаимодействие в тройках в защите3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.10 | 1. Переход от защиты в нападение2. Контратака3. Взаимодействие при равных составах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.11 | 1. Личная система защиты2. Передвижение при личной системе защиты3. Опека выбором места, плотная в «своей» зоне, на своей половине, по всей площадке |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.12 | 1. Взаимодействие при передачах, ловле и бросках мяча2. Быстрый отрыв3. Параллельное, скрестное взаимодействие |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.13 | 1. Разновидности зонной системы защиты 2. Взаимодействия при численном неравенстве3. Совершенствование технико-тактического взаимодействия |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 1.14 | 1. Применение тактических действий в учебной игре 2. Двухстороння игра, обучение судейству  |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | **Итого за семестр** | **2** | **28** |  |  |  |  | **Текущий зачет** |
| **2курс 2семестр** |
| 2 | *Планирование и методика проведения уроков по гандболу в общеобразовательной школе*1. Программные требования по гандболу в рамках предмета «физическая культура и здоровье»2.Основные задачи подготовительной, основной и заключительной части урока. Методика составления плана-конспекта урока3.Методика подбора упражнений для проведения занятий | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 1-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.2 | Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 2-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.3 | Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 3-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 4-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.5 | Планирование и проведение урока по гандболу в 5-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.6 | Планирование и проведение урока по гандболу в 6-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.7 | Планирование и проведение урока по гандболу в 7-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.8 | Планирование и проведение урока по гандболу в 8-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.9 | Планирование и проведение урока по гандболу в 9-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.10 | Планирование и проведение урока по гандболу в 10-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.11 | Планирование и проведение урока по гандболу в 10-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.12 | Планирование и проведение урока по гандболу в 11-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.13 | Планирование и проведение урока по гандболу в 11-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.14 | Проведение соревнований по гандболу |  | 2 |  |  |  |  |  |
|  | **Итого за семестр** | **2** | **28** |  |  |  |  | **Зачет** |
| **3курс 1 семестр** |
| **3** | **Раздел 3 Волейбол** | **4** | **56** |  |  |  |  |  |
| 1 | *История, правила, техника и тактика волейбола*1. История возникновения и развития игры2. Основные правила игры3. Техника игры4. Тактика игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | 1. Стойки2. Перемещения3. Передача мяча сверху двумя руками4. Проведение подвижной игры «Салки» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.2 | 1. Совершенствование перемещений и стоек2. Проведение подвижной игры 3. Передача мяча сверху двумя руками за голову |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.3 | 1. Совершенствование передачи мяча двумя руками2. Передача мяча после перемещения3. Проведение подвижной игры «Мяч капитану» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.4 | 1. Передача мяча сверху в движении2. Передача мяча над головой3. Нижняя прямая подача |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.5 | 1. Совершенствование передачи мяча на месте и в движении 2. Совершенствование нижней прямой подачи3. Подвижная игра «Пионербол» |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.6 | 1. Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками на месте и в движении 2. Прием и передача мяча снизу двумя руками3. Нижняя боковая подача |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.7 | 1. Прием мяча от нападающих ударов с различных зон2. Прием подач с последующей передачей в зону №23. Двухстороння игра с элементами судейства |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.8 | 1. Одиночное блокирование2. Совершенствование нападающего удара3. Двухстороння игра с соблюдением правил соревнований |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.9 | 1. Совершенствование подач2. Совершенствование передач3. Совершенствование атакующих ударов |  | 2 |  |  |  |  |  |
|  | **Итого за семестр** | **2** | **18** |  |  |  |  | **Текущий зачет** |
| **3курс 2 семестр** |
| 1.10 | 1. Выбор места при игре в нападении2. Индивидуальные тактические действия при передаче3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.11 | 1. Индивидуальные тактические действия при подаче2. Индивидуальные тактические действия при атакующем ударе3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.12 | 1. Взаимодействия между игроками передней линии в нападении2. Взаимодействия между игроками задней линии в нападении3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.13 | 1 Нападающие действия со второй передачи игроком передней линии.2. Нападающие действия со второй передачи игроком, выходящим к сетке с задней линии3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.14 | 1. Индивидуальные тактические действия при приеме атакующего удара2. Индивидуальные тактические действия при блокировании.3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.15 | 1. Групповые тактические действия при блокировании вдвоем, втроем2. Групповые тактические действия при приеме от блока3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.16 | 1. Командные тактические действия в нападении2. Командные тактические действия в защите3. Двухсторонняя игра и обучение судейству |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2 | *Планирование и методика проведения уроков по гандболу в общеобразовательной школе*1. Программные требования по гандболу в рамках предмета «физическая культура и здоровье». 2.Основные задачи подготовительной, основной и заключительной части урока. Методика составления плана-конспекта урока.3.Методика подбора упражнений для проведения занятий | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 1-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.2 | Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 2-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.3 | Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 3-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 4-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.5 | Планирование и проведение урока по волейболу в 5-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.6 | Планирование и проведение урока по волейболу в 6-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.7 | Планирование и проведение урока по волейболу в 7-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.8 | Планирование и проведение урока по волейболу в 8-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.9 | Планирование и проведение урока по волейболу в 9-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.10 | Планирование и проведение урока по волейболу в 10-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.11 | Планирование и проведение урока по волейболу в 11-х классах |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 2.12 | Проведение соревнований по волейболу |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
|  | **Итого за семестр** | **2** | **38** |  |  |  |  | **Зачет**  |
| **4 курс 1 семестр** |
| **5** | **Раздел 5 Футбол** | **6** | **54** |  |  |  |  |  |
| 1 | *История, правила, техника и тактика волейбола*1. История возникновения и развития игры2. Основные правила игры3. Техника игры4. Тактика игры | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | 1. Техника передвижения без мяча2. Бег, прыжки, повороты, остановки3. Различные сочетания бега4. Подвижные игры, старты, ускорения |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.2 | 1. Удар по мячу ногой2. Остановка мяча подошвой3. Передача мяча на месте и движении |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.3 | 1. Удар серединой подъема 2. Остановка мяча внутренней стороной стопы3. Удары на расстояния4. Игры и игровые упражнения |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.4 | 1. Удар внутренней и внешней стороной стопы по неподвижному мячу 2. Остановка мяча внешней стороной стопы3. Подвижные игры с применением технических приемов футбола |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.5 | 1. Удар по мячу носком, пяткой2. Совершенствование остановок внутренней и внешней стороной стопы3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.6 | 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 |  |  |  |  |  |
| 1.7 | 1. Обманные движения (финты), фазы выполнения финта.2. Изучение финтов «уходом», финт ударом, телом, изменением скорости движения, фамильные финты3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.8 | 1. Удар по мячу головой в опорном положении и в прыжке2. Остановка мяча грудью, бедром3. Подвижные игры для закрепления двигательного навыка игры головой |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.9 | 1. Индивидуальные и групповые действия для отбора мяча2. Совершенствование остановок мяча ногой, туловищем, головой3. Игры и игровые упражнения на двигательный навык отбора |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.10 | 1. Обучение групповым действиям в атаке2. Взаимодействие в парах, тройках, игре в квадрате3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.11 | 1. Командные действия в атаке 2. Расстановке игроков защиты, полузащиты и линии нападения, их взаимодействие3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.12 | 1. Игра вратаря на выходах2. Игра вратаря при выполнении стандартных положений3. Практическое задание |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 1.13 | 1. Групповые и командные тактические действия2. Взаимодействие в парах, тройках, четверках с целью овладения мячом3. Практическое задание |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.14 | 1. Основные средства тактики игры вратаря2. Игра на линии ворот3. Организация контратаки |  |  |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 1.5 | 1. Изучение систем 1-3-2-5, 1-4-2-4, взаимодействие игроков в них2. Совершенствование командных действий в защите и нападении3. Двухсторонняя игра |  | 2 |  |  |  |  | Прием контрольных нормативов |
| 2 | *Планирование и методика проведения уроков по футболу в общеобразовательной школе*1. Программные требования по гандболу в рамках предмета «физическая культура и здоровье». 2.Основные задачи подготовительной, основной и заключительной части урока. Методика составления плана-конспекта урока.3.Методика подбора упражнений для проведения занятий. | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | Планирование и проведение урока с элементами футбола в 1-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.2 | Планирование и проведение урока с элементами футбола в 2-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.3 | Планирование и проведение урока с элементами футбола в 3-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.4 | Планирование и проведение урока с элементами футбола в 4-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.5 | Планирование и проведение урока по футболу в 5-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.6 | Планирование и проведение урока по футболу в 6-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.7 | Планирование и проведение урока по футболу в 7-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.8 | Планирование и проведение урока по футболу в 8-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.9 | Планирование и проведение урока по футболу в 9-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.10 | Планирование и проведение урока по футболу в 10-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.11 | Планирование и проведение урока по футболу в 11-х классах |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 2.12 | Проведение соревнований по футболу |  | 2 |  |  |  |  |  |
| 3 | *КОМПЛЕКСНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ ”УРОК ФУТБОЛА“ (”ЧАС ФУТБОЛА“) В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ*1.Общие требования к организации комплексного физкультурно-спортивного мероприятия ”урок футбола“ (”час футбола“) в учреждениях образования. 2.Особенности организации комплексного физкультурно-спортивного мероприятия ”урок футбола“ (”час футбола“) в общеобразовательных учреждениях. 3.Содержание занятий для учащихся I-II, III-IV, V-VI, VII-VIII, IX-XI классов. | 2 |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого за семестр** | **6** | **54** |  |  |  |  | **Экзамен** |

**Информационно-методическая часть**

*Примерный перечень практических занятий*

Раздел 1. Баскетбол

## Занятие 1

1. Стойки игрока в нападении и защите, вышагивание и повороты

2. Способы перемещения по площадке, остановки "шагами", "прыжком"

3. Практическое задание

## Занятие 2

1. Способы ловли мяча

2. Разновидности передачи мяча

3. Практическое задание

## Занятие 3

1. Ведение мяча

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

3. Практическое задание

## Занятие 4

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

2. Передача мяча со сменой мест

3. Практическое задание

## Занятие 5

1. Ознакомление со штрафным броском

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

3. Практическое задание

## Занятие 6

1. Передача мяча одной рукой от плеча сверху

2. Бросок двумя руками снизу

3. Практическое задание

## Занятие 7

1. Индивидуальные действия в защите.

2. Применение подбора мяча, перехвата мяча

3. Практическое задание

## Занятие 8

1. Индивидуальные действия игрока в нападении

2. Обманные движения (финты)

3. Практическое задание

## Занятие 9

1. Бросок одной рукой от плеча сверху на месте

2. Совершенствование передачи двумя руками от груди.

3. Практическое задание

## Занятие 10

1. Совершенствование ведения мяча

2. Совершенствование постановки заслона

3. Практическое задание

## Занятие 11

1. Совершенствование штрафного броска

2. Совершенствование передачи мяча двумя руками из-за головы

3. Практическое задание

## Занятие 12

1. Личная система защиты

2. Совершенствование финтов

3. Практическое задание

## Занятие 13

1. Подвижные игры для обучения и совершенствования техники игры

2. Подвижные игры для обучения и совершенствования тактики игры

## Занятие 14

1 групповые действия двух игроков (заслон, наведение).

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

3. Практическое задание

## Занятие 15

1. Групповые действия трех игроков ("скрестный выход"), "малая восьмерка", ("треугольник")

2. Атака быстрым прорывом

3. Практическое задание

## Занятие 16

1."большая" восьмерка в цикле трех атак.

2. Дриблинг-бросок правой и левой рукой

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

## Занятие 17

1. Прием контрольных нормативов

2. Двусторонняя игра и обучение судейству

Раздел 2. Гандбол

## Занятие 1

1. Стойки игрока в нападении и защите

2. Способы перемещений по площадке

3. Способы держания мяча

4. Подвижные игры с использованием изученных перемещений

## Занятие 2

1. Способы ловли и передачи мяча

2. Способы передачи мяча

3. Практическое задание

## Занятие 3

1. Передача мяча в движении

2. Бросок в ворота в опорном положении

3. Практическое задание

## Занятие 4

1. Передача мяча со сменой мест

2. Индивидуальные действия в защите

3. Бросок в ворота в прыжке

4. Подвижные игры с применением броска

## Занятие 5

1. Совершенствование ловли и передачи мяча

2. Разновидности бросков мяча в ворота

3. Индивидуальные действия игрока в нападении

4. Практическое задание

## Занятие 6

1. Игра вратаря

2. Совершенствование бросков мяча в ворота

3. Практическое задание

## Занятие 7

1. Броски в ворота в падении

2. Обманные действия

3. Практическое задание

## Занятие 8

1. Броски в ворота с отклоном в сторону

2. Противодействия финтам

3. Практическое задание

## Занятие 9

1. Взаимодействие в тройках в нападении

2. Взаимодействие в тройках в защите

3. Практическое задание

## Занятие 10

1. Переход от защиты в нападение

2. Контратака

3. Взаимодействие при равных составах

## Занятие 11

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 12

1. Взаимодействие при передачах, ловле и бросках мяча

2. Быстрый отрыв

3. Параллельное, скрестное взаимодействие

## Занятие 13

1. Разновидности зонной системы защиты

2. Взаимодействия при численном неравенстве

3. Совершенствование технико-тактического взаимодействия

## Занятие 14

1. Применение тактических действий в учебной игре

2. Двухстороння игра, обучение судейству

## Занятие 15

Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 1-х классах

## Занятие 16

Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 2-х классах

## Занятие 17

Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 3-х классах

## Занятие 18

Планирование и проведение урока с элементами гандбола в 4-х классах

## Занятие 19

Планирование и проведение урока по гандболу в 5-х классах

## Занятие 20

Планирование и проведение урока по гандболу в 6-х классах

## Занятие 21

Планирование и проведение урока по гандболу в 7-х классах

## Занятие 22

Планирование и проведение урока по гандболу в 8-х классах

## Занятие 23

Планирование и проведение урока по гандболу в 9-х классах

## Занятие 24

Планирование и проведение урока по гандболу в 10-х классах

## Занятие 25

Планирование и проведение урока по гандболу в 10-х классах

## Занятие 26

Планирование и проведение урока по гандболу в 11-х классах

## Занятие 27

Планирование и проведение урока по гандболу в 11-х классах

## Занятие 28

Проведение соревнований по гандболу

Раздел 3. Волейбол

Занятие 1

1. Стойки

2. Перемещения

3. Передача мяча сверху двумя руками

4. Проведение подвижной игры «салки»

Занятие 2

1. Совершенствование перемещений и стоек

2. Проведение подвижной игры

3. Передача мяча сверху двумя руками за голову

Занятие 3

1. Совершенствование передачи мяча двумя руками

2. Передача мяча после перемещения

3. Проведение подвижной игры «мяч капитану»

Занятие 4

1. Передача мяча сверху в движении

2. Передача мяча над головой

3. Нижняя прямая подача

Занятие 5

1. Совершенствование передачи мяча на месте и в движении

2. Совершенствование нижней прямой подачи

3. Подвижная игра «пионербол»

Занятие 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

Занятие 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

Занятие 8

1. Одиночное блокирование

2. Совершенствование нападающего удара

3. Двухстороння игра с соблюдением правил соревнований

Занятие 9

1. Совершенствование подач

2. Совершенствование передач

3. Совершенствование атакующих ударов

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

Занятие 13

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 14

1. Индивидуальные тактические действия при приеме атакующего удара

2. Индивидуальные тактические действия при блокировании.

3. Практическое задание

Занятие 15

1. Групповые тактические действия при блокировании вдвоем, втроем

2. Групповые тактические действия при приеме от блока

3. Практическое задание

Занятие 16

1. Командные тактические действия в нападении

2. Командные тактические действия в защите

3. Двухсторонняя игра и обучение судейству

Занятие 17

Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 1-х классах

Занятие 18

Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 2-х классах

Занятие 19

Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 3-х классах

Занятие 20

Планирование и проведение урока с элементами волейбола в 4-х классах

Занятие 21

Планирование и проведение урока по волейболу в 5-х классах

Занятие 22

Планирование и проведение урока по волейболу в 6-х классах

Занятие 23

Планирование и проведение урока по волейболу в 7-х классах

Занятие 24

Планирование и проведение урока по волейболу в 8-х классах

Занятие 25

Планирование и проведение урока по волейболу в 9-х классах

Занятие 26

Планирование и проведение урока по волейболу в 10-х классах

Занятие 27

Планирование и проведение урока по волейболу в 11-х классах

Занятие 28

Проведение соревнований по волейболу

Раздел 4. 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. Удар по мячу ногой

2. Остановка мяча подошвой

3. Передача мяча на месте и движении

Занятие 3

1. Удар серединой подъема

2. Остановка мяча внутренней стороной стопы

3. Удары на расстояния

4. Игры и игровые упражнения

Занятие 4

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 5

1. Удар по мячу носком, пяткой

2. Совершенствование остановок внутренней и внешней стороной стопы

3. Практическое задание

Занятие 6

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 7

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

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

3. Практическое задание

Занятие 8

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 9

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 10

1. Обучение групповым действиям в атаке

2. Взаимодействие в парах, тройках, игре в квадрате

3. Практическое задание

Занятие 11

1. Командные действия в атаке

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

3. Практическое задание

Занятие 12

1. Игра вратаря на выходах

2. Игра вратаря при выполнении стандартных положений

3. Практическое задание

Занятие 13

1. Групповые и командные тактические действия

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

3. Практическое задание

Занятие 14

1. Основные средства тактики игры вратаря

2. Игра на линии ворот

3. Организация контратаки

Занятие 15

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

Занятие 16

Планирование и проведение урока с элементами футбола в 1-х классах

Занятие 17

Планирование и проведение урока с элементами футбола в 2-х классах

Занятие 18

Планирование и проведение урока с элементами футбола в 3-х классах

Занятие 19

Планирование и проведение урока с элементами футбола в 4-х классах

Занятие 20

Планирование и проведение урока по футболу в 5-х классах

Занятие 21

Планирование и проведение урока по футболу в 6-х классах

Занятие 22

Планирование и проведение урока по футболу в 7-х классах

Занятие 23

Планирование и проведение урока по футболу в 8-х классах

Занятие 24

Планирование и проведение урока по футболу в 9-х классах

Занятие 25

Планирование и проведение урока по футболу в 10-х классах

Занятие 26

Планирование и проведение урока по футболу в 11-х классах

Занятие 27

Проведение соревнований по футболу

*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 гандболе.
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. Спортивные игры как средство физического воспитания спорта.
77. Сущность и характеристика игры в баскетбол
78. Сущность и характеристика игры в волейбол.
79. Сущность и характеристика игры в гандбол.
80. Сущность и характеристика игры в футбол.
81. Техника безопасности при организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований по спортивным играм.
82. Этапы и основы методики обучения детей спортивным играм.

*Рекомендуемая литература*

**Основная**

1. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение сорев-нований по спортивным играм : учебное пособие / Мишенькина В.Ф. [и др.] ; М-во спорта Рос. Ферации,сиб. гос. ун-т. физ. культуры и спорта. - Омск : СибГУФК, 2014. - 136 с.
2. 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.
3. Григорович, И.Н. Правила игры и методика судейства по спортивным играм: учебно-методическое пособие / И.Н.Григорович, М.В.Гаврилик, А.Ю.Филипский; М-во Образования Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 130с.
4. Губа, В.П. Методология подготовки юных футболистов : учеб.-метод. пособие / В.П.Губа, А.Стула. – М. : Человек : Спорт, 2015. – 184 с.
5. 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.
6. 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. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики футбола и хоккея. – Омск : СибГУФК, 2016. – 138 c.
7. Лихачев, О.Е. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе: учебное пособие / О.Е.Лихачев, С.Г.Фомин, С.В.Чернов, А.В.Мазурина. – Москва-Смоленск, 2011.
8. Методика подготовки гандболистов на основе их анатомо- физиологических и индивидуальных особенностей : учебное пособие / А.П.Попович, Г.И.Мехович, Т.А.Коломийчук, С.Д.Кунышева, Е.А.Гончарова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2016. – 136 с.
9. Официальные правила баскетбола ФИБА 2014. Утверждены ЦБ ФИБА 2014.
10. Планида, Е.В. Антидопинговое воспитание в образовательном процессе учащихся училищ олимпийского резерва / Е.В.Планида / Физическая культура и здоровье молодежи : XIII Всероссийская научно-практическая конференция, 30 марта 2017 г. – СПб. : СПбГУП, 2017. – С. 92-96. ISBN 978-5-7621-0912-3
11. Правила игры 2018 –2019 / Официальный свод правил IFAB. – Zurich. 2018. – 212 с.
12. 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.
13. Спортивные и подвижные игры и методика преподавания (в вопросах и ответах) : учеб.-метод. пособие / А.Г.Фурманов [и др.] ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; под общ. ред. А.Г.Фурманова. – Минск : БГУФК, 2018. – 184 с.
14. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учебник. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин и др.; под. ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 400 с.
15. Спортивные игры : учебное пособие для студентов вузов / А.Г.Мовсесов [и др.]. Минск : РИВШ, 2015. – 315с.
16. Теория и методика спортивных игр : учебник 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.
17. Теория и методика футбола : учебник / В.П.Губа [и др.] ; [общ. ред.: В.П.Губа, А.В.Лексаков]. – 2-е изд. – М. : СПОРТ, 2018. – 622 с.
18. Шестаков, И.Г. Учись играючи. Подвижные игры и эстафеты для детей : пособие / И.Г.Шестаков ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск, 2019. – 179 с. ; ил.

**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 вариантепротокол № \_\_\_ от \_\_\_.\_\_\_.20\_\_ |
| «Теория спорта» | Кафедра теории и методики физической культуры |  | Рекомендовать к утверждению учебную программу в представленном вариантепротокол № \_\_\_ 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»

кандидат пед. наук, доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.В. Севдалев