

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
/Шахов А.А./

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ Б1.О.06.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта

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

Направленность (профиль): Физическая культура и безопасность жизнедеятельности, Технология

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	1,2,3		
Семестр/триместр	2,3,4,5		

Лекции	70		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	122		
в т. ч. практическая подготовка			
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет 3,4,5		
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	240		

Всего часов: 432

Трудоемкость: 12 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.О.06.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта реализуется в рамках обязательной части блока Б1. модуля 6 Дисциплины.

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- федеральные государственные образовательные стандарты;- историю, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем;- основы дидактики; <p>современные образовательные технологии, в том числе ИКТ.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- разрабатывать отдельные компоненты основных и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none">- теоретико-методические основы спортивной тренировки в избранном виде спорта;- особенности организации и построения тренировочных занятий;- основы обучения двигательным действиям и развития двигательных качеств в избранном виде спорта;- основы планирования и контроля подготовки и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;- основные средства и методы обучения технике, тактике, развития основных физических качеств в избранном виде спорта;- основные виды документов, регламентирующих соревновательную деятельность в избранном виде спорта, и основные требования к ее оформлению. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- выполнять и показывать физические, технические, тактические упражнения,

	<p>дополнительных образовательных программ; - использовать ИКТ в разработке образовательных программ; планировать учебные занятия;</p> <p>Владеть: - приемами разработки программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы; - навыками применения современных образовательных технологий в реальной и виртуальной образовательной среде; - ИКТ: на уровне пользователя; на общепедагогическом уровне; предметно-педагогическом уровне.</p>	<p>использовать различные средства, методы и формы организации тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта; - организовывать и строить тренировочные занятия в соответствии с учетом возрастных особенностей занимающихся, а также уровня их подготовленности; - формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы, спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности; - организовывать и проводить тренировочные занятия, педагогический контроль в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта; - оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности.</p> <p>Владеет: - необходимым набором теоретических знаний и практических умений, необходимых для построения, планирования и организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности в избранном виде спорта; - теоретико-методическими основами и практическими умениями оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся в избранном виде спорта, ведения документации, регламентирующей построение тренировочного процесса и соревновательную деятельность в избранном виде спорта.</p>
--	---	---

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	
2 семестр (футбол)						
1	Раздел 2. Общие основы теории и методики футбола и волейбола: основные разделы подготовки	80	8	8		64
2	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика футбола	20	2	2		16
3	Тема 2. Техника игры в футбол: общие понятия, классификация и характеристика.	20	2	2		16
4	Тема 3. Физические качества и физическая подготовка футболистов.	20	2	2		16
5	Тема 4. Тактика игры: общие понятия, классификация, характеристика.	20	2	2		16
6	Раздел 3. Теоретико-методические основы спортивной тренировки в футболе	100	10	10		80
7	Тема 1. Структура спортивной подготовки в футболе. Этапы многолетней подготовки футболистов.	20	2	2		16
8	Тема 2. Особенности спортивного отбора футболистов на разных этапах подготовки.	20	2	2		16
9	Тема 3. Планирование тренировочного процесса в многолетней подготовке юных футболистов.	20	2	2		16
10	Тема 4. Основные виды спортивной подготовки в футболе и их характеристика.	20	2	2		16
11	Тема 5. Контроль и методика его проведения в футболе.	20	2	2		16
12	в т.ч. практическая подготовка	-	-	-	-	-
13	Контроль		-	-	-	-
	ИТОГО за 2 семестр:	180	18	18	-	144
3 семестр (волейбол)						
1.	Раздел 1. История становления отечественного волейбола.	6	2	-	-	4
2.	Тема 1. История отечественного волейбола. Волейбол в дореволюционной России. История становления советского волейбола. Тенденции развития волейбола в современной России.	3	1	-	-	2
3	Тема 2. История становления волейбола в Липецкой области.	3	1	-	-	2

4	Раздел 2. Общие основы теории волейбола.	25	7	12		6
5	Тема 1. Техника игры в волейбол.	8	2	4		2
6	Тема 2. Тактика игры в волейбол.	8	2	4		2
7	Тема 3. Контроль технической подготовленности волейболистов: тесты и нормативы.	4	1	2		1
8	Тема 4. Общая и специальная физическая подготовка в волейболе: общие понятия, характеристика, система контроля и методика развития.	5	2	2		1
9	Раздел 3. Организация и проведение соревнований по волейболу.	21	5	12		4
10	Тема 1. Методика судейства в волейболе.	8	2	4		2
11	Тема 2. Организация и проведение соревнований по волейболу (классический, пляжный, мини-волейбол).	7	2	4		1
12	Тема 3. Планирование соревнований, ведение документации.	6	1	4		1
13	Раздел 4. Планирование тренировочного процесса.	20	4	12		4
14	Тема 1. Планирование тренировочных занятий, объемов и интенсивности нагрузки.	10	2	6		2
15	Тема 2. Особенности проведения тренировочных занятий с различными группами населения.	10	2	6		2
16	Контроль	зачет	-	-	-	-
17	Итого за 3 семестр:	72	18	36		18
4 семестр (баскетбол)						
1	Раздел 1. История становления отечественного баскетбола	12	4	-	-	8
2	Тема 1. Баскетбол в дореволюционной России. История становления советского баскетбола.	3	1	-		2
3	Тема 2. Тенденции развития баскетбола в современной России. Выдающиеся отечественные баскетболисты.	3	1	-	-	2
4	Тема 3. История становления баскетбола в Липецкой области.	3	1	-	-	2
5	Тема 4. История становления баскетбола в Ельце.	3	1	-	-	2
6	Раздел 2. Общие основы теории баскетбола	32	8	18	-	6
7	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика игры баскетбол	8	2	4		2

8	Тема 2. Техника игры в баскетбол.	10	4	4		2
9	Тема 3. Организация и проведение соревнований по баскетболу	8	2	4		2
10	Раздел 3. Содержание игровой деятельности	28	6	18		4
11	Тема 1. Методика обучения и тренировки	28	6	18		4
12	Контроль	зачет	-	-	-	-
	Итого в 4 семестре	72	18	36	-	18
5 семестр (бадминтон)						
1.	Раздел 1. История развития бадминтона	6	2	-	-	4
2.	Тема 1 История развития бадминтона в России, Липецкой области, в Ельце	3	1	-	-	2
3.	Тема 2 История развития бадминтона в Липецкой области.	3	1	-	-	2
4.	Раздел 2. Общие основы теории бадминтона		14	32	-	56
5.	Тема 1. Основные правила игры в бадминтон для одиночных разрядов.		-	4	-	8
6.	Тема 2. Основные правила игры в бадминтон для парных и смешанных разрядов.		2	4	-	8
7.	Тема 3. Обучение технике хвата ракетки, игровых стоек.		2	4	-	8
8.	Тема 4 Обучение технике подачи: короткая, плоская, высокодалёкая.		2	4	-	8
9.	Тема 5 Обучение технике выполнения ударов: подставка, смещ, смахивание, атакующий удар		2	4	-	8
10.	Тема 6. Обучение передвижений по площадке в одиночном разряде		2	4	-	8
11.	Тема 7. Обучение передвижений игроков в парном и смешанном разряде		2	4	-	4
12.	Тема 8. Обучение проведению и организации соревнований по бадминтону		2	4	-	4
13.	Контроль	зачет	-	-	-	-
14.	Итого за 5 семестр	108	16	32	-	60
	<i>в т.ч. практическая подготовка</i>					
	Всего контроль					
	Всего отчетность	3,4,5				
	Иные формы работы					
	ИТОГО:	432	70	122	-	240

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)

2 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 нелюбительских 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) Металлург
 - г) Родник
7. Какая высота флагштока 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. Пармонов
- 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 пересёк 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 5x5 м.

Типовой вариант контрольной работы (волейбол) (тестовые задания)

- 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. История становления и развития отечественного футбола.
2. Место и значение футбола в системе физического воспитания.

3. «Техника игры в футбол». Общая характеристика техники игры в футбол, классификация.
4. Организация и проведение соревнований по футболу.
5. Физическая подготовка: виды, роль и значение в футболе.
6. Ловкость, и методика ее воспитания в футболе.
7. Гибкость, и методика ее воспитания в футболе.
8. Сила, и методика ее воспитания в футболе.
9. Выносливость, и методика ее воспитания в футболе.
10. Быстрота, и методика ее воспитания в футболе.
11. Обучение основным элементам техники игры в футбол: передачи мяча и удары по мячу ногами.
12. Обучение основным элементам техники игры в футбол: ведения мяча.
13. Обучение основным элементам техники игры в футбол: остановки мяча.
14. Обучение основным элементам техники игры в футбол: удары по мячу головой.
15. Обучение основным элементам техники перемещений в футболе: бег, прыжки, остановки.
16. Методика обучения базовым элементам техники игры в футбол: финты и отбор мяча.
17. Обучение основным элементам техники игры вратаря.
18. Правила игры и методика судейства.

3 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»

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.

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?

Типовой вариант тестовых заданий по дисциплине

1 вариант

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 Нейсмит
- в) Фил Вулперт
- 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, должна перевести его из тыловой зоны в передовую, называется:

- а) правило трёх секунд
- б) правило восьми секунд
- в) 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 впереди стоящая 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 вперёд
- б) бег спиной вперёд
- в) гладкий бег
- г) рваный бег

12. Какое упражнение не относится к тактическим взаимодействиям двух игроков

- а) 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 защиты?

- 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 24м
- б) 9 м X 18м.
- 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 владение
- 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 занимающимися 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 играется партия в бадминтоне.
2. Какие удары используются в бадминтоне?
3. Дайте краткую характеристику каждого из видов ударов, используемых в бадминтоне?
 1. Ответ. 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 жестикауляция. Овладение основами судейской практики.
17. Техническая подготовка в бадминтоне.

Вопросы (зачет) (волейбол)
(3 семестр, очная форма обучения)

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 10 – 7 раз);
- 3) нападающий удар из зоны 4 в 5; из № 2 в №1; (зачтено. из 10 – 6 раз);
- 4) передача мяча через сетку в парах на удержание – 60 сек.

Перечень вопросов к зачету (волейбол)
(3 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 мимо блока).
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 спортивного совершенствования.
27. Особенности технической подготовки квалифицированных волейболистов.
28. Контроль технической подготовленности квалифицированных волейболистов: тесты и нормативы.
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 (зачет) 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 (зачет) 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).

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, 2016. - 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> (25.08.2021).
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, 2015. - 220 с. : граф., схем., табл. - Библиогр. в кн. ; URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429341> (дата обращения 20.08.2021)
3. Команов, В.В. Резервы тренерского мастерства : практическое пособие : [12+] / В.В. Команов. – Москва : Спорт : Человек, 2017. – 145 с. : табл., ил. – (Библиотечка тренера). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481846> (дата обращения: 01.08.2021). – 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, 2014. - 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>(25.08.2021)
5. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол: планы уроков / О.Б. Лапшин. - Москва : Человек, 2015. - 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>(20.07.2021)
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: 01.09.2020). – 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, 2016. - 96 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-27-5 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454262> (дата обращения 21.06.2021)
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: 01.08.2021). – 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, 2018. – 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: 01.08.2021).

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, 2017. – 111 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481819> (дата обращения: 20.05.2021). – 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, 2017. - 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> (18.06.2021)
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 12.08.2021).
4. Жданов, В.Ю. Настольный теннис: обучение за 5 шагов / В.Ю. Жданов, И.Ю. Жданов, Ю.А. Милоданова. - Москва : Спорт, 2015. - 128 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-9906734-4-1 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430429> (дата обращения 20.05.2021)
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> (18.07.2021)
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, 2018. - 152 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70784.html>. (дата обращения 13.08.2021). - ЭБС «IPRbooks»
7. Макаров Ю. М. Концептуальные особенности совершенствования системы спортивной подготовки в игровых видах: монография / Ю.М. Макаров. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 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 17.07.2021)
8. Мелентьев В.П. Футбольные финты, уловки, трюки: самоучитель для футболиста / В.П. Мелентьев. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт, 2016. - 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 23.08.2021)
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, 2018. – 216 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142> (дата обращения: 11.08.2021). – 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, 2015. - 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 11.08.2021)
11. Шамонин А.В. Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей / А.В. Шамонин. - Екатеринбург : Изд-во УралГАХА, 2011. - 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 15.08.2021)

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

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	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

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.