

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности



/ А. А. Шахов /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.03 Спортивные игры

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль): Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	2,3,4		
Семестр/триместр	3,4,5,6,7,8		

Лекции	134		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	242		
в т. ч. практическая подготовка	12		
Форма(ы) промежуточной аттестации	Экзамен-1,8		
Контроль	54		
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	72,2		

Всего часов: 504

Трудоемкость: 14 зачетных единицы.

Разработчик(и) рабочей программы:
старший преподаватель

Прокофьев Игорь Евгеньевич

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины:

- формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для проведения занятий по спортивным играм с различным контингентом занимающихся;

- создание условий для достижения обучающимися уровня компетентности, позволяющего знать и применять на практике теорию и практику спортивных игр.

Задачи изучения дисциплины:

- формирование у обучающихся представлений об основах методической деятельности в базовых видах спортивных игр;

- освоение обучающимися методики обучения технике и тактике спортивных игр, развития основных физических качеств;

- обучение обучающихся основным закономерностям владения и освоения технических приемов базовых видов спортивных игр;

- формирование представлений о практической реализации положений теории и методики спортивных игр на практике.

Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.01.03 «Спортивные игры» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули)

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-2	ПК-2.1. Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	Может демонстрировать умения поставки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации, учитывая ее основные направления, формы, методы и технологии, в рамках реализации
	ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).	Свободно демонстрирует различные способы организации воспитательных мероприятий, различных видов внеурочной деятельности, методы и формы их организации в рамках организации и реализации программ физического воспитания, учебного процесса по предмету физическая культура, учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта.

	ПК-2.3.Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	Владеет умениями выбирать и демонстрировать эффективные способы оказания консультативной помощи родителям или законным представителям обучающихся в вопросах воспитания в рамках основных и средних общеобразовательных программ, общеобразовательных программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
ПК-3	ПК-3.1. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.).	Владеет набором инструментов, необходимых для выбора наиболее эффективных способов интеграции учебного предмета «физическая культура» и отдельных избранных видов спорта в процесс организации развивающей учебной деятельности.
	ПК-3.2. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.	Умеет использовать и использует потенциал социокультурной среды региона в преподавании физической культуры, а также во время организации процесса дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
	ПК-3.3 Знает психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения	Знает основные психолого-педагогические аспекты, психолого-педагогические условия, формы, методы, средства и технологии создания развивающей образовательной среды, необходимой для достижения личностных и метапредметных результатов обучения в области физической культуры и спорта.
ПК-8	ПК-8.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.	Умеет разрабатывать и разрабатывает в соответствии с современными технологиями и методиками образовательные программы различных уровней по физической культуре, а также программы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
	ПК-8.2. Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса.	Формирует наиболее объективные средства контроля количественных и качественных показателей учебно-воспитательного процесса в области физической культуры и спорта.

	ПК-8.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.	Разрабатывает план коррекции и совершенствования образовательного процесса в области физической культуры и спорта в соответствии с полученными результатами диагностических и мониторинговых оценочных мероприятий.
--	--	---

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очная форма обучения

№	Наименование тем и разделов	Всего	Аудиторные занятия			Сам. работа
			ЛЗ	ПЗ	ЛБ	
3 семестр (футбол)						
1	Раздел 1. Исторические аспекты становления отечественного футбола на примере г. Ельца	7	2	4		1
2	Тема 1. Футбол в дореволюционной России на при мере Ельца.	4	1	2		1
3	Тема 2. История становления елецкого футбола в советский период. Современный этап развития елецкого футбола.	3	1	2		
4	Раздел 2. Общие основы теории и методики футбола: основные разделы подготовки	20	6	12		2
5	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика футбола	4	1	2		1
6	Тема 2. Техника игры в футбол: общие понятия, классификация и характеристика.	6	2	4		
7	Тема 3. Физические качества и физическая подготовка футболистов.	6	2	4		
8	Тема 4. Тактика игры: общие понятия, классификация, характеристика.	4	1	2		1
9	Раздел 3. Теоретико-методические основы спортивной тренировки в футболе	21	6	12		3
10	Тема 1. Структура спортивной подготовки в футболе. Этапы многолетней подготовки футболистов.	3	1	2		
11	Тема 2. Особенности спортивного отбора футболистов на разных этапах подготовки.	4	1	2		1
12	Тема 3. Планирование тренировочного процесса в многолетней подготовке юных футболистов.	6	2	4		
13	Тема 4. Основные виды спортивной подготовки в футболе и их характеристика.	4	1	2		1
14	Тема 5. Контроль и методика его проведения в футболе.	4	1	2		1

15	Раздел 4. Особенности организации, проведения и судейства соревнований по футболу.	14,7	4	8		2,7
16	Тема 1. Организация и проведение соревнований по футболу.	7	2	4		1
17	Тема 2. Правила игры в футбол и основы судейства.	7,7	2	4		1,7
18	Форма отчетности	Экзамен 0,3				
19	Контроль	9				
20	в т.ч. практическая подготовка	2				
21	ИТОГО за 3 семестр:	72	18	36	-	8,7
4 семестр (баскетбол)						
1	Раздел 1. История становления отечественного баскетбола	10	2	-	-	8
2	Тема 1. Баскетбол в дореволюционной России. История становления советского баскетбола.	2,5	0,5			2
3	Тема 2. Тенденции развития баскетбола в современной России. Выдающиеся отечественные баскетболисты.	2,5	0,5			2
4	Тема 3. История становления баскетбола в Липецкой области.	2,5	0,5			2
5	Тема 4. История становления баскетбола в Ельце.	2,5	0,5			2
6	Раздел 2. Общие основы теории баскетбола	28	6	14	-	8
7	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика игры баскетбол	6	2	2		2
8	Тема 2. Техника игры в баскетбол.	6	2	6		3
9	Тема 3. Организация и проведение соревнований по баскетболу	6	2	6		3
10	Раздел 3. Содержание игровой деятельности	24,7	6	14	-	4,7
11	Тема 1. Методика обучения и тренировки	24,7	6	14		4,7
12	Форма отчетности	Экзамен -0,3				
13	Контроль	9				
14	в т.ч. практическая подготовка	2				
15	<i>Итого в 4 семестре</i>	72	14	28	-	20,7
5 семестр (бадминтон)						
1.	Раздел 1. История развития бадминтона	5	4	-	-	1
2.	Тема 1 История развития бадминтона в России, Липецкой области, в Ельце	2,5	2			0,5

3.	Тема 2 История развития бадминтона в Липецкой области.	2,5	2			0,5
4.	Раздел 2. Общие основы теории бадминтона	57,7	14	36	-	7,7
5.	Тема 1. Основные правила игры в бадминтон для одиночных разрядов, для парных и смешанных разрядов.	9	2	6		1
6.	Тема 2. Обучение технике хвата ракетки, игровых стоек.	7	2	4		1
7.	Тема 3. Обучение технике подачи: короткая, плоская, высокодалёкая.	8	2	5		1
8.	Тема 4. Обучение технике выполнения ударов: подставка, смеш, смахивание, атакующий удар	8	2	5		1
9.	Тема 5. Обучение передвижений по площадке в одиночном разряде	7	2	4		1
10.	Тема 6. Обучение передвижений игроков в парном и смешанном разряде	7	2	4		1
11.	Тема 7. Обучение проведению и организации соревнований по бадминтону	11,7	2	8		1,7
12.	Форма отчетности	Экзамен -0,3				
13.	Контроль	9				
14.	в т.ч. практическая подготовка	2				
15.	Итого за 5 семестр	72	18	36	-	8.7
6 семестр (волейбол)						
1.	Раздел 1. История становления отечественного волейбола.	4,7	4	-	-	0,7
2.	Тема 1. История отечественного волейбола. Волейбол в дореволюционной России. История становления советского волейбола. Тенденции развития волейбола в современной России.	2	2			-
3	Тема 2. История становления волейбола в Липецкой области.	2,7	2			0,7
4	Раздел 2. Общие основы теории волейбола.	49	16	32		1
5	Тема 1. Техника игры в волейбол.	12,5	4	8		0,5
6	Тема 2. Тактика игры в волейбол.	12	4	8		-
7	Тема 3. Контроль технической подготовленности волейболистов: тесты и нормативы.	12,5	4	8		0,5
8	Тема 4. Общая и специальная физическая подготовка в волейболе: общие понятия, характеристика, система контроля и методика развития.	12	4	8		-
9	Раздел 3. Организация и проведение соревнований по волейболу.	35	12	32		1
10	Тема 1. Методика судейства в волейболе.	16,5	4	12		0,5

11	Тема 2. Организация и проведение соревнований по волейболу (классический, пляжный, мини-волейбол).	22,5	6	16		0,5
12	Тема 3. Планирование соревнований, ведение документации.	6	2	4		-
13	Форма отчетности	Экзамен -0,3				
14	Контроль	9				
15	в т.ч. практическая подготовка	2				
16	Итого за 6 семестр:	72	32	64		2,7
7 (настольный теннис)						
1	Раздел 1. История становления и развития настольного тенниса	3,7	3	-	-	0,7
2	Тема 1. Развитие настольного тенниса в СССР и России.	1	1	-		-
3	Тема 2. Настольный теннис в Олимпийских играх.	1	1	-		-
4	Тема 3. История становления настольного тенниса в Липецкой области и г. Ельце.	1,7	1	-		0,7
5	Раздел 2. Общие основы теории настольного тенниса	34	15	18	-	1
6	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика настольного тенниса	3	3	-		-
7	Тема 2. Техника игры в настольный теннис.	10	4	6		-
8	Тема 3. Тактика игры в настольный теннис.	8	4	4		-
9	Тема 4. Организация и проведение соревнований по настольному теннису.	13	4	8		1
10	Раздел 3. Содержание игровой деятельности	25	6	18	-	1
11	Тема 1. Методика обучения и тренировки в настольном теннисе.	25	6	18		1
12	Форма отчетности	Экзамен -0,3				
13	Контроль	9				
14	в т.ч. практическая подготовка	2				
15	Итого за 7 семестр	72	24	36	-	2,7
8 (гандбол)						
1	Раздел 1. История становления отечественного гандбола	4	2	-	-	2
2	Тема 1. История становления отечественного гандбола: этапы и их характеристика.	2	1	-		1
3	Тема 2. Тенденции развития гандбола в современной России.	2	1	-		1
4	Раздел 2. Общие основы теории гандбола	56	20	22	-	14
5	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика игры.	2	2	-		-
6	Тема 2. Техника игры в гандбол.	14	6	6		2

7	Тема 3.Тактика игры в гандбол.	12	4	6	-	2
8	Тема 4. Физическая подготовка в гандболе.	12	4	6	-	2
9	Тема 5. Организация и проведение соревнований по гандболу.	16	4	4	-	8
10	Раздел 3. Содержание игровой деятельности	38,7	6	20	-	12,7
11	Тема1. Методика обучения и тренировки	38,7	6	20	-	12,7
12	Контроль	9	-	-	-	-
13	Форма отчетности		-	-	-	-
14	Экзамен	0,3	-	-	-	-
15	в т.ч. практическая подготовка	2				
16	Итого за 8 семестр	108	28	42	-	28,7

Очно-заочная форма обучения (не реализуется)

Заочная форма обучения (не реализуется)

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценка освоения обучающимися содержания дисциплины включает текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся.

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы (письменного или онлайн тестирования), реферата, выполнения практических нормативов технической и физической подготовленности.

Типовой вариант контрольных работ (тестовые задания)

3 семестр (футбол)

1.вариант

1. Период от начала возобновления занятий в новом годовом цикле до первого планового состязания в футболе:

- а) переходный
- б) соревновательный
- в) подготовительный
- г) основной

2. При проведении официальных соревнований по футболу составляют:

- а) сценарий
- б) положение
- в) план
- г) инструкция

3. Какой вариант (диаметр) 11-метровой отметки соответствует правилам игры в футбол?

- а) 22 см
- б) 25 см
- в) 30 см
- г) 33 см

4. Какой вид подготовки в футболе определяет уровень развития двигательных способностей игроков:

- а) техническая подготовка

- б) физическая подготовка
- в) теоретическая подготовка
- г) тактическая подготовка

5. Размер футбольного поля, рекомендованный для проведения международных футбольных матчей, должен быть равен:

- а) 90 м x 40 м
- б) 120 м x 90 м
- в) 100 м x 60 м
- г) 110 м x 70 м

6. Назовите самого известного елецкого футболиста, серебряного призера чемпионата СССР в составе команды «СКА» (Ростов):

- а) О. Моторин
- б) А. Берсенас
- в) О. Копаев
- г) Ю. Разнов

7. Какая страна считается родиной футбола?

- а) Бразилия.
- б) Англия.
- в) Италия.
- г) Россия

8. В каком году проходил Чемпионат мира по футболу в России?

- а) 2018г.
- б) 2010 г.
- в) 2002 г.
- г) 2000 г.

9. Чемпионат мира по футболу проводится:

- а) раз в 4 года.
- б) каждый год.
- в) раз в 2 года.
- г) раз в 3 года

10. Можно ли проводить игру, когда часть игроков обута в бутсы, а другая часть – в кеды или кроссовки?

- а) нет, все игроки должны играть в однородной обуви
- б) можно
- в) разрешается играть только в бутсах
- г) разрешается играть только в кедах

11. Организация обороны в футболе со строгой ответственностью каждого обороняющегося футболиста за порученного ему соперника, является системой защиты

- а) смешанной
- б) персональной
- в) зонной
- г) функциональной

12. Когда мяч при «спорном мяче» считается в игре? а) как только судья выпустил мяч из рук

- б) как только мяч коснется кого-либо из игроков
- в) как только коснется грунта
- г) сразу после свистка

13. За умышленную игру рукой полевым игроком в своей штрафной площади судья

обязан назначить?

- а) штрафной удар
- б) спорный мяч
- в) свободный удар
- г) пенальти

14. При передачах мяча на близкое расстояние по земле и по воздуху, для взятия ворот при прострелах, при выполнении одиннадцатиметрового удара, чаще всего применяют удар:

- а) серединой подъема
- б) внешней частью подъема
- в) внутренней стороной стопы
- г) носком

15. Где располагаются запасные игрок команды во время проведения матча

- а) на трибунах
- б) в раздевалке
- в) за воротами
- г) на скамейке запасных

16. Каким образом в протоколе матча должны отмечаться игроки, забившие голы с 11-метровой отметки (пенальти)?

- а) +П
- б) +1
- в) +1П
- г) пен.

17. Как располагаются соперники при розыгрыше «спорного мяча»?

- а) со стороны своих ворот (спиной к воротам)
- б) со стороны боковых линий (спиной к боковым линиям)
- в) произвольно
- г) спиной к мячу лицом к своим воротам

18. Каково минимальное число игроков, при котором футбольная команда может продолжать играть в официальных соревнованиях?

- а) 10 чел.
- б) 8 чел.
- в) 5 чел.
- г) 7 чел.

19. Как называется футбольный полузащитник?

- а) форвард
- б) хавбек
- в) вингер
- г) инсайд

20. Самый значимый и важный европейский клубный футбольный турнир называют

- а) Кубок кубков
- б) Лига чемпионов
- в) Лига Европы
- г) Лига Наций

21. Может ли матч проводиться без перерыва?

- а) нет – минимальное время перерыва – 5 мин.
- б) может по желанию обеих команд
- в) может по усмотрению судьи
- г) может в любом случае

22. Имеет ли право футбольный вратарь пробивать 11-метровый штрафной удар?
- а) только полевые игроки
 - б) да
 - в) нет
23. Сколько длится тайм в футболе?
- а) 30 мин.
 - б) 20 мин.
 - в) 45 мин.
 - г) 35 мин.
24. Какой термин не относится к футболу?
- а) свободный удар
 - б) тайм-аут
 - в) 11-метровый удар
 - г) вне игры
25. Какой частью тела нельзя играть в футболе полевому игроку:
- а) грудью
 - б) головой
 - в) спиной
 - г) рукой

2. вариант

1. Год первого участия сборной команды России по футболу в Олимпийских играх
- а) 1932 г.
 - б) 1935 г.
 - в) 1912 г.
 - г) 1936 г.
2. Первая из елецких команд, дебютировавших в любительских отечественных чемпионатах
- а) Торпедо
 - б) Локомотив
 - в) ФК «Елец»
 - г) Эльта
3. После пробития 11-метрового удара в добавленное для этого время мяч, пройдя расстояние около метра, лопается. Какое решение должен принять судья?
- а) матч прекращается
 - б) 11-метровый удар перебить новым мячом
 - в) назначить «спорный мяч», с места, где мяч пришел в негодность
 - г) на усмотрении судьи
4. Размеры футбольных ворот
- а) 7 м 32 см х 2 м 44 см
 - б) 7 м 30 см х 2 м 44 см
 - в) 7 м 31 см х 2 м 43 см
 - г) 6 м 72 см х 2 м 34 см
5. В каком году проходил первый Чемпионат мира по футболу?
- а) 1941 г.
 - б) 1930 г.
 - в) 1925 г.
 - г) 1960 г.
6. Состав команды для игры в футбол:
- а) 10 чел.
 - б) 11 чел.

в) 5 чел.

г) 12 чел.

7. Сколько длится тайм в футболе?

а) 30 мин.

б) 20 мин.

в) 45 мин.

г) 35 мин.

8. Тактический способ защиты футболистов, при котором каждый защитник контролирует определенный участок поля и вступает в борьбу за мяч в его пределах, соответствует системе защиты

а) смешанной

б) персональной

в) зонной

г) функциональной

9. К какому разделу подготовки относится обучение перемещениям

а) физической

б) тактической

в) технической

г) технико-тактической

10. Страна – родоначальник игры в футбол

а) Аргентина

б) Англия

в) Россия

г) США

11. В то время, когда мяч находился в игре, два игрока одной команды в пределах поля допускают агрессивное поведение по отношению друг к другу. Судья остановил игру, используя принцип преимущества, применил дисциплинарные санкции. Каким образом возобновляется игра?

а) «спорным мячом»

б) штрафным ударом

в) свободным ударом

г) ударом с центра поля

12. В каком году ФК «Елец» дебютировал во 2-й лиге первенства ПФЛ?

а) 1997

б) 1998

в) 1999

г) 2000

13. Воспитанник елецкого футбола, Мастер спорта России, участник финального матча Кубка России 2018 г.

а) О. Копаев

б) А. Кутьин

в) Д. Жуковский

г) К. Гоцук

14. Период от первого до последнего планового состязания в футболе называется

а) переходный

б) соревновательный

в) подготовительный

г) основной

15. Основная задача общеподготовительного периода многолетней подготовки футболистов

а) разносторонняя общая физическая подготовка б) выступление в календарных играх

в) специальная физическая подготовка

г) соревнования

16. Каково минимальное число игроков, при котором футбольная команда может продолжать играть в официальных соревнованиях?

а) 10 чел.

б) 8 чел.

в) 5 чел.

г) 7 чел.

17. Как располагаются соперники при розыгрыше «спорного мяча»?

а) со стороны своих ворот (спиной к воротам)

б) со стороны боковых линий (спиной к боковым линиям)

в) произвольно

г) спиной к мячу лицом к своим воротам

18. Каким образом в протоколе матча должны отмечаться игроки, забившие голы с 11-метровой отметки (пенальти)?

а) +П

б) +1

в) +1П

г) пен.

19. Может ли судья показать красную карточку запасному игроку до его выхода на замену?

а) нет

б) да но только после замены и его выхода на футбольное поле

в) да

г) только в перерыве

20. Может ли матч проводиться без перерыва?

а) нет – минимальное время перерыва – 5 мин.

б) может по желанию обеих команд

в) может по усмотрению судьи

г) может в любом случае

21. Когда мяч при «спорном мяче» считается в игре?

а) как только судья выпустил мяч из рук

б) как только мяч коснется кого-либо из игроков

в) как только коснется грунта

г) сразу после свистка

22. В футболе гол считается забитым, если мяч:

а) коснулся линии ворот между стойками

б) полностью пересёк линию ворот между стойками

в) коснулся сетки ворот

г) попал в перекладину

23. Как называется выход мяча за боковую линию поля в футболе?

а) свободный удар

б) боковой удар

в) аут

г) угловой удар

24. В футболе гол считается не забитым, если мяч:

а) коснулся линии ворот между стойками

б) полностью пересёк линию ворот между стойками

в) коснулся сетки ворот

г) попал в перекладину

25. Какой термин не относится к футболу? а) свободный удар

б) тайм-аут

в) 11-метровый удар

г) вне игры

3. вариант

1. В каком году футбол включили в программу Олимпийских игр?

а) 1914 г.

б) 1898 г.

в) 1908 г.

г) 1910 г.

2. Со сколько метров от ворот пробивается пенальти в футболе?
- а) 11 м.
 - б) 10 м.
 - в) 15 м.
 - г) 9 м.
3. Где располагается тренерский штаб команды во время проведения матча
- а) на трибунах
 - б) в раздевалке
 - в) за воротами
 - г) на скамейке запасных
4. Как в футболе называют нападающего?
- а) форвард
 - б) хавбек
 - в) вингер
 - г) инсайд
5. Период годового цикла подготовки, который является базовым для закладывания «фундамента» общей физической подготовки в футболе называется
- а) переходный
 - б) соревновательный
 - в) обще подготовительный
 - г) специально подготовительный
6. Назовите главную футбольную команду Липецкой области
- а) ФК «Елец»
 - б) Спартак
 - в) Metallург
 - г) Родник
7. Какая высота флажштока углового флага соответствует Правилам игры в футбол?
- а) 120 см
 - б) 145 см
 - в) 155 см
 - г) 160 см
8. При выполнении быстрых и неожиданных, без подготовки ударов в футболе, при выбивании мяча у противника в выпаде или шпагате, чаще всего используют удар
- а) серединой подъема
 - б) внешней частью подъема
 - в) внутренней стороной стопы
 - г) носком
9. Своевременный опережающий выход к мячу футболиста обороняющейся команды для срыва атакующих действий соперника, называется
- а) перехват
 - б) дуплет
 - в) закрывание
 - г) отступление
10. Как называется длинная сторона футбольного поля?
- а) боковая
 - в) вратарская
 - г) лицевая
 - в) штрафная
11. Когда мяч считается в игре при выполнении углового удара?
- а) когда по нему нанесен удар, и он находится в движении
 - б) когда по нему нанесен удар, и он покинет угловой сектор
 - в) когда мяч после удара пройдет длину своей окружности
 - г) сразу после свистка арбитра
12. Показательные, учебные двусторонние, контрольные, товарищеские игры относятся в футболе к соревнованиям
- а) вспомогательным
 - б) основным

- в) подводящим
- г) подытоживающим

13. Положение, при котором футболист нападающей команды находится на чужой половине поля ближе к линии ворот соперника, чем мяч, называется

- а) «вне зоны»
- б) «вне игры»
- в) «вне защиты»
- г) «вне нападения»

14. Чемпионаты или первенства, розыгрыши кубка, официальные отборочные соревнования по футболу относятся к соревнованиям

- а) вспомогательные
- б) подводящие
- в) подытоживающие
- г) основные

15. Судья из-за непригодности поля отменил игру, а команды решили провести на этом поле товарищескую встречу. Можно ли этому судье в ней участвовать?

- а) да
- б) нет
- в) можно, но после оформления протокола календарного матча
- г) можно, если он сам этого хочет

16. Если игрок футбольной команды ударит соперника рукой, сделает подножку, прыгнет на соперника, толкнет его сзади, задержит соперника, сыграет в мяч рукой, назначается удар. Как он называется

- а) свободный
- б) штрафной
- в) удар с центра поля
- г) угловой

17. Как называется в футболе введение мяча в игру после того, как он вышел за короткую линию поля от игрока нападающей команды?

- а) свободный удар
- б) угловой
- в) удар от ворот
- г) начальный

18. Как называется короткая сторона футбольного поля? а) боковая

- в) вратарская
- г) лицевая
- в) штрафная

19. Кто был капитаном футбольной сборной, ставшей чемпионом Олимпийских игр 1956 года?

- а) А. Парамонов
- б) И. Нетто
- в) Л. Яшин
- г) Н. Симонян

20. Что обязательно должен сделать полевой игрок, заменивший вратаря в футбольном матче?

- а) надеть вратарские перчатки
- б) надеть вратарский свитер
- в) отдать капитанскую повязку полемому игроку
- г) уйти с боковую линию и войти в игру заново

21. Где располагается тренерский штаб команды во время проведения матча

- а) на трибунах
- б) в раздевалке
- в) за воротами
- г) на скамейке запасных

22. Как называется центральный защитник в футболе?

- а) стоппер
- б) хавбек
- в) инсайд
- г) форвард

23. Проходят ли судьи международной категории по футболу испытания по физической подготовленности?

- а) нет
- б) перед каждой официальной игрой
- в) да
- г) на усмотрение судьи

24. В футболе гол считается не забитым, если мяч:

- а) коснулся линии ворот между стойками и пересек ее
- б) полностью пересек линию ворот между стойками
- в) коснулся сетки ворот
- г) попал в перекладину

25. Может ли судья показать красную карточку запасному игроку до его выхода на замену?

- а) нет
- б) да но только после замены и его выхода на футбольное поле
- в) да
- г) только в перерыве

Практические нормативы

1. Физическая подготовка.

	Юноши	Девушки
1. Бег 30 м с высокого старта.	4,5 сек	5,5 сек
2. Метание набивного мяча сидя на полу (2-3 кг).	7 м	5 м
3. Прыжки в длину с места.	2,3 м	1,6 м
4. Челночный бег 30 м (3x10 м)	26,5 сек	30 сек

2. Техническая подготовка.

1. Удар по воротам на точность (створ ворот делится на 3 части). Мяч лежит на передней линии штрафной площадки (16,5 м от ворот).

Произвести удар по мячу любым способом и попасть в заданный угол ворот. Выполняются 5 ударов. Норматив не менее 3 попаданий в ворота.

2. Жонглирование мячом: 20 ударов ногой без падения мяча на землю. Удары выполняются любым способом.

3. Ведение мяча, обводка и удар по воротам. Старт с центра поля.

Провести мяч 20 метров, обвести 4 стойки, расстояние 2 м друг от друга, забить мяч в ворота. Норматив: выполнить упражнения в течении 12-15 с. С трех попыток.

4. Передача мяча верхом на точность на расстоянии 30 м. Норматив: выполняется 5 ударов, 3 попадания в квадрат 5х5 м.

4. Семестр (баскетбол)

Типовые контрольные работы.

Вариант I.

1. Назовите средства обучения технике перехвата мяча в их рациональной последовательности.
2. Назовите упражнения для обучения броскам с прыжком, в прыжке и с зависанием.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков «двойка».

Вариант II.

1. Назовите разновидности поворотов и дайте краткую характеристику технике их выполнения.
2. Как научить рациональной технике ведения мяча. Расскажите, как организовать процесс обучения технике ведения мяча.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «тройка».

Вариант III.

1. Предложите блок эффективных упражнений в их логической последовательности для обучения основам техники бросков с места.
2. Перечислите основные ошибки при остановках после ведения.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёх игроков «малая восьмёрка».

Вариант I.

1. Какие средства вы можете предложить для формирования взаимосвязей между техникой ловли мяча и передачи мяча и значимыми для их эффективного выполнения физическими качествами?
2. Назовите и дайте характеристику нескольким разнонаправленным подвижным играм, используемым в качестве средства обучения игровой деятельности баскетболистов.

Вариант II.

1. Какие средства эффективны для взаимосвязанного совершенствования техники ведения мяча и развития базовых физических качеств?
2. Предложите подводящие к баскетболу игры и опишите их правила.

Вариант III.

1. С помощью каких средств можно сформировать навык рациональных бросковых движений во взаимосвязи с высоким уровнем реализации скоростно-силовых качеств?
2. Как используются контрольные игры в игровой подготовке баскетболистов?

1. В каком году появился баскетбол как игра:

- а) 1819 г.
- б) 1899 г.
- в) 1891 г.
- г) 1895 г

2. Основатель игры в баскетбол:

- а) Билл Рассел
- б) Джеймс Нейсмитв)
- ФилВулперт
- г) Кесси Джонс

3. Из США баскетбол проник вначале в:

- а) Великобританию, Францию, Германию,б) Китай, Японию, Филиппины +
- в) Германию, Францию, Россию
- г) Латвию, Южную Америку, Китай, Японию

4. Размер баскетбольной площадки:

- а) 20 x 10 м
- б) 24 x 15 м
- в) 26 x 14 м
- г) 28 x 15 м

5. Правило, по которому команда, овладевшая мячом на своей половине площадки, должнаперевести его из тыловой зоны в передовую, называется:

- а) правило трёх секунд
- б) правило восьми секундв) правило 24 секунд
- г) правило 30 секунд.

6. Какая из перечисленных стоек относится к стойкам баскетболиста в нападении?а) стойка готовности

- б) стойка с параллельной постановкой стоп (параллельная)в) стойка с выставленной вперёд ногой
- г) закрытая стойка.

7. Какой из перечисленных дистанционных бросков выполняется со средней дистанции при плотной опеке соперника и полностью совпадает со структурными особенностями одноимённой передачи?

- а) бросок двумя руками от головы (сверху)б) бросок двумя руками от груди
- в) бросок одной рукой от плеча
- г) бросок одной рукой от головы (сверху)

8. Какой из перечисленных вариантов не относится к разновидностям броска в движении?а) бросок одной рукой снизу

- б) бросок двумя руками снизу
- в) бросок двумя руками от груди
- г) бросок одной рукой над головой (крюком)

9. Во время ловли мяча, баскетболисты применяют остановки прыжком и шагом. При ловле

какого мяча игрок должен применять остановку, прыжком?

- а) катящего мяча
- б) летящего на уровне колен
- в) летящего на уровне груди
- г) летящего выше головы

10. Отметьте ошибку при выполнении остановки двумя шагами:

- а) в завершающей фазе сзади стоящая нога выпрямляется, а передистоящая сгибается.
- б) сильное сгибание ноги на первом шаге.
- в) поворот туловища в сторону сзади стоящей ноги.
- г) стопы параллельны, но поставлены не на одной линии по направлению движения..

11. Разновидность бега, наиболее часто применяемая в баскетболе:

- а) бег лицом вперед
- б) бег спиной вперед
- в) гладкий бег
- г) рваный бег

12. Какое упражнение не относится к тактическим взаимодействиям двух игроков) передай мяч и выходи

- б) боковой заслон
- в) пересечение
- г) скрестный выход

13. Защита, при которой игроки держат определенного игрока нападения, противодействуя на любом участке площадки, не удаляясь далеко от корзины, называется:

- а) смешанная
- б) зонная
- в) личная
- г) концентрированная

14. Нападение, которое должно осуществляться в течение нескольких секунд от 3х до 5ти будет называться:

- а) специальным
- б) позиционным
- в) стремительным
- г) полу стремительным

15. В ходе игры нападающая команда имеет право владеть мячом:

- а) 8 секунд
- б) 30 секунд
- в) 24 секунды
- г) 3 секунды

16. Какая группа относится к технике

- а) техника передвижений
- б) техника противодействия и овладения мячом
- в) техника владения мячом
- г) техника игры

17. Сколько шагов можно сделать с мячом в руках без удареие его об

- пол?а) не более 2 шагов, если сделали больше считается пробежкой
б) не более 3 шагов, если сделали больше считается пробежкой
в) можно бегать с мячом в руках сколько угодно, лишь бы его не отняли
г) не более 1 шага, если сделали больше считается пробежкой

18. Сколько по времени длится матч в баскетболе?
а) 2 тайма по 15 минут
б) 4 тайма по 10 минут
в) 3 тайма по 12 минут
г) 4 тайма по 8 минут

19. Сколько всего человек в команде по баскетболу в официальных матчах?
а) 6 на площадке и 6 запасных
б) 5 на площадке и 7 запасных
в) 7 на площадке и 4 запасных
г) 4 на площадке и 7 запасных

20. Система нападения, которая предусматривает применение различных тактических комбинаций заготовленных на тренировках, называется:
а) стремительное
б) позиционное
в) специальное
г) полу позиционное

21. На какой высоте находится баскетбольная корзина?
а) 300 см.
б) 305 см.
в) 260 см.
г) 315 см.

22. Сколько человек одновременно играют на площадке в составе одной команды?
а) 6
б) 10
в) 5
г) 4

23. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:
а) остановки
б) броски в корзину
в) развороты
г) прыжки

24. Технику передвижений в баскетболе составляет:
а) бросок мяча
б) броски в корзину
в) прыжки
г) передачи мяча

2 вариант

1. Родиной баскетбола является:
а)

Великобритания

- б) Китай
- в) США
- г) Россия

2. В каком году баскетбол был включён в программу Олимпийских игр? а) 1908 год, Олимпиада в Лондоне;

- б) 1936 год, Олимпиада в Берлине;
- в) 1952 год, Олимпиада в Хельсинки;
- г) 1980 год, Олимпиада в Москве

3. Сколько очков может получить команда при попадании в кольцо? а) одно очко за каждое попадание

- б) 1 очко, 2 очка, 3 очка в зависимости от какого места произошёл бросок
- в) очки назначает судья, сколько он посчитает нужным
- г) 2 либо 3 очка в зависимости от какого места произошёл бросок

4. Если по окончании игры счет равный, как определяется победитель? а) назначают дополнительное время 5 минут

- б) выбирают по жребию
- в) играют до заброшенного мяча или набранного очка
- г) бьют по 5 штрафных бросков, кто больше попадет тот и выиграл

5. Какое упражнение не относится к тактическим взаимодействиям трёх игроков?

- а) наведение
- б) малая восьмёрка
- в) скрестный выход
- г) сдвоенный заслон.

6. Защита, при которой каждый игрок обороняет определенный участок площадки, нейтрализуя находящегося в нем нападающего, называется?

- а) личной
- б) смешанной
- в) зонной
- г) рассредоточенной

7. Какое упражнение не относится к технике противодействия и овладения мячом? а) накрывание и отбивание мяча при бросках

- б) взятие отскока на своем щите
- в) выбивание и перехват мяча
- г) ловля мяча

8. В основе какого метода заложена возможность развития двигательных способностей занимающихся в сочетании с совершенствованием техники игровых приёмов путём подбора специальных упражнений.

- а) метод сопряжённых воздействий
- б) игровой метод
- в) соревновательный метод
- г) метод моделирования условий предстоящей игровой деятельности

9. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов: а) остановки

- б) пасы
- в) ловлю мяча
- г) блокирование

10. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) пасы
- б) передачи
- в) повороты
- г) отбивание

11. Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов:

- а) ведение мяча
- б) повороты
- в) перебежки
- г) открывания

12. Технику передвижений в баскетболе составляет:

- а) ходьба, бег
- б) ловля, блокирование
- в) бросок и передачи мяча
- г) подбор, закрывание

13. Размеры баскетбольной площадки:

- а) 12 м X 24 м
- б) 9 м X 18 м
- в) 14 м X 26 м
- г) 10 м X 20 м

14. Сколько времени может владеть команда мячом, до того как произвести бросок по кольцу?

- а) 24 сек.
- б) 30 сек.
- в) 20 сек.
- г) 25 сек.

15. Технику передвижений в баскетболе составляет:

- а) остановки
- б) ловля мяча
- в) передачи мяча
- г) броски в корзину

16. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки?

- а) 10 сек.
- б) 18 сек.
- в) 8 сек.
- г) 12 сек.

17. Сколько очков даётся за забитый мяч со штрафной линии:
а) 3 очка
б) 2 очка
в) 1 очко
г) 0 очков

18. Выбор способа и траектории передач зависит также от:
а) состояния покрытия спортивной площадки
б) характера противодействия соперника
в) игровой сыгранности партнеров
г) количества болельщиков

19. Сколько времени даётся игроку на выбрасывание мяча:
а) 5 сек.
б) 3 сек.
в) 7 сек.
г) 2 сек.

20. Продолжительность четверти в баскетболе равна:
а) 15 минут
б) 10 минут
в) 20 минут
г) 8 минут

21. Сколько шагов можно делать без владения мячом:
а) 3
б) 2
в) 4
г) 1

22. Когда и где впервые начали играть в баскетбол в России?
а) в 1892 году в Москве
б) в 1908 году в Санкт-Петербурге
в) в 1902 году в Нижнем Новгороде
г) в 1909 году в Ярославле

23. Назовите нарушение, которое не относится к игре «баскетбол»:
а) аут
б) пробежка
в) двойное ведение
г) заступ в зону противника

24. Продолжительность основного времени официального матча в баскетболе равна:
а) 60 минут
б) 30 минут
в) 40 минут
г) 90 минут

25. Обучение передачам в движении необходимо начинать после овладения занимающимся техникой разновидностей ловли и передач мяча на месте и остановки двумя шагами с:

- а) броском в корзину
- б) передачей мяча
- в) ловлей мяча
- г) ведением мяча

Примерная тематика рефератов

1. История становления и развития отечественного баскетбола.
2. Место и значение баскетбола в системе физического воспитания.
3. «Техника игры в баскетбол». Общая характеристика техники игры в баскетбол, классификация.
4. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
5. Физическая подготовка: виды, роль и значение в баскетболе.
6. Ловкость, и методика ее воспитания в баскетболе.
7. Гибкость, и методика ее воспитания в баскетболе.
8. Сила, и методика ее воспитания в баскетболе.
9. Выносливость, и методика ее воспитания в баскетболе.
10. Быстрота, и методика ее воспитания в баскетболе.
11. Обучение основным элементам техники игры в баскетбол: передачи мяча.
12. Обучение основным элементам техники игры в баскетбол: ведения мяча.
13. Обучение основным элементам техники игры в баскетбол: броски в кольцо.
14. Обучение основным элементам техники игры в баскетбол: стойки и перемещения.
15. Обучение основным элементам техники перемещений: бег, прыжки, остановки.
16. Методика обучения базовым элементам техники игры: отбор мяча.
17. Обучение основным элементам техники игры в нападении.
18. Правила игры и методика судейства.
19. Обучение основным элементам техники игры в нападении.
20. Методика проведения соревнований.

5 семестр (бадминтон)

Типовой вариант контрольной работы

1. Из скольких партий состоит встреча по бадминтону и до скольких очков играется партия в бадминтоне?
2. Какие удары используются в бадминтоне?
3. Дайте краткую характеристику каждого из видов ударов, используемых в бадминтоне?

Ответ.

1. Встреча в бадминтоне состоит из трёх партий до двух побед. Каждая партия играется до 21 очка. Если счёт 20:20 то играют до разницы в два очка. Если счёт 29:29 то выигрывает тот спортсмен, который первый набрал тридцатое очко.

2. В бадминтоне используются следующие виды ударов:

- удары из передней зоны: откидка атакующая откидка добивание, сметание, толчок, подставка, подрезка, подкрутка, перевод косой вдоль сетки.
- удары из средней и задней зоны площадки: высокий, высокий атакующий, плоский, нападающий (смеш.), короткий, срезка, блокирующий.

Примерная тематика рефератов

1. История становления и развития отечественного бадминтона.
2. Место и значение бадминтона в системе физического воспитания.
3. Общая характеристика тактики игры в бадминтон, классификация.
4. Организация и проведение соревнований по бадминтону.

5. Физическая подготовка в бадминтоне
6. Ловкость, и методика ее развития в бадминтоне.
7. Сила, и методика ее воспитания в бадминтоне.
8. Выносливость, и методика ее воспитания в бадминтоне.
9. Быстрота, и методика ее воспитания в бадминтоне.
10. Участие в соревнованиях – необходимое условие проверки тактической подготовки игроков.
11. Индивидуальные тактические действия: в защите, в нападении.
12. Формы планирования: учебный план, учебная программа.
13. Применение современных средств, методов для развития специальных физических качеств бадминтонистов.
14. Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе.
15. Виды соревнований. Системы проведения соревнований. Оценка и учет соревнований.
16. Методика судейства соревнований. Терминология и жестикуляция. Овладение основами судейской практики.
17. Техническая подготовка в бадминтоне.

6 семестр (волейбол)

Типовой вариант контрольных работ

Тестовые задания

1. Волейбол как вид спорта возник :

- А) 1895г ; Б) 1901г; В) 1890г; Г) 1896г.

2. Технический прием «блок уступом» разработал:

- А) Платонов; Б) Карполь В) Морган Г) Алехно

3. Высота волейбольной сетки во время проведения соревнований школьников 15-16 лет (юноши) составляет:

- А) 220см Б) 230см В) 240см Г) 243см

4. Сколько этапов обучения присутствует в дисциплине волейбол:

- А) 2 Б) 5 В) 7 Г) 4

5. Что такое блокирование ?

- А) Самый эффективный прием защиты, но самый сложный технический прием игры в волейбол.
Б) блок, выполняемый двумя-тремя игроками
В) действия защитников с помощью которого преграждают путь мячу после нападающего удара со стороны противника.
Г) технический прием защиты, с помощью которого преграждают путь мячу после нападающего удара со стороны противника.

6. Что такое заслон ?

- А) индивидуальные действия волейболиста при розыгрыше мяча
Б) действия, которыми волейболист одной команды мешает своим соперникам видеть нападающего или траекторию полета
В) действия волейболиста при блоке
Г) элемент волейбола при «блоке уступом»

7. На каком этапе обучения применяется повторный метод обучения :

- А) 1; Б) 3; В) 5; Г) 2

8. Что из перечисленного рекомендуется в школе для популяризации соревнований по волейболу:

- А) показательные выступления профессиональных команд
- Б) матчевые встречи с другими школами
- В) однодневные соревнования, блиц-турниры
- Г) Чемпионат школы

9. Высота волейбольной сетки во время проведения соревнований школьников 11-12 лет (юноши) составляет:

- А) 220см
- Б) 230см
- В) 240см
- Г) 243см

10. Высота волейбольной сетки во время проведения соревнований школьников 15-16 лет (девушки) составляет:

- А) 200см
- Б) 210см
- В) 220см
- Г) 224см

11. Сколько времени дается игроку на выполнение подачи ,после сигнала судьи

- А) 5сек.
- Б) 2сек.
- В) 12 сек
- Г) 8сек.

12. Какой способ проведения не проводится в официальных соревнованиях Спартакиады школьников в России:

- А) круговой
- Б) «гандикап»
- В) с выбыванием
- Г) смешанный

13. Какие карточки может показать судья игроку нарушающему правила игры :

- А) красная
- Б) желтая)
- В) синяя
- Г) белая

14. минимальные размеры волейбольной площадки составляет :

- А) 18x9м
- Б) 15x7,5м
- В) 10x5м
- Г) 9x12м

15. Часть площадки, заключенная между линиями нападения, средней и боковой называется

- А) площадью атаки;
- Б) площадью защиты;
- В) нейтральной площадью;
- Г) площадь блокирования

16. Проведение соревнований в школе вносится в :

- А) план-конспект ;
- Б) календарный план;
- В) тетрадь учителя ;
- Г) в отчетную документацию

17. Перечислите порядок документации для проведения кубка школы по волейболу :

- А) положение, протокол, отчет
- Б) приказ,положение, протокол, отчет
- В) Заявки, протокол, отчет, приказ
- Г) приказ, положение, заявки, календарь, протокол, отчет

18. В каком году волейбол включен в программу зимних ОИ

- а) 1960
- Б) 1956
- В) 1968
- Г) 1980

19. Сборная России стала Чемпионом ОИ в :

- А) 2008г
- Б) 2012г
- В) 2000
- Г) 1988

20. Что такое подача ?

- А) действие введения мяча в игру правым игроком задней линии находящимся в зоне подачи

- Б) ввод игрока мяча в игру
- В) действие введения мяча в игру игроком команды
- Г) действие введения мяча в игру игроком задней линии находящимся в зоне подачи с любой точки зоны подачи .

21. Высшими соревнованиями в волейболе являются :

- А) ЧР Б) ЧЕ В) ОИ Г) ЧМ

22. Высота волейбольной сетки во время проведения соревнований (девушки) 17-18 лет составляет:

- А) 200см Б) 210см В) 220см Г) 224см

23. Длина антенны составляет:

- А) 1,85 м Б) 1,90 м В) 1,80 м Г) 1,95 м

24. Для игрока «либеро» какой прием запрещен?

- А) подача в защите; Б) игра в защите; В) игра на приеме ; Г) вторая передача

25. Что не входит в задачи урока?

- А) изучение правил игры ;
- Б) обучение стойкам и перемещениям;
- В) обучение передачи мяча двумя руками сверху и снизу
- Г) участия в соревнованиях.

Типовой вариант контрольной работы (волейбол) (практическая часть)

- 1) передача мяча над собой сверху двумя руками и снизу в круге диаметром 3 м (по 30 раз);
- 2) подача на точность в зоны 1 и 5 (зачтено из 5 – 3 раза);
- 3) нападающий удар из зоны 4, из зоны 2 (зачтено из 4 – 2 раза);
- 4) верхняя передача мяча через сетку в парах на удержание – 60 сек;
- 5) судейство соревнований различного уровня.

Примерная тематика рефератов

- 1. «Техника игры в волейбол». Общая характеристика техники игры в волейбол, классификация.
- 2. Обучение основным элементам техники игры в волейбол: передачи мяча (отдельно по каждому способу).
- 3. Обучение основным элементам техники игры в волейбол: нападающие удары (отдельно по каждому способу).
- 4. Обучение основным элементам техники игры в волейбол: прием мяча (отдельно по каждому способу).
- 5. Обучение основным элементам техники игры в волейбол: подачи мяча (отдельно по каждому способу).
- 6. Обучение основным элементам техники игры в волейбол: блок (отдельно по каждому способу).
- 7. Обучение основным элементам техники перемещений в волейболе.
- 8. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: подачи (отдельно по каждому способу).
- 9. Обучение основным элементам техники игры либеро.
- 10. Характеристика методик обучения резаным ударам.

11. Характеристика методик обучения нападающим ударам.

7 семестр (настольный теннис)

Типовой вариант контрольной работы

	Юноши	Девушки
1. Прыжки через скакалку за 1 минуту	140 раз	120 раз
2. Метание набивного мяча сидя на полу (2-3 кг).	7 м	5 м
3. Прыжки в длину с места.	2,3 м	1,6 м
4. Челночный бег 30 м (3x10 м)	26,5 сек	30 сек

1. Выполнение наката справа направо в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
2. Выполнение наката слева налево в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
3. Выполнение подрезки слева налево в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
4. Выполнение подрезки справа направо в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
5. Выполнение длинной подачи на точность в дальнюю зону стола (в серии из 10 подач), кол-во (8,7,6)
6. Выполнение короткой подачи на точность в зону 45см от сетки (по 5 подач в правую и левую часть стола), кол-во (8,7,6)

Примерная тематика рефератов 5 семестр (настольный теннис)

Типовой вариант контрольной работы

	Юноши	Девушки
1. Прыжки через скакалку за 1 минуту	140 раз	120 раз
2. Метание набивного мяча сидя на полу (2-3 кг).	7 м	5 м
3. Прыжки в длину с места.	2,3 м	1,6 м
4. Челночный бег 30 м (3x10 м)	26,5 сек	30 сек

7. Выполнение наката справа направо в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
8. Выполнение наката слева налево в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
9. Выполнение подрезки слева налево в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
10. Выполнение подрезки справа направо в паре, кол-во ударов двух игроков. (24,20,16)
11. Выполнение длинной подачи на точность в дальнюю зону стола (в серии из 10 подач), кол-во (8,7,6)
12. Выполнение короткой подачи на точность в зону 45см от сетки (по 5 подач в правую и левую часть стола), кол-во (8,7,6)

Примерная тематика рефератов

1. Настольный теннис - история, правила.
2. Современное состояние настольного тенниса в Китае.
3. История настольного тенниса в России: этапы становления и развития
4. Элементы игры в настольный теннис
5. Накат справа и слева: техника владения
6. Типы подач по форме движения ракетки. Прямое движение, челночное («челнок»), маятникообразное («маятник»), веерообразное («веер»).
7. Структура игры и соревновательной деятельности.
8. Настольный теннис в Олимпийских играх.
9. Общая и специальная подготовка в настольном теннисе.
10. Развитие игровой техники и инвентаря в настольном теннисе.
11. Современное состояние и развитие настольного тенниса в России.
12. Классификация и общая характеристика техники игры.
13. Основы тактики игры.
14. Характеристика стилей игры в настольный теннис.

15. Права и обязанности участников соревнований и судей.
16. Общая характеристика инвентаря для игры в настольный теннис.
17. Виды подготовки игроков в настольном теннисе.
18. Значение и место настольного тенниса в системе физического воспитания

6 семестр (гандбол)

Оценочные материалы для текущего контроля. Тестовые материалы. Контрольные упражнения.

1. Ловля и передача мяча в парах с продвижением на максимальной скорости, с обыгрыванием одного защитника и с броском в ворота.

2. Ведение мяча. Основные движения выполняют локтевой и лучезапястный суставы, ноги необходимо сгибать, чтобы сохранять положения равновесия и быстро изменять направление движения. Ведение выполняется правой и левой рукой поочередно. Ошибки: гандболист не переключает зрительный контроль с мяча на поле, слабое продвижение вперед.

3. Броски по воротам в движении и с места выполняются изученными способами в пределах семиметровой линии по воротам. Бросок выполняется в угол ворот 60х60 см. Дается право на выполнение пяти бросков (в левый – верхний; в правый – верхний, в левый – нижний, в правый – нижний). Юноши: «5» - 4 попадания; «4» - 3 попадания; «3» - 2 попадания. Девушки: «5» - 3 попадания; «4» - 2 попадания; «3» - 1 попадание.

Критерии оценки

Оценка «отлично» выставляется студенту, если: студент знает правила гандбола в последней редакции; выполняет тесты спортивно – технической и физической подготовленности разделам пройденной программы на оценку «отлично»; умеет самостоятельно технологическую карту урока по настольному теннису и провести части урока; умеет проводить самоконтроль, анализировать полученные результаты и вносить коррективы в индивидуальную программу самосовершенствования; участвует в спортивных соревнованиях различного уровня и организует судейство в них.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если: студент знает правила гандбола, но не всегда применяет их на практике; выполняет тесты для оценки спортивно – технической и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «хорошо»; недостаточно использует на практике методы физического совершенствования; испытывает затруднение в теории и методике обучения спортивным играм участвует в спортивных соревнованиях вузовского уровня.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: студент недостаточно знает правила настольного тенниса и слабо демонстрирует их на практике; проявляет недостаточные способности и желание заниматься; выполняет тесты для оценки спортивно – технической и физической подготовленности по разделам пройденной программы на оценку «удовлетворительно»; не принимает участия в спортивных соревнованиях.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он посещает занятия менее 50% от общего количества; если отсутствуют способности заниматься и знания по теории и методике настольного тенниса; если студент не выполняет тесты для оценки спортивно-технической и физической подготовленности по разделам пройденной программы.

Типовой вариант тестовых (контрольных) заданий по дисциплине

Тестовые вопросы по дисциплине «Гандбол».

1. Какие принципы обучения Вы знаете?
 - A. принцип наглядности
 - B. принцип систематичности и последовательности
 - C. принцип постепенности, принцип индивидуализации
 - D. принцип сознательности и активности
 - E. все выше перечисленное
2. Размеры гандбольной площадки:

- A. 40/20
- B. 16/8
- C. 40/15
- D. 17/9
- E. 15/8

3. К методам обучения относятся:

- A. словесные, наглядные и практические методы
- B. рассказ и объяснения
- C. наглядный метод
- D. словесный метод
- E. все выше перечисленное

4. Техника перемещения в гандболе:

- A. бег, рывок и скачки.
- B. бег, рывок, приставные шаги, прыжки, остановки и повороты
- C. остановки и повороты
- D. приставные шаги и прыжки
- E. рывок, приставные шаги и прыжки

5. Размеры гандбольных ворот:

- A. 2х 3 м
- B. 3м
- C. 3,10м
- D. 4,05м
- E. 2,95м

6. Техника владения мячом в гандболе:

- A. ловля, передачи, броски, ведения.
- B. ловля, передачи
- C. броски, ведения
- D. остановки и броски
- E. остановки, ловля, передачи, броски, ведения

7. К основным средствам обучения и тренировки относятся:

- A. общеразвивающие и подготовительные упражнения
- B. подводящие упражнения
- C. основные упражнения
- D. основные и подготовительные упражнения общеразвивающие, подготовительные, подводящие упражнения

8. Какие качества относятся к специальной физической подготовки:

- A. сила
- B. быстрота
- C. выносливость
- D. ловкость и гибкость
- E. все выше перечисленное

9. Количество игроков в одной команде вместе с запасными:

- A. 14
- B. 20
- C. 10
- D. 12
- E. 8

10. Виды планирования учебно-тренировочного процесса:

- A. перспективное планирование
- B. годичное планирование
- C. подготовительный и соревновательный период
- D. переходный период
- E. все выше перечисленное

11. В раздел спортивные игры входит:

- A. легкая атлетика
- B. лыжи
- C. подвижные игры
- D. тяжелая атлетика
- E. нет правильного ответа

12. Размеры вратарской зоны в гандболе:

- A. 30/15м
- B. 25/13м
- C. 24/12м
- D. 6 м
- E. 20/9м

13. Сколько частей имеет план-конспект урока:

- A. 3
- B. 4
- C. 6
- D. 2
- E. 8

14. Сколько времени дается игроку, чтобы выполнить бросок в гандболе из-за боковой линии:

- A. 5 сек
- B. 8сек
- C. 4сек
- D. 10сек
- E. 14сек

15. Какие методы организационной деятельности учащихся на уроке применяются:

- A. фронтальный метод
- B. групповой метод
- C. поточный метод
- D. метод индивидуальных занятий
- E. все выше перечисленное

16. Соревнования это:

- A. одна из форм повышения тренированности, выработки волевых качеств
- B. повышения силы, быстроты
- C. повышения роста техники и тактики игр
- D. повышения выносливости
- E. все выше перечисленное

17. Какие системы розыгрыша применяются в практике для проведения соревнований:

- A. круговая
- B. с выбыванием
- C. круговая, с выбыванием
- D. смешанная

Е. нет правильного ответа

18. Размеры гандбольного поля:

- А. 45/26м
- В. 38/24м
- С. 18/10м
- Д. 40/20м
- Е. 30/15м

19. В технику игры без мяча входит:

- А. финты, удары, передачи
- В. игра головой, остановки
- С. остановки, повороты, удары
- Д. бег, прыжки, финты
- Е. бег, прыжки, остановки, повороты

20. К тактике нападения относится:

- А. индивидуальные тактические действия
- В. групповые тактические действия
- С. командные, групповые тактические действия
- Д. командные тактические действия
- Е. индивидуальные, групповые, командные тактические действия

21. Техника гандбола включает:

- А. исходное положения и перемещения
- В. передачи
- С. нападающий удар
- Д. броски мяча по воротам
- Е. все выше перечисленное

22. Сколько полевых игроков находится на гандбольном поле во время игры:

- А. 8
- В. 6
- С. 10
- Д. 12
- Е. 14

23. В гандболе к технике нападения относится:

- А. стойка, бег, ходьба, повороты, остановки, прыжки
- В. стойка, бег, ходьба
- С. финты, передачи, повороты
- Д. передачи, остановки
- Е. прыжки, бег, ходьба, стойки

24. К основной части урока относится:

- А. определения домашнего задания
- В. упражнения снимающие физическую нагрузку
- С. применения подвижных игр, эстафеты, учебные игры, двухсторонние игры
- Д. построение, рапорт, сообщения задач урока по спортивным играм
- Е. все выше перечисленное

25. Сколько длится 1 тайм в гандболе:

- А. до 15
- В. 30 минут

- C. до 21
- D. до 11
- E. до 18

26. Сколько дается времени для атаки в гандболе:

- A. 35 сек
- B. 10 сек
- C. 15 сек
- D. 20 сек
- E. 30 сек

27. Сколько разделов в положении о соревнованиях:

- A. 5
- B. 9
- C. 6
- D. 7
- E. 3

28. Ведения мяча в гандболе это:

- A. ряд последовательных толчков в площадку без задержки его
- B. передача мяча партнеру по команде во время игры
- C. овладения мячом в ходе игры
- D. техника передвижения по площадке
- E. нет правильного ответа

29. На каком расстоянии находится линия свободных штрафных бросков от линии ворот:

- A. 5,20м
- B. 6м
- C. 9 м
- D. 6,55м
- E. 7м

30. Какое количество игроков находится на гандбольной площадке во время игры:

- A. 7
- B. 5
- C. 6
- D. 11
- E. 8

31. Можно ли при ведении мяча в гандболе заступать за линию площадки:

- A. можно если капитан команды
- B. да
- C. нет
- D. в зависимости от роста
- E. нет правильного ответа

32. За нарушения правил в гандболе дается:

- A. скидывание
- B. ведение
- C. 7-ми метровый штрафной бросок
- D. 11 метровый
- E. спорный мяч

33. Какие принципы обучения бывают:
- A. принцип наглядности
 - B. принцип систематичности и последовательности
 - C. принцип постепенности, принцип индивидуализации
 - D. принцип сознательности и активности
 - E. все выше перечисленное.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена с использованием следующих оценочных материалов: вопросы к экзамену, практические нормативы.

Перечень вопросов к экзамену (футбол) (3 семестр очная форма обучения)

1. Исторические аспекты развития футбола в дореволюционной России на примере г.
2. История становления футбола в Ельце: периодизация и краткая характеристика этапов.
3. Исторические аспекты развития отечественного футбола в 1920-е - 1953 гг. на примере г. Ельца.
4. Исторические аспекты развития отечественного футбола в 1954 - 1991 гг. на примере г. Ельца.
5. Исторические аспекты развития отечественного футбола в 1992 г. – настоящее время на примере г. Ельца.
5. Место и значение футбола в системе физического воспитания.
6. Общая характеристика и классификация техники игры в футбол.
7. Классификация и краткая характеристика техники игры полевого игрока: техника передвижения.
8. Классификация и краткая характеристика техники игры полевого игрока: удары по мячу.
9. Классификация и краткая характеристика техники игры полевого игрока: ведение и остановки мяча.
10. Классификация и краткая характеристика техники игры полевого игрока: финты и отбор мяча.
11. Классификация и краткая характеристика техники игры полевого игрока.
12. Общие понятия и классификация тактики игры в футбол.
13. Характеристика индивидуальной тактики игры в нападении.
14. Характеристика групповой тактики игры в нападении.
15. Характеристика командной тактики игры в нападении.
16. Характеристика индивидуальной и групповой тактики игры в защите.
17. Характеристика командной тактики игры в защите, способы организации командных действий в обороне.
18. Эволюция тактики игры в футбол.
19. Характеристика основных физических качеств футболистов.
20. Физическая подготовка футболистов.
21. Методика обучения и тренировки: основные задачи и принципы обучения и тренировки.
22. Методика обучения и тренировки: основные формы, методы и средства обучения и тренировки.
23. Структура отбора юных футболистов: теоретические основы, факторы.
24. Этапы многолетней подготовки в футболе: названия, временные параметры и характеристика.
25. Планирование в футболе: виды и характеристика.
26. Техническая подготовка: основные понятия, задачи, средства, методы.
27. Методика обучения технике передвижения.
28. Методика обучения технике полевого игрока.
29. Контроль технической подготовленности.
30. Основные задачи, средства и методы тактической подготовки в футболе.
31. Этапы тактической подготовки в футболе.
32. Методика обучения тактике.

33. Контроль физической подготовки на разных этапах тренировки.
34. Физическая подготовка: цели и задачи.
35. Динамика физических качеств юных футболистов.
36. Физическая подготовка: средства и методы.
37. Методика воспитания физических качеств футболистов: гибкость и ловкость.
38. Выносливость и методика ее воспитания в футболе.
39. Методика воспитания физических качеств футболистов: сила, скоростно-силовые качества.
40. Быстрота и методика ее воспитания в футболе.
41. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: перемещения.
42. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: удары по мячу головой.
43. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: удары по мячу ногами.
44. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: ведение мяча.
45. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: остановки мяча.
46. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: финты и отбор мяча.
47. Основные элементы техники игры вратаря.
48. Основные правила игры в футбол.
49. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки футболистов: спортивно-оздоровительный этап.
50. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки футболистов: этап начальной подготовки.
51. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки футболистов: тренировочный этап.
52. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки футболистов: этап спортивного совершенствования.
53. Планирование соревнований и их виды.
54. Организационные мероприятия по проведению соревнований.
55. Системы проведения соревнований.

Перечень вопросов к экзамену (баскетбол)

(4 семестр очная форма обучения)

1. История развития и периодизация истории отечественного баскетбола
2. История становления баскетбола в Липецкой области.
3. История советского баскетбола.
4. Баскетбол в современной России.
5. Место и значение баскетбола в системе физического воспитания.
6. Организация, проведение соревнований по баскетболу.
7. Общая характеристика техники игры в баскетбол.
8. Классификация технических приемов.
9. Физическая подготовка баскетболистов.
10. Методика воспитания физических качеств баскетболистов: гибкость и ловкость.
11. Выносливость и методика ее воспитания в баскетболе.
12. Методика воспитания физических качеств баскетболистов: сила, скоростно-силовые качества.
13. Быстрота и методика ее воспитания в баскетболе.
14. Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол: перемещения.
15. Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол: передачи.
16. Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол: броски.
17. Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол: ведение мяча.

18. Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол: отбор мяча.
19. Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол: перехваты.
20. Основные элементы техники игры в атаке и защите.
21. Контроль технической подготовленности юных баскетболистов: тесты и нормативы.
22. Правила игры в баскетбол.
23. Охарактеризуйте основные этапы многолетней подготовки баскетболистов.
24. Общая классификация техники игры в баскетбол.

Практическая часть
Контрольные тесты.

1. Физическая подготовка - ОФП

Тесты	Юноши	Девушки
1. Бег 30 м с высокого старта.	4,5 сек	5,5 сек
2. Метание набивного мяча сидя на полу (2-3 кг).	6 м	4 м
3. Прыжки в длину с места.	235 м	170 м
4. Челночный бег 30 м (3x10 м).	7,5 сек	8,5 сек

2. Техническая подготовка.

№	Тесты	оценка					
		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1.	Штрафной бросок. Выполняются 10 бросков.	6	5	4	5	4	3
2.	Трёхочковый бросок. Выполняются 10 бросков.	4	3	2	3	2	1
3.	Ведение мяча, 2 шага. Выполняются 10 бросков (5 справа, 5 слева).	8	7	6	7	6	5

Перечень вопросов к экзамену (бадминтон)
(5 семестр очная форма обучения)

1. Возникновение и развитие игры.
2. Общие положения спортивной тренировки (объем и интенсивность нагрузки).
3. История развития бадминтона в России.
4. Организация и проведение соревнований по бадминтону.
5. Техника перемещений. Методика обучения технике перемещений.
6. Быстрота и методика ее развития в бадминтоне.
7. Какие существуют траектории полета волана в бадминтоне.
8. Выносливость и методика ее развития в бадминтоне.
9. Разновидность подач в бадминтоне. Методика обучения технике подач.
10. Методика развития скоростно-силовых качеств в бадминтоне.
11. Виды ударов в бадминтоне. Методика обучения выполнения ударов в бадминтоне.
12. Сила и методика ее развития в бадминтоне.
13. Техника выполнения атакующего удара в бадминтоне. Методика обучения.
14. Ловкость и методика ее развития в бадминтоне.
15. Техника приема атакующего удара. Методика обучения технике приема волана.
16. Гибкость и методика ее развития в бадминтоне.
17. Стойки в бадминтоне. Перемещения при одиночной игре в бадминтоне.

18. Перемещения игроков в парном разряде. Смешанном разряде.
19. Средства и методы тренировки в бадминтоне.
20. Структура тренировочного занятия.
20. Планирование спортивной тренировки (годовое, оперативное, поурочное).

**Перечень вопросов к экзамену (волейбол)
(6 семестр очная форма обучения)**

(Теоретическая часть)

1. Общая характеристика техники игры в волейбол.
2. Классификация технических приемов.
3. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: удары (прямой нападающий удар).
4. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: удары (боковой нападающий удар).
5. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: удары (удары мимоблока).
6. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: удары (нападающий удар с переводом).
7. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: владение мячом (верхняя прямая подача).
8. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: владение мячом (верхняя боковая подача).
9. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: владение мячом (планирующие подачи).
10. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: владение мячом (подача в прыжке).
11. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: ведение мячом – передачи (верхние передачи двумя и одной рукой).
12. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: ведение мячом – передачи (верхние передачи в прыжке).
13. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: ведение мячом – передачи (верхние передачи назад).
14. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: ведение мячом – передачи (короткие, средние, длинные).
15. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: ведение мячом – передачи (высокие, средние, низкие).
16. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: ведение мячом – передачи с отвлекающими действиями.
17. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: приём мяча – двумя руками снизу.
18. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: приём мяча – двумя руками сверху.
19. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: приём мяча – одной рукой снизу в падении.
20. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: блок – зонный.
21. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол: блок – ловящий.
22. Контроль технической подготовленности юных волейболистов: тесты и нормативы.
23. Особенности технической подготовки юных волейболистов групп начальной подготовки.
24. Особенности технической подготовки юных волейболистов групп начальной специализации.
25. Особенности технической подготовки юных волейболистов учебно-тренировочных групп этапа углубленной специализации.
26. Особенности технической подготовки волейболистов групп

спортивногосовершенствования.

27. Особенности технической подготовки квалифицированных волейболистов.

28. Контроль технической подготовленности квалифицированных волейболистов: тесты инормативы.

29. Особенности технической подготовки волейболистов групп спортивного мастерства.

Практическая часть

Требования к зачету по волейболу

- 1) передача мяча сверху двумя руками и снизу в круге диаметром 3 м (по 30 раз);
- 2) подача на точность в зоны 1 и 5 (зачтено. из 5 – 3 раза);
- 3) нападающий удар из зоны 4 в 5; из № 2 в №1; (зачтено. из 3 – 2 раз);
- 4) передача мяча через сетку в парах на удержание – 60 сек.

Перечень вопросов к экзамену (настольный теннис) (7 семестр очная форма обучения)

1. История возникновения и развития настольного тенниса в России.
2. Основные понятия и терминология настольного тенниса.
3. Характеристика игры в настольный теннис.
4. Современное состояние настольного тенниса в стране и в мире.
5. Персоналии выдающихся отечественных игроков в настольный теннис.
6. Требования к инвентарю для игры в настольный теннис.
7. Характеристика соревновательной деятельности в настольном теннисе.
8. Судейство соревнований в настольном теннисе.
9. Виды соревнований в настольном теннисе.
10. Правила правильной подачи.
11. Правила розыгрыша очка в настольном теннисе.
12. Развитие техники игры и инвентаря в настольном теннисе.
13. Проведение командных соревнований в настольном теннисе.
14. Классификация техники приемов игры в нападении игроков.
15. Классификация техники приемов игры в защите игроков.
16. Типичные ошибки в технике выполнения атакующих ударов.
17. Методика обучения техническим элементам в настольном теннисе.
18. Характеристика тактики игры в паре.
19. Характеристика приемов нападения игроков.
20. Характеристика приемов техники игры в защите.
21. Основные правила игры в настольный теннис.
22. Классификация тактики и стилей игры в настольный теннис.
23. Тактика подач и приёма подач.
24. Тактика одиночной игры.
25. Тактика парной игры.
26. Тактика командной игры.
27. Виды подготовки игроков в настольный теннис.
28. Ошибки при выполнении подач в настольном теннисе.
29. Современные средства и методы обучения игре в настольный теннис.
30. Разминка, ее виды и значение в настольном теннисе.
31. Этапы спортивной подготовки.
32. Общая характеристика инвентаря для игры в настольный теннис.
33. Методика организации и проведения соревнований по настольному теннису.
34. Психологические качества и свойства личности игрока в настольный теннис.

Перечень вопросов к экзамену (гандбол) (8 семестр очная форма обучения)

1. Техника и методика обучения передвижениям в нападении.
2. Техника и методика обучения ловле и передаче мяча двумя руками от груди на

месте и движении.

3. Техника и методика обучения ловле и передаче мяча одной и двумя руками снизу.
4. Техника и методика обучения ловле и передаче мяча одной рукой от плеча.
5. Классификация передачи мяча.
6. Техника и методика обучения ведению мяча.
7. Техника и методика обучения броску двумя руками от груди.
8. Техника и методика обучения броску одной рукой от плеча.
9. Техника и методика обучения броску одной рукой сверху в движении.
10. Техника и методика обучения передвижениям в защите.
11. Техника и методика обучения выбиванию и вырыванию мяча.
12. Техника и методика обучения заслонам.
13. Техника и методика обучения групповым действиям в нападении.
14. Стремительное нападение (методика обучения).
15. Позиционное нападение (методика обучения).
16. Личная система защиты (методика обучения).
17. Зонная защита, ее варианты.
18. Смешанная система защиты (методика обучения).
19. Сочетание технических приемов (финт на проход, финт на бросок, методика обучения)
20. Размеры, оборудование площадки для игры.
21. Судейская бригада на игру.
22. Продолжительность игры, начало игры
23. Результат игры.
24. Минутный перерыв.
25. Правила замены.
26. Основное время игры Понятие чистого, грязного времени.

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Губа В.П. Тестирование и контроль подготовленности футболистов : монография / В.П. Губа, А. Скрипко, А. Стула. - Москва : Спорт, 2021. - 169 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9907239-8-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461312> (28.08.2025).
2. Горская И.Ю. Координационная подготовка спортсменов : монография / И.Ю. Горская, И.В. Аверьянов, А.М. Кондаков ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2021. - 220 с. : граф., схем., табл. - Библиогр. в кн. ; URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429341> (дата обращения 28.08.2025)
3. Команов, В.В. Резервы тренерского мастерства : практическое пособие : [12+] / В.В. Команов. – Москва : Спорт : Человек, 2021. – 145 с. : табл., ил. – (Библиотечка тренера). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481846> (дата обращения: 01.09.2025). – ISBN 978-5-9500178-5-8. – Текст : электронный.
4. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов : методическое пособие / О.Б. Лапшин. - Москва : Человек, 2024. - 177 с. : схем., табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-903508-73-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=4614139>(25.08.2025)
5. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол: планы уроков / О.Б. Лапшин. - Москва : Человек, 2025. - 257 с. : схем., табл., ил. - ISBN 978-5-906131-51-5; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461414>(01.09.2025)
6. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов. – Москва : Спорт, 2019. – 657 с. : схем., ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499925> (дата обращения: 01.09.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9500183-3-6. – Текст : электронный.

7. Серова Л.К. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе : учебное пособие / Л.К. Серова. - Москва : Спорт, 2021. - 96 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-27-5 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454262> (дата обращения 28.08.2025)

8. Сираковская Я.В. Бадминтон : учебно-методическое пособие : [16+] / Я.В. Сираковская, А.В. Завьялов, О.В. Шкирева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. - 78 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572422> (дата обращения: 01.09.2025). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4499-0536-9. - Текст : электронный.

9. Фетисова С.Л. Волейбол : учебное пособие : [16+] / С.Л. Фетисова, А.М. Фокин, Ю.Я. Лобанов ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. - Санкт-Петербург : Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2022. - 97 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-8064-2572-1; То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577516> (дата обращения: 01.09.2025).

4.2. Дополнительная литература

1. Витун Е.В. Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов : учебное пособие / Е.В. Витун, В.Г. Витун ; Оренбургский государственный университет. - Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2021. - 111 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481819> (дата обращения: 28.08.2025). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1674-9. - Текст : электронный.

2. Губа В.П. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы / В.П. Губа, А. Стула, К. Кромке ; худож. А. Литвиненко. - Москва : Спорт, 2021. - 272 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-75-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454495> (дата обращения: 28.08.2025)

3. Гусева, М.А. Физическая культура: волейбол : [16+] / М.А. Гусева, К.А. Герасимов, В.М. Климов ; Новосибирский государственный технический университет. - Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2019. - 80 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7782-3932-6; То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576645> (дата обращения 01.09.2025).

4. Жданов, В.Ю. Настольный теннис: обучение за 5 шагов / В.Ю. Жданов, И.Ю. Жданов, Ю.А. Милоданова. - Москва : Спорт, 2025. - 128 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-9906734-4-1 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430429> (дата обращения 28.08.2025)

5. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студентов высших учеб. заведений. - М., 2019 г. - ISBN 5-7695-1749-2; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=478495> (дата обращения: 01.09.2025)

6. Золотавина И.В. Техника и тактика игры в баскетбол. Основы обучения и совершенствования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Золотавина И.В.- Электрон. текстовые данные. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2021. - 152 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70784.html>. (дата обращения: 01.09.2025). - ЭБС «IPRbooks»

7. Макаров Ю. М. Концептуальные особенности совершенствования системы спортивной подготовки в игровых видах: монография / Ю.М. Макаров. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2025. - 150 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3923-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363696> (дата обращения 01.09.2025)

8. Мелентьев В.П. Футбольные финты, уловки, трюки: самоучитель для футболиста / В.П. Мелентьев. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт, 2022. - 65 с. : ил. - ISBN 978-5-906839-24-4; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461331> (дата обращения 23.08.2025)

9. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон / В.Г. Турманидзе, Л.М. Иванова, Г.С. Ковтун и др. ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. - Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2023. - 216 с. : ил. - Режим

доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142> (дата обращения: 01.09.2025). – ISBN 978-5-7779-2258-8. – Текст : электронный.

10. Футбол: программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва / под общ. ред. В.П. Губы. - Москва : Спорт : Человек, 2025. - 208 с. : табл., схем. - Библиогр.: с. 178-180 - ISBN 978-5-906131-61-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430418> (дата обращения 01.09.2025).

11. Шамонин А.В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей / А.В. Шамонин. - Екатеринбург : Изд-во УралГАХА, 2021. - 70 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7408-0120-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=222104> (дата обращения 28.08.2025)

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	https://infourok.ru/	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2.	http://edu.ru/	Российское образование: Федеральный портал. Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
3.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
----	---	--	---

2.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
----	--	--	------------------

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук). Практические занятия проводятся в спортивном зале, стадионе.

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.