



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Дальневосточный федеральный университет»  
(ДВФУ)

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

«Согласовано»  
Школа искусств и гуманитарных  
наук  
Руководитель ОПОП

Мазитова Н.В.  
подпись) (Ф.И.О.)  
« 05 » \_\_\_\_\_ 07 \_\_\_\_\_ 2019 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор департамента  
физической культуры и спорта

Шакирова О.В.  
(подпись) (Ф.И.О. зав. каф.)  
« 05 » \_\_\_\_\_ 07 \_\_\_\_\_ 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)

**Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура**

Профиль «Спортивная тренировка»

**Форма подготовки очная**

курс 2, 3 семестр 3, 4, 5

лекции 44 час.

практические занятия 88 час.

лабораторные работы не предусмотрены

в том числе с использованием МАО пр. / час.

всего часов аудиторной нагрузки 132 час.

в том числе с использованием МАО / час.

самостоятельная работа 192 час.

в том числе на подготовку к экзамену 45 час.

контрольные работы (количество) не предусмотрены

курсовая работа / курсовой проект не предусмотрены

Зачет 3, 4 семестр

Экзамен 5 семестр

Рабочая программа составлена в соответствии с образовательного стандарта, самостоятельно устанавливаемого ДВФУ, утвержденного приказом ректора от 07.07.2015 г. № 12-13-1282

Рабочая программа обсуждена на заседании Департамента физической культуры и спорта протокол № 12 от 05.07.2019 г.

Директор департамента д.м.н. Шакирова О.В.

Составитель (ли): старший преподаватель Шайдарова И.В., старший преподаватель Бербенец О.А., доцент Исламов Р.М.

**Оборотная сторона титульного листа РПУД**

**I. Рабочая программа пересмотрена на заседании департамента:**

Протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О. Фамилия)

**II. Рабочая программа пересмотрена на заседании департамента:**

Протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О. Фамилия)

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА (СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ)»**

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» предназначена для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Спортивная тренировка». Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» относится к базовой части блока «Дисциплины (модули)» учебного плана подготовки бакалавров.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 зачетных единиц (324 часа, из них 132 часа аудиторной нагрузки). Учебным планом предусмотрены лекционные занятия (44 часа), практические занятия (88 часов), самостоятельная работа (192 часа, в том числе 45 часов на подготовку к экзамену). Дисциплина реализуется на 2 курсе в 3, 4 семестре на 3 курсе в 5 семестре.

Дисциплина логически и содержательно связана с такими учебными курсами как «Педагогика физической культуры и спорта», «Психология физической культуры и спорта», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика обучения базовым видам спорта» и «Физическая культура и спорт».

Знания, полученные в результате освоения курса «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)», наряду с другими базовыми предметами учебного плана, обеспечивает профессиональную подготовку будущих бакалавров физической культуры для работы в образовательных учреждениях различных типов.

**Целью** освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» является содействие формированию высококвалифицированных специалистов в области физической культуры и спорта.

### **Задачи:**

1. Обучить студентов техническим и тактическим элементам, а также приемам объяснения и демонстрации основных и вспомогательных технических приемов спортивных игр;
2. Научить студентов организовывать и проводить спортивные мероприятия по спортивным играм;
3. Научить определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений и подбирать средства их устранения, создавая условия для самоанализа и совершенствования.

Для успешного изучения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» у студентов должны быть сформированы следующие предварительные компетенции:

1. способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
2. способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии.

В результате изучения данной дисциплины у студентов формируются следующие общепрофессиональные компетенции (элементы компетенций).

<b>Код и формулировка компетенции</b>	<b>Этапы формирования компетенции</b>	
<b>ОПК-2</b> способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории	Знает	Теорию и методику физической культуры и требования образовательных стандартов
	Умеет	Проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов

и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Владеет	Базовыми положениями теории и методики физической культуры и спорта, а также методикой обучения базовым видам спорта
<b>ОПК-6</b> способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;	Знает	Состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.
	Умеет	Применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.
	Владеет	Навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.
<b>ОПК-8</b> способность организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта.	Знает	Пункты положения об организации и проведении соревнований, правила судейства по спортивным играм
	Умеет	Составлять положение об организации и проведении соревнований, осуществлять судейство по спортивным играм, организовывать и проводить соревнования
	Владеет	Основными способами организации и проведения соревнований и судейства различного уровня по спортивным играм

# **I. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА (44 ЧАСОВ)**

## **Баскетбол**

### **3 семестр**

#### **Лекционные занятия (18 часов)**

#### **Раздел I. Теоретические основы баскетбола (6 часов)**

##### **Тема 1. Возникновение и развитие баскетбола. История развития баскетбола на колясках. Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу (2 часа)**

Возникновение и развитие баскетбола в России и за рубежом. Эволюция правил, техники и тактики игры. Сильнейшие команды в мире и в России. СССР, Россия на Олимпийских играх и Чемпионатах Мира, Европы. Перспективы развития баскетбола.

Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований по баскетболу. Правила и организация соревнований по баскетболу. Виды розыгрышей. Перемещение и взаимодействие судей на площадке. Судейские жесты. Правила игры. Протокол игры.

##### **Тема 2. Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол (2 часа)**

Принципы сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, постепенности, систематичности и последовательности.

Средства обучения: общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия) и специфические средства (физические упражнения).

Методы обучения: словесные, наглядные и практические. Словесные методы - рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор. Наглядные методы - показ упражнений или их элементов, вспомогательные наглядные методы, методы ориентирования, практические

методы, подводящие упражнения, метод сопряженных воздействий, игровой метод, соревновательный метод.

Методы организации занимающихся: фронтальный, поточный, проходной, групповой, метод круговой тренировки и индивидуальных заданий.

### **Тема 3. Классификация техники игры и последовательность обучения (2 часа)**

Классификация техники игры. Техника игры, прием техники, техника игрового приема, способ выполнения приема. Последовательность обучения технике игры. Технология обучения игровым приемам - ознакомление с приемом; изучение приема в упрощенных, специально созданных условиях; углубленное разучивание приема; целостное формирование двигательного навыка; ситуационное изучение приема; закрепление приема в игре.

## **Раздел II. Методика обучения технике нападения и защиты в баскетболе (6 часов)**

### **Тема 4. Методика обучения техническим приемам игры в нападении (4 часа)**

Стойки и передвижения нападающего. Стойки баскетболиста в нападении - стойку готовности (основную) и стойку игрока, владеющего мячом, стойка нападающего с тройной угрозой.

Обучение стойке готовности. Обучение стойке игрока, владеющего мячом. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении стоек нападающего.

Основные способы передвижений в нападении - ходьба, прыжки, бег, остановки, повороты.

Разновидности бега - лицом и спиной вперед. Обучение разновидностям бега в нападении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении разновидностей бега в нападении.

Повороты без мяча или с мячом, на месте и в движении. Повороты на месте: вперед и назад. Обучение поворотам на месте. Обучение поворотам в

движении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении поворотов.

Остановки - двумя шагами и прыжком. Остановки двумя шагами: с удлиненным шагом правой ногой и с удлиненным шагом левой ногой. Остановка прыжком толчком правой или левой ноги. Обучение остановке двумя шагами. Обучение остановке прыжком. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении разновидностей остановок.

Ловля мяча двумя руками на месте. Ловля одной рукой. Ловля мяча в движении. Обучение ловли мяча двумя руками на месте. Организационно-методические указания. Основные ошибки при ловле мяча двумя руками на месте.

Остановки с ловлей мяча. Остановка двумя шагами с ловлей мяча двумя руками на уровне груди. Остановки прыжком с ловлей мяча. Комбинированная остановка. Разновидности остановок с ловлей мяча одной рукой. Обучение разновидностям остановок с ловлей мяча двумя руками.

Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении разновидностей остановок с ловлей мяча двумя руками.

Передачи мяча от головы (сверху), от груди, от плеча, снизу, сбоку, над головой (крюком), одной и двумя руками.

По траектории полета мяча любая из перечисленных разновидностей передач может быть прямой, навесной и с отскоком.

По направлению полета мяча выделяют передачи вперед, назад, в сторону; встречные (навстречу партнеру) и поступательные (диагональные на ход игроку).

Структура движения при выполнении всех способов передач. Последовательность освоения техники передач. Этапы изучения передачи мяча.

Передача двумя руками от груди. Передача одной рукой от плеча (от головы). Передача двумя руками от головы (сверху). Передача одной рукой над головой (крюком). Передача одной рукой сбоку. Передача одной рукой снизу. Передача двумя руками снизу. Передача одной рукой из-за спины.



Обучение передачам мяча на месте. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении передач мяча на месте.

Передачи мяча в движении. Встречные передачи мяча в движении. Обучение встречным передачам мяча в движении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении встречных передач мяча в движении.

Поступательные передачи мяча в движении. Обучение поступательным передачам мяча в движении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении поступательных передач мяча в движении.

Ведение с высоким отскоком мяча (высокое ведение). Ведение с низким отскоком мяча (низкое ведение).

Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча без зрительного контроля.

Обучение ведению мяча. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении ведения мяча.

Остановки после ведения мяча. Обучение разновидностям остановок после ведения мяча. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении разновидностей остановок после ведения мяча.

Разновидности выполнения бросков: двумя или одной рукой; от головы (сверху), над головой, от плеча, от груди, снизу); с места, в прыжке; в движении (после вышагивания или после получения мяча от партнера), после ведения мяча (проход-бросок).

Дистанционные броски с места. Бросок двумя руками от груди. Бросок двумя руками от головы (сверху). Бросок одной рукой от плеча. Бросок одной рукой от головы (сверху).

Обучение дистанционным броскам с места. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении дистанционных бросков с места.

Бросок одной рукой сверху в движении. Обучение броску одной рукой сверху (от плеча, от головы) в движении. Организационно-методические

указания. Основные ошибки при выполнении броска одной рукой сверху (от плеча, от головы) в движении.

Бросок одной рукой сверху после вышагивания. Обучение броску одной рукой сверху (от плеча, от головы) после вышагивания. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении броска одной рукой сверху (от плеча, от головы) после вышагивания.

Бросок одной рукой сверху (от плеча, от головы) после ведения мяча, или проход-бросок. Обучение броску одной рукой сверху (от плеча, от головы) после ведения. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении броска одной рукой сверху (от плеча, от головы) после ведения.

Разновидности броска в движении. Бросок одной рукой снизу. Бросок двумя руками снизу. Обучение разновидностям броска в движении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении разновидностей броска в движении.

## **Тема 5. Методика обучения техническим приемам игры в защите (2 часа)**

Стойки защитника - стойка с параллельной постановкой стоп (параллельная); стойка с выставленной вперед ногой и закрытая стойка.

Стойка защитника с параллельной постановкой стоп (параллельная). Стойка защитника с выставленной вперед ногой. Закрытая стойка.

Обучение стойкам защитника. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении стоек защитника.

Разновидности передвижений в защите - ходьба и медленный бег, бег спиной вперед, рывки, прыжки толчком одной или двумя ногами, передвижения приставными шагами и так называемый скрестный шаг-скачок.

Обучение передвижениям приставными шагами. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении передвижений приставными шагами.

К технике противодействия и овладения мячом относятся: вырывание, выбивание и перехват мяча, накрывание и отбивание мяча при бросках, взятие отскока на своем щите.

Вырывание мяча. Обучение вырыванию мяча. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении вырывания мяча.

Выбивание мяча. Выбивание мяча из рук соперника. Выбивание при ведении мяча. Обучение выбиванию мяча из рук соперника. Обучение выбиванию мяча при его ведении. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении выбивания мяча.

Борьба за отскочивший мяч. Обучение взятию отскока на своем щите. Организационно-методические указания. Основные ошибки при выполнении взятия отскока на своем щите.

### **Раздел III. Учебно-тренировочный процесс баскетболистов (6 часов)**

#### **Тема 6: Организация и особенности методики занятий по баскетболу в школе (2 часа)**

Организация, планирование учебной работы. Формы планирования: учебный план, учебная программа. Рабочий план, недельный график занятий, конспект урока. Методы организации учащихся. Методика, средства и формы передачи знаний на уроке баскетбола. Оценка успеваемости. Предупреждение травматизма и оказание первой помощи на уроках.

#### **Тема 7: Организация и методика учебно-тренировочного процесса в баскетбольных секциях общеобразовательной организации (2 часа)**

Стадии многолетней подготовки. Методы построения, этапность и цикличность тренировочного процесса. Годичный цикл. Виды спортивной подготовки. Тренировочная нагрузка и ее регулирование. Восстановление в тренировочном процессе. Технология тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки. Подготовка юных баскетболистов на этапе начального обучения, в учебно-тренировочных группах и на этапе спортивного совершенствования. Отбор в системе подготовки.

## **Тема 8: Специальная физическая подготовка баскетболиста (2 часа)**

Общие вопросы специальной физической подготовки. Основные методики воспитания физических качеств. Подбор задач для урока. Средства и методы подготовки. Развитие специальной выносливости, скоростно-силовых качеств и координационных способностей баскетболистов. Круговая тренировка. Характеристика критериев подготовки: объем, интенсивность, контроль за нагрузкой.

Ловля мяча — координационные способности. Передача мяча — скоростно-силовые качества. Передача мяча — быстрота. Ведение мяча — координационные способности. Ведение мяча — быстрота. Броски мяча в корзину — скоростно-силовые качества. Организационно-методические указания.

### **Волейбол**

#### **4 семестр**

#### **Лекционные занятия (18 часов)**

### **Раздел I. Теоретические основы волейбола (6 часов)**

#### **Тема 1: Место и значение волейбола в системе физического воспитания (2 часа)**

История развития волейбола. Обзор основных этапов развития волейбола. Виды волейбола (классического, пляжного, мини-волейбола, волейбол сидя). Современное состояние и концепция развития спортивно-оздоровительной направленности волейбола. Итоги выступления Российских волейболистов в международных соревнованиях.

#### **Тема 2: Организация и проведение спортивных мероприятий и соревнований по волейболу. Методика судейства соревнований (2 часа)**

Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Виды соревнований. Системы проведения соревнований. Положение о соревновании. Подготовка к соревнованию.

Оценка и учет соревнований. Методика судейства соревнований. Терминология и жестикуляция.

### **Тема 3: Особенности игровой деятельности в пляжном волейболе (2 часа)**

Концепция методики обучения и тренировки. Структурный анализ игры. Различия в правилах между пляжным волейболом и традиционным волейболом. Количественный анализ наиболее распространённых технических приёмов. Техника, тактика, формы тренировки. Факторы, влияющие на качество игровых действий. Приём и подачи. Тактика нападающих действий. Пляжный волейбол как оздоровительный спорт.

## **Раздел II. Основы и техники и тактики игры в волейбол, методика обучения (6 часов)**

### **Тема 4: Основные особенности технической и тактической подготовки волейболистов (2 часа)**

Общая стратегия двигательного обучения в волейболе. Техника игры и ее характеристика. Особенности современной техники волейбола, тенденции ее дальнейшего развития. Классификация технических приемов. Терминология. Техника нападения, техника защиты. Взаимосвязь техники нападения и защиты.

Цель и задачи тактической подготовки. Зависимость тактической подготовки от других видов подготовки. Участие в соревнованиях – необходимое условие проверки тактической подготовки игроков и команды. Терминология. Индивидуальные тактические действия: в защите, в нападении. Групповые тактические действия: в защите, в нападении. Взаимодействие игроков передней линии со сменой зон, взаимодействие игроков задней линии со сменой зон; защита «углом вперед», «углом назад». Тактика нападения со второй линии.

### **Тема 5: Методика обучения техническим приемам игры в нападении в волейболе (2 часа)**

Методические рекомендации при обучении техническим приемам игры в волейбол. Методика обучения специальной ловкости волейболистов. Последовательность обучения: стойкам и перемещениям; передачам мяча сверху, снизу; подачам; нападающим удара. Общая характеристика технического приема и виды подач. Общие принципы и тренерские точки при обучении подаче. Требования к методике обучения техническим приемам, ошибки и пути их исправления.

#### **Тема 6: Методика обучения техническим приемам игры в защите в волейболе (2 часа)**

Общая характеристика защитных действий. Общие принципы и ключевые точки обучения игре в защите. Последовательность обучения защитным действиям. Методика обучения защите в стойке. Тактические принципы игры в защите. Общая характеристика и основные принципы блокирования. Принципы и последовательность обучения блокированию. Функции и тактика блокирования. Требования к методике обучения техническим приемам, ошибки и пути их исправления.

### **Раздел III. Организация и методика проведения спортивной тренировки (6 часов)**

#### **Тема 7: Методические особенности построения занятий по волейболу. Планирование и контроль на уроках физической культуры по волейболу (2 часа)**

Организация, планирование и учет работы волейбольной секции. Формы планирования: учебный план, учебная программа. Рабочий план, недельный график занятий, конспект урока. Учет работы секции, формы учета и основные требования, предъявляемые к учету. Методика проведения учебно-тренировочных занятий в группах начального обучения детей. Особенности построения и методика проведения учебно-тренировочных занятий в группах спортивного совершенствования.

#### **Тема 8: Закономерности тренировки волейболистов и ее построение. Проблемы периодизации тренировки (2 часа)**

Принципы тренировки. Направленность на высшее достижение. Единство общей и специальной подготовки. Непрерывность тренировочного процесса. Постепенное и максимальное увеличение нагрузки. Волнообразное изменение нагрузки. Цикличность тренировочного процесса. Микроциклы.

### **Тема 9: Специальная физическая подготовка в волейболе (2 часа)**

Общие вопросы специальной физической подготовки. Специальная физическая подготовка волейболистов. Контроль за уровнем двигательных способностей в волейболе. Основные методики воспитания физических качеств. Подбор задач для урока. Средства и методы подготовки. Развитие специальной выносливости, скоростно-силовых качеств и координационных способностей волейболистов. Круговая тренировка. Характеристика критериев подготовки: объем, интенсивность, контроль за нагрузкой.

## **Футбол**

### **5 семестр**

#### **Лекционные занятия (8 часов)**

#### **Раздел I. Теоретические основы футбола (2 часа)**

**Тема 1. История развития мирового и отечественного футбола. Правила игры в футбол и мини-футбол. Особенности организации и проведение соревнований по футболу. (2 часа)**

Краткие сведения об играх в мяч в древнем мире и в средние века. Возникновение и развитие футбола в России. Организация футбольных клубов, кружков, лиг и Всероссийского союза. Основные этапы развития футбола в СССР. Чемпионаты и соревнования на Кубок страны. Международные встречи российских команд, участие в Олимпийских играх, первенствах Мира и Европы. Основные итоги крупных международных соревнований по футболу прошедшего олимпийского цикла (ЧМ, ЧЕ, ОИ и др.). История развития приморского футбола.

Планирование соревнований и их виды. Календарь соревнований в футболе. Положение о соревнованиях, его значение и содержание. Системы

проведения соревнований, розыгрыша. Характеристика систем. Способы составления расписания игр и определения мест в розыгрыше.

Правила игры в футболе, их влияние на характер и содержание игры. Изложение основных положений из разделов правил игры. Методика судейства. Роль и значение судьи. Руководство игрой. Обязанности судьи. Взаимодействие главного судьи с судьями на линии и резервным судьей.

## **Раздел II. Методика обучения и тренировки футболиста (4 часов)**

### **Тема 3. Классификация и систематика приемов техники игры в футбол (2 часа)**

Техника игры в футбол и методика обучения. Определение понятий техники. Основные тенденции в развитии техники. Классификация и систематика приемов техники. Последовательность в обучении приемом техники. Особенности организации и проведения упражнений при обучении приемом техники. Техника передвижений, ударов по мячу, отбора мяча, вбрасывания мяча, остановок мяча. Техника вратаря, ловля, отбивание, перевод, броски мяча.

### **Тема 4. Классификация и систематика приемов тактики игры в футбол. Система подготовки футболистов. (2 часа)**

Тактика игры в футбол и методика обучения. Определение понятий тактики. Основные тенденции в развитии тактики. Классификация и систематика приемов и тактики. Последовательность в обучении приемом тактики. Особенности организации и проведения упражнений при обучении приемом тактики. Функции игроков, вратарь, игроки линии защиты, игроки средней линии, игроки линии нападения. Индивидуальная, групповая и командная тактики нападения. Индивидуальная, групповая и командная тактики защиты.

Задачи и принципы обучения и тренировки. Структура процесса обучения. Формы организации, основные средства и методы обучения и тренировки. Отбор юных футболистов. Этапы многолетней подготовки, перспективное, годовое, этапное и текущее планирование. Распределение



нагрузок в годичном цикле. Содержание и форма тренировочных микроциклов. Комплексный контроль и оценка результатов.

## **II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА (88 ЧАСОВ)**

### **Баскетбол**

#### **3 семестр**

#### **Практические занятия (36 часа)**

**Занятие 1. Обучение технике передвижений с остановками и поворотами с мячом и без мяча. Обучение технике передачи мяча одной рукой от плеча на месте. (2 часа)**

1. Развитие быстроты.
2. Обучение стойке баскетболиста.
3. Обучение технике передвижений с остановками и поворотами с мячом и без мяча.
4. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди на месте и с отскоком от пола.
5. Обучение технике передачи мяча одной рукой от плеча на месте.

**Занятие 2. Обучение технике ведения мяча на месте с изменением высоты отскока. Обучение технике ведения мяча в высокой и низкой стойках в движении по прямой. (2 часа)**

1. Развитие прыгучести.
2. Обучение технике ведения мяча на месте с изменением высоты отскока.
3. Обучение технике ведения мяча в высокой и низкой стойках в движении по прямой.
4. Совершенствование техники передвижений с остановками и поворотами с мячом и без мяча.
5. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.

**Занятие 3. Обучение технике броска одной рукой сверху с места. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча в движении. (2 часа)**

1. Развитие силы мышц рук и ног.
2. Обучение технике броска одной рукой сверху с места.
3. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча в движении.
4. Совершенствование техники ведения мяча на месте с изменением высоты отскока.

**Занятие 4. Обучение технике ведения мяча с изменением высоты отскока, скорости и направления движения. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ведения. (2 часа)**

1. Развитие скоростной выносливости.
2. Обучение технике ведения мяча с изменением высоты отскока, скорости и направления движения.
3. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ведения.
4. Совершенствование техники ведения мяча в высокой и низкой стойках в движении по прямой.
5. Совершенствование техники броска одной рукой сверху с места.

**Занятие 5. Обучение технике выбивания и вырывания мяча. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ведения. (2 часа)**

1. Развитие силы мышц туловища.
2. Совершенствование техники броска с места после передачи и ведения мяча.
3. Обучение технике выбивания и вырывания мяча.
4. Совершенствование техники броска одной рукой сверху с места.
5. Совершенствование техники передачи мяча от груди двумя руками и одной рукой от плеча в движении.

6. Совершенствование техники ведения мяча с изменением высоты отскока, скорости и направления движения.

**Занятие 6. Совершенствование техники передачи мяча от груди двумя руками и одной рукой от плеча в движении. Обучение технике броска двумя руками от груди и сверху с места. (2 часа)**

1. Развитие координации движений.
2. Обучение технике броска двумя руками от груди и сверху с места.
3. Совершенствование техники передачи мяча от груди двумя руками и одной рукой от плеча в движении.
4. Совершенствование техники броска в движении одной рукой сверху после ведения мяча.
5. Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления движения, скорости и высоты отскока.

**Занятие 7. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ловли мяча. Обучение взаимодействию двух игроков «отдай мяч и выйди». (2 часа)**

1. Развитие силы мышц ног.
2. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ловли мяча.
3. Обучение технике защиты против игрока с мячом.
4. Обучение взаимодействию двух игроков «отдай мяч и выйди».
5. Совершенствование техники выбивания и вырывания мяча.
6. Совершенствование техники броска в движении одной рукой сверху после ловли мяча.

**Занятие 8. Обучение технике штрафного броска. Обучение технике ловли высоко летящего мяча в прыжке двумя руками и после его отскока от щита. (2 часа)**

1. Развитие специальной выносливости.
2. Обучение технике штрафного броска.

3. Обучение технике ловли высоко летящего мяча в прыжке двумя руками и после его отскока от щита.

4. Совершенствование взаимодействия двух игроков «отдай мяч и выйди»

4. Обучение технике защиты против игрока без мяча.

5. Обучение позиционному нападению без изменения позиций игроков.

#### **Занятие 9. Обучение технике быстрого прорыва в тройках. (2 часа)**

1. Обучение технике быстрого прорыва в тройках.

2. Обучение позиционному нападению без изменения позиции игроков.

3. Совершенствование техники штрафного броска.

4. Комплексы для развития быстроты, ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств баскетболиста. Круговая тренировка.

#### **Занятие 10. Индивидуальные действия баскетболиста. (2 часа)**

Индивидуальные действия баскетболиста: выход на свободное место с целью освобождения от опеки защитника и получения мяча.

Групповые взаимодействия: взаимодействие двух игроков «Передай и выйди», «Двойка». Взаимодействие трех игроков «Треугольник», «Пас в одну – заслон в другую», «Малая восьмерка», «Скрестный выход» для получения мяча, «заслоны», «наведения».

#### **Занятие 11. Правила игры. (4 часа)**

Игра в баскетбол. Перемещение и взаимодействие судей на площадке (два судьи, три судьи). Судейские жесты. Правила игры. Протокол игры.

#### **Занятие 13 – 16. «Самостоятельное проведение урока по баскетболу студентами» (8 часов)**

#### **Занятие 17. Прием контрольных нормативов. (2 часа)**

1. Ведение, остановки двумя шагами и прыжком с мячом, повороты вперед и назад.

2. Перемещения в защитной стойке (правым и левым боком, спиной

и лицом вперед).

3. Ведение мяча с изменением направления и скорости передвижения.

### **Занятие 18. Прием контрольных нормативов. (2 часа)**

1. Передача мяча от груди двумя руками на месте в парах.
2. Бросок мяча с двух шагов в движении одной рукой сверху.
3. Штрафные броски.
4. Передачи мяча в движении в парах с атакой кольца.

## **Волейбол**

### **4 семестр**

#### **Практические занятия (36 часов)**

#### **Занятие 1. Стойка и перемещение волейболиста (2 часа)**

1. Обучение стойкам и перемещениям волейболистов.
2. Обучение передаче мяча двумя руками сверху на месте и в движении.
3. Развитие силы мышц ног.

#### **Занятие 2. Нижняя передача мяча двумя руками на месте и в движении (2 часа)**

1. Обучение нижней передаче мяча двумя руками на месте и в движении.
2. Совершенствование стоек и перемещений волейболиста.
3. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху.
4. Развитие специальной быстроты отдельных движений волейболиста.

#### **Занятие 3, 4. Прямая нижняя подача (4 часа).**

1. Обучение прямой нижней подаче.
2. Совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча двумя руками в движении.
3. Развитие прыжковой выносливости.

#### **Занятие 5, 6. Прямая верхняя подача (4 часа)**

1. Обучение прямой верхней подаче.
2. Совершенствование прямой нижней подачи.
3. Совершенствование верхней и нижней передачи мяча на месте и в движении.

4. Развитие взрывной силы мышц ног.

#### **Занятие 7, 8. Нижняя боковая подача (4 часа)**

1. Обучение нижней боковой подаче.
2. Совершенствование прямой верхней подачи.
3. Развитие силы мышц рук и плечевого пояса.

#### **Занятие 9. Нападающий удар (2 часа)**

1. Обучение нападающему удару.
2. Совершенствование прямой верхней подачи
3. Развитие прыжковой выносливости.

#### **Занятие 10. Приём мяча одной и двумя руками в падении (2 часа)**

1. Обучение приёму мяча одной и двумя руками в падении.
2. Совершенствование техники нижней боковой подачи.
3. Развитие координационных способностей волейболиста.

#### **Занятие 11. Одиночное и групповое блокирование (2 часа)**

1. Обучение одиночному и групповому блокированию
2. Совершенствование одиночного блокирования.
3. Развитие быстроты.

#### **Занятие 12, 13. Тактические действия в нападении (4 часа)**

1. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.
2. Совершенствование навыков группового блокирования.
3. Воспитание координационных способностей.

#### **Занятие 14, 15. Стартовая скорость (4 часа)**

1. Развитие стартовой скорости.
2. Обучение технике защитных действий .
3. Обучение взаимодействию двух игроков у сетки.

#### **Занятие 16. Тактические действия в защите и нападении (2 часа)**

1. Обучение тактическим действиям в защите и нападении.

### **Занятие 17, 18. Прием контрольных нормативов (4 часа)**

1. Передачи мяча двумя руками сверху в стену.

2. Передачи мяча двумя руками снизу в стену.

3. Передачи мяча двумя руками в парах.

4. Подачи мяча через сетку на точность.

## **Футбол**

### **5 семестр**

#### **Практические занятия (16 часов)**

#### **Занятие 1. Изучение способов ведения мяча (2 часа)**

Изучение практических навыков техники ведения мяча и обманных движений (финтов):

Выполнение упражнений на:

1. ведение мяча ногой (по прямой, змейкой, в парах);

2. выполнение обманных движений (финтов):

- финт «уходом»;
- финт «ударом»;
- финт «остановкой».

#### **Занятие 2. Изучение техники остановки мяча (2 часа)**

Изучение практических навыков техники остановки мяча:

Выполнение упражнений на остановку мяча:

- Остановка мяча внутренней стороной стопы;
- Остановка мяча подошвой;
- Остановка мяча подъемом;
- Остановка мяча бедром;
- Остановка мяча грудью;
- Остановка мяча головой.

#### **Занятие 3. Изучение техники выполнения ударов по мячу серединой подъема (2 часа)**

Изучение практических навыков ударов по мячу:

Выполнение упражнений на удары по мячу:

- Удар по неподвижному мячу серединой подъема.
- Удар по катящемуся мячу серединой подъема.
- Удар по летящему мячу.

#### **Занятие 4. Изучение техники выполнения ударов по мячу внутренней стороной стопы (2 часа)**

Изучение практических навыков ударов по мячу:

Выполнение упражнений на удары по мячу:

- Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.
- Удар по катящему мячу внутренней стороной стопы.
- Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.
- Прием и передача мяча в парах внутренней частью стопы и два касания.

#### **Занятие 5. Изучение техники выполнения ударов по мячу внешней стороной стопы. Особенности техники игры вратаря . (2 часа)**

Изучение практических навыков ударов по мячу:

Выполнение упражнений на удары по мячу:

- Удар по неподвижному мячу внешней стороной стопы.
- Удар по катящему мячу внешней стороной стопы.
- Удар по летящему мячу внешней стороной стопы.

Изучение практических навыков техники игры вратаря:

Выполнение упражнений: ловля мяча (катящегося, в приседе, снизу, сверху, сбоку, в падении); отбивание мяча (одной рукой в падении, кулаком, двумя кулаками); перевод мяча; броски мяча (сверху, сбоку, снизу).

#### **Занятие 6. Классификация тактики нападения и защиты в футболе. Классификация тактики вратаря. Методика обучения индивидуальным и командным действиям (2 часа)**

1. Заслушивание рефератов, докладов студентов.
2. Опрос по вопросам:



1. Классификация тактических действий полевых игроков в нападении.
2. Классификация тактических действий полевых игроков в защите.
3. Классификация тактических действий вратаря в нападении и защите.
4. Правила соревнований по футболу. Организация и проведение соревнований по футболу.
5. Формы организации занятий, средства и методы проведения занятий с различным контингентом занимающихся.
6. Техника безопасности на занятиях по футболу. Оказание первой помощи.

### **Занятие 7. Изучение техники выполнения ударов по мячу головой (2 часа)**

Изучение практических навыков выполнения ударов по мячу головой:

Выполнение упражнений:

- Удары головой по мячу в парах (передача мяча руками верхом, обратная передача головой).
- Удары головой по мячу в парах в движении (передача мяча руками верхом в движении, обратная передача головой в движении).

Учебная группа делится на несколько команд по 5 человек, согласно правилам соревнований по мини-футболу. Проводится мини-турнир 2 тайма по 5 минут. Судейство игр осуществляется студентами, участвующими в этом турнире под контролем преподавателя. После окончания преподавателем совместно с участвующими студентами проводится оценка и анализ мини-турнира.

### **Занятие 8. Прием нормативов (2 часа)**

1. Заслушивание рефератов, докладов студентов.
2. Проведение судейства учебных игр, с последующим обсуждением ошибок и способов их устранения, оценка действий судьи.

3. Обсуждение отдельных пунктов правил игры в футбол.
4. Сдача контрольных нормативов (перечень нормативов представлен в ФОС).

### **III. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» представлено в Приложении 1 и включает в себя:

- план-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине, в том числе примерные нормы времени на выполнение по каждому заданию;
- характеристика заданий для самостоятельной работы студентов и методические рекомендации по их выполнению;
- требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы;
- критерии оценки выполнения самостоятельной работы.

### **IV. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА**

#### **Баскетбол**

#### **3 семестр**

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Раздел I. Теоретические основы баскетбола	ОПК-2 способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений	Знает теоретические основы и методику обучения спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 1-24, 51
			Умеет самостоятельно проводить занятия с учетом возрастных	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест 1, 2	

		дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	особенностей занимающихся, их подготовленности и условий проведения, составлять конспект занятия		
			Владеет профессионально-педагогическими навыками объяснения и демонстрации приемов техники игры и тактических действий, организацией и проведением занятий по спортивным играм	ПР-1 Выполнение практических тестов по специально-технической подготовке	
2	Раздел II. Методика обучения технике нападения и защиты в баскетболе	ОПК-6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	Знает роль и значение здорового образа жизни и стиля жизни; Умеет использовать практические умения и навыки самостоятельных занятий физической культурой; планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических санитарно-гигиенических особенностей в целях совершенствования природных данных	УО-1 Собеседование ПР-4 Реферат ПР-1 Тест 3	Вопросы к зачету 32-50
			Владеет знаниями и навыками по формированию здорового образа	ПР-4 Реферат	

			жизни; различными методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья		
3	Раздел III. Учебно-тренировочный процесс баскетболистов	ОПК-8 способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Знает правила игры и методику организации и проведения соревнований по спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 25-31
			Умеет организовывать и проводить соревнования по спортивным играм	ПР-1 Тест 4, 5	
			Владеет специальными знаниями о структуре соревновательной деятельности, технике и тактике игры, управлением группой в процессе занятия	ПР-1 Выполнение практических тестов по специально-технической подготовке	

## Волейбол

### 4 семестр

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Раздел I. Теоретические основы волейбола	ОПК-2 способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся	Знает теоретические основы и методику обучения спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 1-7, 9-11
			Умеет самостоятельно проводить занятия с учетом		

		я на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	возрастных особенностей занимающихся, их подготовленности и условий проведения, составлять конспект занятия		
			Владеет профессионально-педагогическими навыками объяснения и демонстрации приемов техники игры и тактических действий, организацией и проведением занятий по спортивным играм	ПР-1 Выполнение практических тестов по специально-технической подготовке	
2	Раздел II. Основы техники и тактики игры в волейбол, методика обучения.	ОПК-6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	Знает роль и значение основ здорового образа жизни и стиля жизни	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 13-38
			Умеет использовать практические умения и навыки самостоятельных занятий физической культурой; планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических санитарно-гигиенических особенностей в целях совершенствования природных данных	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест	
			Владеет знаниями и навыками по формированию здорового образа	ПР-1 Выполнение практических тестов по	

			жизни; различными методами повышения работоспособности , сохранения и укрепления здоровья	специально- технической подготовке	
3	Раздел III. Организация и методика проведения спортивной тренировки	ОПК-8 способность ю организовыв ать и проводить соревновани я, осуществлят ь судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Знает правила игры и методику организации и проведения соревнований по спортивным играм	УО-1 Собеседован ие	Вопросы к зачету 8, 12, 39
			Умеет организовывать и проводить соревнования по спортивным играм	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест	
			Владеет специальными знаниями о структуре соревновательной деятельности, технике и тактике игры, управлением группой в процессе занятия	ПР-1 Выполнение практически х тестов по специально- технической подготовке	

## Футбол

### 5 семестр

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций	Оценочные средства - наименование		
			текущий контроль	промежуточная аттестация	
1	Раздел II. Методика обучения и тренировки футболиста	ОПК-2 способность ю проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом	Знает теоретичес кие основы и методику обучения спортивны м играм	УО-1 Собеседова ние	Вопросы к экзамену 7-18
			Умеет самостояте льно	ПР-2 Контрольн ая работа	



		и занятий рекреацион ной, оздоровите льной направленн ости с лицами различного пола и возраста	занятий физической культурой; планироват ь различные формы занятий с учетом медико- биологичес ких санитарно- гигиеничес ких особенност ей в целях совершенст вования природных данных		
			Владеет знаниями и навыками по формирова нию здорового образа жизни; различным и методами повышения работоспос обности, сохранения и укрепления здоровья	ПР-2 Контрольн ая работа  Вопросы для собеседова ния по теме 7,8,9	
3	Раздел I. Теоретические основы футбола	ОПК-8 способност ью организовы вать и проводить соревнован ия, осуществля ть судейство по базовым видам спорта и избранном	Знает формы учебных занятий с учетом медико- биологичес ких, санитарно- гигиеничес ких, психолого- педагогиче ских основ физкультур	ПР-2 Контрольн ая работа	Вопросы к экзамену 19-21



		у виду спорта	ной деятельности, климатических, региональных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления, реабилитации и рекреации занимающихся футболом		
			Умеет реализовывать методы и средства обучения в каждой из видов игр с учетом ее специфики, разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы учебных и тренировочных занятий в сфере физической культуры и спорта.	УО-3 Доклад	Вопросы к экзамену № 7,8,15,21.
			Владеет техническими и	ПР-2 Контрольная работа	Вопросы к экзамену № 16,18,20.

			<p>тактически ми элементам и футбола, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений; способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в футболе;</p>	<p>Вопросы для собеседования по темам 4,5,6.</p>	
--	--	--	--	--	--

Варианты тематика рефератов, тестовые материалы, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков и опыта деятельности, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 2.

## **V. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основная литература**

*(электронные и печатные издания)*

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол в школе [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. — Электрон. дан.

— М.: Советский спорт, 2011. — 224 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=10832](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=10832) — Загл. с экрана.

2. Губа, В.П. Теория и методика футбола: учебник [Электронный ресурс]: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2013. — 536 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51783](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51783) — Загл. с экрана.

3. Золотарев, А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва : научно-метод. пособие [Электронный ресурс] : / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. — Электрон. дан. — М.: Физическая культура, 2012. — 160 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=9140](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=9140) — Загл. с экрана.

4. Моисеенко, А.В. Футбол в вузе: учебно-методическое пособие [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / А.В. Моисеенко, В.Г. Шилько. — Электрон. дан. — Томск: ТГУ (Национальный исследовательский Томский государственный университет), 2011. — 64 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=44228](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=44228) — Загл. с экрана.

5. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов / [Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин и др.]; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. 6-е изд., стер. Москва: Академия, 2011. 518 с. <http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:297198&theme=FEFU>

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для вузов / [Ю. М. Макаров, Н. В. Луткова, Л. Н. Минина и др.]; под ред. Ю. М. Макарова. 3-е изд., стер. Москва: Академия, 2014. 217 с. <http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:758548&theme=FEFU>

7. Шамонин А.В. Футбол [Электронный ресурс]: методика проведения занятий. Учебно-методическое пособие/ Шамонин А.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012.— 128 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20046> .— ЭБС «IPRbooks»

### Дополнительная литература:

1. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу. М.: «Физкультура, образование, наука», 2007. — 120 с. <http://fizkult-ura.ru/books/volleyball/3>
2. Кузнецов, А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8—10 лет) [Электронный ресурс]: . — Электрон. дан. — М.: Человек, 2007. — 112 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60532](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60532) — Загл. с экрана.
3. Лапшин, О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков [Электронный ресурс]: . — Электрон. дан. — М.: Человек, 2015. — 256 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=60536](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=60536) — Загл. с экрана.
4. Мутко, В.Л. Мини-футбол – игра для всех [Электронный ресурс]: / В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. — Электрон. дан. — М.: Советский спорт, 2008. — 264 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=10845](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=10845) — Загл. с экрана.
5. Родин А.В., Губа Д.В. Баскетбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: Учебное пособие/ А.В. Родин, Д.В. Губа. – М.: «Советский спорт», 2009. – 168 с. <https://lib.dvfu.ru:8443/lib/item?id=chamo:296258&theme=FEFU>
6. Техника и методика обучения баскетболистов перемещениям, остановкам и передачам : учебное пособие / И. В. Шайдарова, В. Ф. Полянин ; Дальневосточный государственный университет, Факультет физической культуры и спорта. Владивосток: Изд-во Дальневосточного университета, 2007. 42 с. <https://lib.dvfu.ru:8443/lib/item?id=chamo:301998&theme=FEFU>
7. Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия по баскетболу в школе. /И.В. Шайдарова/ Дальневосточного государственный университет, Факультет физической культуры и спорта. Владивосток: Изд-

во Дальневосточного университета, 2004. – 47 с.  
<https://lib.dvfu.ru:8443/lib/item?id=chamo:707148&theme=FEFU>

### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Годик М.А. Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010. – 337 с.  
[http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=4088](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4088)

2. Официальные правила баскетбола 2014 – М.: Российская Федерация баскетбола, 2014. – 99 с.  
<http://www.russiabasket.ru/wpcontent/uploads/2015/>

3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол. /Министерство спорта Российской Федерации. – М.: Советский спорт, 2014. – 25 с. <http://www.sovsportizdat.ru/Federalnyj-standart-sportivnoj-podgotovki-po-vidu-sporta-basketbol>

### **Перечень информационных технологий и программного обеспечения**

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используется следующее программное обеспечение: MicrosoftOffice (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Skype, программное обеспечение электронного ресурса сайта ДВФУ, включая ЭБС ДВФУ.

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующие информационно справочные системы:

1. ЭБС ДВФУ - <https://www.dvfu.ru/library/electronic-resources/> ,
2. Электронная библиотека диссертаций РГБ - <http://diss.rsl.ru/> ,
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY - <http://elibrary.ru/defaultx.asp> ,

4. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" - <http://e.lanbook.com/> ,
5. Электронная библиотека "Консультант студента" - <http://www.studentlibrary.ru/> ,
6. Электронно-библиотечная система IPRbooks - <http://www.iprbookshop.ru/> ,
7. Информационная система "ЕДИНОЕ ОКНО доступа к образовательным ресурсам" - <http://window.edu.ru/> ,
8. Доступ к Антиплагиату в интегрированной платформе электронного обучения Blackboard ДВФУ - <https://bb.dvfu.ru/> ,
9. Доступ к электронному заказу книг в библиотеке ДВФУ - <http://lib.dvfu.ru:8080/search/query?theme=FEFU> ,
10. Доступ к расписанию [https://www.dvfu.ru/schools/school\\_of\\_arts\\_culture\\_and\\_sports/student/the-schedule-of-educational-process/](https://www.dvfu.ru/schools/school_of_arts_culture_and_sports/student/the-schedule-of-educational-process/);
11. Доступ к рассылке писем <http://mail.dvfu.ru/>

## **VI. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Учебный курс «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» структурирован по тематическому принципу, что позволяет систематизировать учебный материал по данному предмету.

В процессе изучения материалов учебного курса предлагаются разнообразные формы работ: чтение лекций, работа на практических занятиях, решение тестов, работа с учебной и научной литературой, выполнение практических заданий, формулируемых преподавателем.

Лекционные занятия ориентированы на освещение основных тем в каждый раздел курса и призваны ориентировать студентов в предлагаемом материале, заложить научные и методологические основы для дальнейшей самостоятельной работы студентов.

Практические занятия призваны закрепить изученный материал, выработать у студентов умение формировать цель учебно-тренировочного процесса, отдельного занятия, ставить конкретные задачи в зависимости от контингента спортсменов, учитывать возрастные особенности, уровень подготовки и квалификации. Студент должен уметь проводить учебно-тренировочные занятия по общефизической и специально-технической подготовке. Пользоваться инструментальными методиками, используя средства срочной информации для оценки уровня технико-тактического мастерства спортсменов, их степени функциональной подготовки, а также арсеналом педагогических методик обеспечения учебно-тренировочного процесса.

Особо значимой для профессиональной подготовки студентов является самостоятельная работа по курсу. В ходе этой работы студенты отбирают необходимый материал по изучаемому вопросу и анализируют его. Самостоятельная работа с литературой включает в себя такие приемы как составление плана, тезисов, конспектов, аннотирование источников, написание рефератов.

В условиях самостоятельной работы над данным курсом, необходимо использовать современную периодическую литературу, профессиональные журналы по физической культуре и спорту. Кроме того, необходимо изучать специальную печатную продукцию и интернет ресурсы, соприкасающиеся со спортивной индустрией. Важным аспектом является ежедневное ознакомление с новостями спорта в различных СМИ, в том числе в специализированных газетах и журналах.

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий, согласно рабочей программы учебной дисциплины. Для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть использоваться следующие методы:

- *для овладения знаниями*: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); конспектирование текста; работа со словарями

и справочниками; ознакомление с нормативными документами; учебно-исследовательская работа; использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.;

- *для закрепления и систематизации знаний*: работа с конспектом лекции (обработка текста); повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей); составление плана и тезисов ответа; составление таблиц для систематизации учебного материала; изучение нормативных материалов; ответы на контрольные вопросы; аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ и др.); подготовка рефератов; тестирование;

- *для формирования умений*: решение задач и упражнений по образцу; решение вариативных задач и упражнений; выполнение схем; решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; подготовка к проведению урока.

Результаты изучения специальной литературы и Интернет-ресурсов необходимо фиксировать, создав соответствующую базу данных для дальнейшего использования в научно-практической деятельности.

К зачетам и экзамену допускаются студенты, выполнившие требования программы курса и не имеющие задолженностей по практической части курса. Успеваемость студентов проверяется по их теоретической и практической подготовленности в форме зачета/экзамена предусмотренного учебным планом. Текущий учет представляет собой систематическую проверку выполнения нормативов на практических занятиях, тестовых заданий и рефератов, собеседования. Преподаватель может проставить зачет/экзамен по рейтинговой системе, без опроса или собеседования тем студентам, которые согласны со своей оценкой, выставленной согласно рейтинговой системе.

### **Работа с литературными источниками**



В процессе подготовки к практическим занятиям (вопросы к ним даны в основном тексте программы), написанию реферата, сдаче экзамена или консультации с преподавателем, студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме. Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем по каждой теме практического занятия, что позволяет студентам проявить свою индивидуальность в рамках выступления на данных занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.

### **Рекомендации к самостоятельному решению тестовых заданий**

Подготовка к тесту предполагает самостоятельную проработку студентом предложенной темы с последующим ответом на вопросы, методом выбора одного правильного из нескольких предложенных вариантов.

Для успешного выполнения теста студенту рекомендуется действовать по следующему алгоритму:

Оценка всех форм промежуточного контроля студентов на основе их самостоятельной работы осуществляется на основе критериев, предложенных в рабочей программе.

Студенты выполняют задания, самостоятельно обращаясь к учебной, справочной и оригинальной исторической литературе. Проверка выполнения

заданий осуществляется как на практических занятиях с помощью устных выступлений студентов и их коллективного обсуждения, так и с помощью письменных самостоятельных работы.

### **Рекомендации для подготовки рефератов/презентаций к занятию**

Основные этапы подготовки реферата: выбор темы; консультация преподавателя; подготовка плана рефератов; работа с источниками и литературой, сбор материала; написание текста; оформление рукописи и представление ее преподавателю до начала выступления, что определяет готовность студента к выступлению; выступление с презентацией, ответы на вопросы.

Тематика рефератов и презентаций предлагается преподавателем.

### **Рекомендации для подготовки устных ответов для собеседования**

Внимательно вдумавшись в вопрос, надо составить план ответа на него. Каждый пункт плана лучше всего раскрыть в виде кратких тезисов, отражая в них наиболее существенное в содержании вопроса.

1. Не следует превращать ответ в чтение подготовленных записей. ими можно воспользоваться, но лишь для того, чтобы обеспечить связность, логическую последовательность изложения.

2. Отвечая на вопрос, важно уметь объяснить специфику исторических условий, сложившихся в стране рассматриваемый период. Затем, раскрыв объективную необходимость тех или иных просветительских реформ, показать закономерность последующего мощного развития оригинальной, самобытной зарубежной или российской культуры. Анализируя реформы, необходимо показать и негативные их последствия

3. Не следует избегать высказывания собственного понимания вопроса. Важно аргументировать свою мысль. В необходимых случаях преподаватель поможет студенту правильно разобраться в вопросе, понять свою ошибку,

если она имеет место. Во всяком случае, не сама по себе ошибка в суждениях влечет за собой снижение оценки. Напротив, именно самостоятельность суждений, основанная на знании материала (учебных пособий, первоисточников, журнальных статей, монографий и др.), умение сознательно оперировать им являются главным показателем подготовленности студента по предмету. А осознать ошибку всегда поможет преподаватель. Более того, в определенных случаях студент может остаться при своем мнении, поспорить с преподавателем. Если это мнение основано на знании разных источников, в которых позиции авторов не совпадают, студент может принять точку зрения какого-то одного автора, даже если она противоречит мнению преподавателя.

### **Рекомендации по работе с литературой**

Рекомендуется использовать методические указания по курсу, текст лекций преподавателя. Однако теоретический материал курса становится более понятным, когда дополнительно к прослушиванию лекции и изучению конспекта, изучаются и книги. Легче освоить курс придерживаясь одного учебника и конспекта. Рекомендуется, кроме «заучивания» материала, добиться состояния понимания изучаемой темы дисциплины. С этой целью рекомендуется, после изучения очередного параграфа, выполнить несколько простых упражнений на данную тему, из предложенных преподавателем или расположенным в электронном учебном курсе дисциплины, расположенном в BlackBoard.

### **Рекомендации по подготовке к зачету/экзамену**

Существуют общепринятые правила подготовки и сдачи студентами экзамена и зачета. Готовиться к экзамену/зачету необходимо в течение всего учебного времени, т.е. с первого дня очередного семестра: вся работа студента на лекциях, практических занятиях и т.п. это и есть этапы подготовки студента к экзамену. Подготовка к сессии должна быть нацелена

не столько на приобретение новых знаний, сколько на закрепление ранее изученного материала и повторение его. Сумму полученных знаний студенту перед сессией надо разумно обобщить, привести в систему, закрепить и памяти, для чего ему надо использовать учебники, лекции, методические пособия и различного рода руководства. Повторение необходимо производить по разделам, темам. Дополнительно к изучению конспектов лекции необходимо пользоваться учебником. Кроме «заучивания» материала экзамена, очень важно добиться состояния понимания изучаемых тем дисциплины.

При подготовке к экзамену/зачету нужно изучить теорию: определения всех понятий и подходы к оцениванию до состояния понимания материала и самостоятельно решить по несколько тестов из каждой темы.

## **VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Сведения о материально-техническом обеспечении и оснащённости образовательного процесса: лекционные занятия по дисциплине проходят в аудиториях, оборудованных компьютерами типа Lenovo C360G-i34164G500UDK с лицензионными программами MicrosoftOffice 2010(Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ДВФУ, включая ЭБС ДВФУ и аудио-визуальными средствами проектор Panasonic DLPProjectorPT-D2110XE, плазма LG FLATRON M4716CCBAM4716CJ.

Универсальный спортивный зал:

Комплект оборудования для игры в баскетбол.

Комплект оборудования для игры в волейбол.

Комплект оборудования для игры в мини-футбол.



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Дальневосточный федеральный университет»  
(ДФУ)

---

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта  
(спортивные игры)»**

**Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура  
Профиль «Спортивная тренировка»  
Форма подготовки (очная)**

**Владивосток  
2018**

## План-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине

### Баскетбол

#### 3 семестр

№ п/п	Дата/сроки выполнения	Вид самостоятельной работы	Примерные нормы времени на выполнение (час.)	Форма контроля
1.	К 13 занятию	Подготовка конспекта урока для проведения ролевой игры	18	Проведение практического занятия по составленному конспекту занятия
2.	Не позднее двух недель до окончания семестра	Написание реферата	18	Защита реферата
3.	Не позднее двух недель до окончания семестра	Подготовка к собеседованию	18	Устный опрос на семинарах, консультация с преподавателем

### Волейбол

#### 4 семестр

№ п/п	Дата/сроки выполнения	Вид самостоятельной работы	Примерные нормы времени на выполнение (час.)	Форма контроля
1.	К 10 занятию	Подготовка конспекта урока для проведения ролевой игры	18	Проведение практического занятия по составленному конспекту занятия
2.	Не позднее двух недель до окончания семестра	Написание реферата	18	Защита реферата
3.	Не позднее двух недель до окончания семестра	Подготовка к собеседованию	18	Устный опрос на семинарах, консультация с преподавателем

**Футбол**  
**5 семестр**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата/сроки выполнения</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Примерные нормы времени на выполнение (час.)</b>	<b>Форма контроля</b>
1.	К 10 занятию	Подготовка конспекта урока для проведения	12	Проведение практического занятия по составленному конспекту занятия
2.	Не позднее 2 недель до окончания семестра	Написание реферата	12	Защита реферата
3.	Не позднее 2 недель до окончания семестра	Подготовка к собеседованию	15	Устный опрос на семинарах, консультация с преподавателем

**Характеристика заданий для самостоятельной работы обучающихся  
и методические рекомендации по их выполнению**

Самостоятельная работа студентов состоит из подготовки к практическим занятиям, докладов, рефератов, выполнения заданий к практическим занятиям.

Виды заданий для самостоятельного выполнения:

1. Подготовка рефератов.
2. Подготовка к собеседованию с преподавателем.
3. Подготовка конспекта урока для проведения урока.

**Тематика рефератов**  
**Баскетбол**  
**3 семестр**

1. История возникновения и развития баскетбола в нашей стране. Эволюция правил игры.
2. История возникновения и развития баскетбола за рубежом.
3. Нормирование тренировочных и соревновательных нагрузок баскетболистов разного возраста;
4. Специальная подготовленность баскетболистов студенческих команд в годичном цикле;
5. Особенности отбора баскетболистов студенческих команд;
6. Развитие физических качеств и их проявлений у баскетболистов разного возраста;
7. Психологическая подготовка баскетболистов;
8. Методики анализа тренировочной и соревновательной деятельности баскетболистов;
9. Физиологические особенности тренировки баскетболистов разного возраста;
10. Особенности подготовки баскетболистов на колясках.
11. Особенности развития студенческих баскетбольных лиг: АСБ. МСБЛ, «NCAA».
12. Современное состояние и перспективы развития студенческого баскетбола в России.
13. Контроль физической и технической подготовленности студенческих команд по баскетболу.
14. Инновационные методы контроля специальной подготовки баскетболистов.
15. Профессионально-личностное развитие специалистов по баскетболу в системе высшего образования

**Волейбол**

**4 семестр**



1. Место и значение волейбола в системе мирового спорта.
2. Тенденции развития мирового волейбола, историческая динамика спортивных достижений, основные факторы их развития.
3. Эволюция правил игры в волейбол.
4. Факторы, обуславливающие совершенствование системы подготовки волейболистов.
5. Проблемы спортивной ориентации и отбора волейболистов.
6. Этапы многолетней подготовки резервов квалифицированных волейболистов (цели, задачи, формы организации, содержание и технология).
7. Программирование и контроль в процессе подготовки волейболистов.
8. Средства восстановления в подготовке волейболистов.
9. Волейбол в занятиях специально-оздоровительной направленности («физкультурная рекреация», «физкультурная реабилитация»).
10. Роль волейбола в формировании здорового стиля жизни людей.
11. «Волейбол сидя» в системе комплексной реабилитации лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
12. Психологическая подготовка спортсменов в «волейболе сидя».
13. Современные средства восстановления организма спортсменов-волейболистов с поражением опорно-двигательного аппарата.
14. Коррекция двигательных нарушений у лиц с поражением опорно-двигательного аппарата средствами занятий в «волейбол сидя».
15. Методика развития специальных физических качеств у спортсменов-волейболистов с поражением опорно-двигательного аппарата.

## **Футбол**

### **5 семестр**

1. История возникновения и развития футбола в нашей стране. Эволюция правил игры.
2. История возникновения и развития футбола за рубежом.
3. Нормирование тренировочных и соревновательных нагрузок юных футболистов разного возраста;
4. Методические подходы к совершенствованию технической подготовленности юных футболистов разного возраста;
5. Методические подходы к совершенствованию тактической подготовленности юных футболистов разного возраста в процессе многолетней спортивной тренировки;
6. Развитие физических качеств и их проявлений у юных футболистов разного возраста;
7. Психологическая подготовка юных футболистов;
8. Методики анализа тренировочной и соревновательной деятельности юных футболистов;
9. Физиологические особенности тренировки юных футболистов разного возраста;
10. Современные тенденции развития детско-юношеского футбола в России и за рубежом.

## **Методические указания к выполнению реферата**

### **Цели и задачи реферата**

Целями написания реферата являются:

- развитие у студентов навыков поиска актуальных проблем современного законодательства;
- развитие навыков краткого изложения материала с выделением лишь самых существенных моментов, необходимых для раскрытия сути проблемы;

- развитие навыков анализа изученного материала и формулирования собственных выводов по выбранному вопросу в письменной форме, научным, грамотным языком.

Задачами написания реферата являются:

- научить студента максимально верно передать мнения авторов, на основе работ которых студент пишет свой реферат;
- научить студента грамотно излагать свою позицию по анализируемой в реферате проблеме;
- подготовить студента к дальнейшему участию в научно – практических конференциях, семинарах и конкурсах;
- помочь студенту определиться с интересующей его темой, дальнейшее раскрытие которой возможно осуществить при написании курсовой работы или диплома;
- уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с мнением того или иного автора по данной проблеме.

### **Основные требования к содержанию реферата**

Студент должен использовать только те материалы (научные статьи, монографии, пособия), которые имеют прямое отношение к избранной им теме. Не допускаются отстраненные рассуждения, не связанные с анализируемой проблемой. Содержание реферата должно быть конкретным, исследоваться должна только одна проблема (допускается несколько, только если они взаимосвязаны). Студенту необходимо строго придерживаться логики изложения (начать с определения и анализа понятий, перейти к постановке проблемы, проанализировать пути ее решения и сделать соответствующие выводы). Реферат должен заканчиваться выводением выводов по теме.

По своей структуре реферат состоит из:

1. Титульного листа;

2. Введения, где студент формулирует проблему, подлежащую анализу и исследованию;

3. Основного текста, в котором последовательно раскрывается избранная тема. В отличие от курсовой работы, основной текст реферата предполагает разделение на 2-3 параграфа без выделения глав. При необходимости текст реферата может дополняться иллюстрациями, таблицами, графиками, но ими не следует «перегружать» текст;

4. Заключения, где студент формулирует выводы, сделанные на основе основного текста.

5. Списка использованной литературы. В данном списке называются как те источники, на которые ссылается студент при подготовке реферата, так и иные, которые были изучены им при подготовке реферата.

Объем реферата составляет 10-15 страниц машинописного текста, но в любом случае не должен превышать 15 страниц. Интервал – 1,5 см, размер шрифта – 14, поля: левое — 3 см, правое — 1,5 см, верхнее и нижнее — 1,5 см. Страницы должны быть пронумерованы. Абзацный отступ от начала строки равен 1,25 см.

### Критерии оценки реферата

Оценка	50-60 баллов (неудовлетворительно)	61-75 баллов (удовлетворительно)	76-85 баллов (хорошо)	86-100 баллов (отлично)
<b>Критерии</b>	<b>Содержание критериев</b>			
<b>Раскрытие проблемы</b>	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы

<b>Представление</b>	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательно использовано 1-2 профессиональных термина	Представляемая информация не систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов
<b>Оформление</b>	Не использованы технологии PowerPoint. Больше 4 ошибок в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint частично. 3-4 ошибки в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint. Не более 2 ошибок в представляемой информации	Широко использованы технологии (PowerPoint и др.). Отсутствуют ошибки в представляемой информации
<b>Ответы на вопросы</b>	Нет ответов на вопросы	Только ответы на элементарные вопросы	Ответы на вопросы полные и/или частично полные	Ответы на вопросы полные, с приведением примеров и/или пояснений

## Вопросы для собеседования

### Баскетбол

#### 3 семестр

#### Раздел I. Теоретические основы баскетбола

1. Какими дидактическими принципами следует руководствоваться при решении образовательных и воспитательных задач на уроках по баскетболу?
2. Какие средства и методы применяют для реализации основных принципов обучения навыкам игры в баскетбол?
3. Назовите методы организации занимающихся на уроках по баскетболу и дайте их краткую характеристику.
4. Что подразумевается под терминами «техника игры», «техника игрового приема» и «способ выполнения приема»?
5. Дайте классификацию техники игры в баскетбол.

6. Какова последовательность обучения технике игры в баскетбол?
7. Назовите этапы обучения технике игры в баскетбол. Какие задачи решаются на каждом этапе и какие при этом используются методы и средства?

## **Раздел II. Методика обучения технике нападения и защиты в баскетболе**

1. В какой последовательности целесообразно обучать игровым приемам нападения в баскетболе?
2. Какие разновидности стоек существуют в технике нападения? Каким расположением звеньев тела они характеризуются?
3. Перечислите упражнения, необходимые для обучения стойкам нападающего в их рациональной последовательности.
4. Какие организационно-методические указания необходимо учитывать и применять в процессе обучения разновидностям стоек баскетболиста в нападении?
5. Назовите наиболее распространенные ошибки при выполнении стоек нападающего в баскетболе.
6. Какие существуют способы перемещений нападающего в баскетболе?
7. Опишите технику разновидностей бега, используемого баскетболистом при игре в нападении.
8. Какие и в какой последовательности нужно применять упражнения для обучения нападающего рациональной технике разновидностей бега?
9. Назовите организационно-методические указания, которые следует учитывать и использовать при обучении разновидностям бега в нападении.
10. Какие ошибки в технике разновидностей бега нападающего наиболее часто встречаются в баскетболе?

11. Назовите разновидности поворотов и дайте краткую характеристику техники их выполнения.

12. Перечислите блок упражнений для обучения поворотам на месте и в движении.

13. На какие организационно-методические указания следует опираться при обучении технике поворотов?

14. Какие ошибки возможны при выполнении баскетболистом разновидностей поворотов?

15. Какие остановки существуют в технике перемещений нападающего? В чем специфика движений в каждой фазе разновидностей данного приема?

16. Опишите блок упражнений для обучения остановкам двумя шагами и прыжком в их рациональной последовательности.

17. Какие организационно-методические указания используют в процессе обучения остановкам баскетболиста?

18. Перечислите основные ошибки в технике выполнения остановок нападающим.

19. Какие игровые приемы нападения относятся к технике владения мячом?

20. Какие разновидности ловли мяча вы знаете? Опишите технику их выполнения.

21. Какие упражнения необходимы для обучения ловле мяча на месте?

22. Назовите организационно-методические указания при обучении ловле мяча на месте.

23. Каковы основные ошибки в технике выполнения ловли мяча на месте?

24. С помощью каких средств строится процесс обучения остановкам с ловлей мяча?

25. Дайте организационно-методические указания для управления процессом обучения остановкам с ловлей мяча.

26. Каковы наиболее типичные ошибки при выполнении разновидностей остановки с ловлей мяча?

27. Какие передачи различают в технике владения мячом? Дайте описание движений нападающего в различных фазах разновидностей передач.

28. В какой последовательности следует изучать передачи мяча и какие этапы можно выделить при освоении любого вида передач?

29. Какие упражнения применяют для обучения передачам на месте?

30. Какими организационно-методическими указаниями следует руководствоваться в процессе изучения передач на месте?

31. Назовите наиболее часто встречающиеся ошибки при воспроизведении разновидностей передач на месте.

32. Какие передачи мяча в движении вы знаете? Кратко опишите технику их исполнения.

33. Какие упражнения используют в процессе обучения встречным и поступательным передачам мяча в движении?

34. На какие организационно-методические указания следует опираться при изучении разновидностей передач в движении?

35. Назовите основные ошибки при воспроизведении встречных и поступательных передач в движении.

36. Назовите разновидности ведения мяча и дайте описание техники их выполнения.

37. Как научить рациональной технике ведения мяча? Расскажите, как организовать процесс обучения технике ведения мяча.

38. Какие ошибки наиболее вероятны в ходе использования ведения мяча?

39. Как научить остановкам после ведения (упражнения, организационно-методические указания)?



40. Перечислите основные ошибки при остановках после ведения.
41. Дайте описание техники выполнения разновидностей дистанционных бросков с места.
42. Предложите блок эффективных упражнений в их логической последовательности для обучения основам техники бросков с места.
43. Какие узловыe элементы техники бросков с места следует контролировать педагогу при их воспроизведении учащимися?
44. Перечислите возможные ошибочные движения при бросках с места.
45. Какие упражнения и в какой последовательности используют в процессе обучения броскам в движении и броскам после ведения?
46. Дайте классификацию техники защиты в баскетболе и предложите рациональную последовательность изучения защитных игровых приемов.
47. Опишите технику разновидностей стоек и передвижений защитника.
48. Назовите средства обучения стойкам и передвижениям защитника в рациональной последовательности их использования.
49. Какие организационно-методические указания регламентируют действия педагога и занимающихся в процессе изучения стоек и передвижений защитника?
50. Каковы основные ошибки при выполнении защитником разновидностей стоек и передвижений?
51. Какие защитные действия относятся к приемам противодействия и овладения мячом? В какой последовательности их следует изучать?
52. Назовите приемы для обучения вырыванию мяча.
53. Какие методические указания следует давать занимающимся при выполнении вырывания мяча?
54. Какие ошибки встречаются при воспроизведении защитником вырывания мяча?

55. Опишите технику разновидностей выбивания мяча.
56. Как научить технике выбивания мяча (приемы, упражнения, организационно-методические указания)?
57. Каковы наиболее типичные ошибки при выбивании мяча защитником?
58. Какие существуют разновидности перехвата мяча? Дайте описание их техники.
59. Назовите средства обучения технике перехвата мяча в их рациональной последовательности.
60. Перечислите основные ошибки в технике выполнения перехвата мяча.
61. Опишите технику разновидностей накрывания и отбивания мяча защитником при броске.
62. Представьте блок средств для обучения защитника основам техники накрывания и отбивания мяча при броске.
63. Каким организационно-методическим указаниям необходимо следовать, чтобы достичь эффективности при обучении защитника накрыванию и отбиванию мяча при броске?
64. Каковы наиболее характерные ошибки в технике выполнения накрывания и отбивания мяча при броске?
65. Какие движения защитника составляют технику взятия отскока?
66. С помощью каких средств можно научить защитника рациональной технике взятия отскока?
67. Какие организационно-методические указания применяют при обучении взятию отскока?
68. Назовите основные ошибки в технике выполнения защитником взятия отскока.

### **Раздел III. Учебно-тренировочный процесс баскетболистов**

1. Назовите формы планирования учебного занятия в школе.

2. Назовите виды документации для организации и проведения урока по баскетболу в общеобразовательном учреждении.
3. Структура урока по физической культуре для проведения занятий по баскетболу.
4. Постановка задач на урок по баскетболу.
5. Какие упражнения рекомендуется включать в подготовительную часть урока по физической культуре, последовательность их проведения?
6. Постановка образовательных задач на урок по баскетболу.
7. Назовите методы организации учащихся на уроке по спортивным играм?
8. Методика, средства и формы передачи знаний на уроке баскетбола.
9. Средства и методы формирования физических качеств баскетболистов.
10. Назовите стадии многолетней подготовки баскетболистов.
11. Отбор в системе подготовки баскетболистов.
12. Характеристика критериев подготовки: объем, интенсивность, контроль за нагрузкой.

## **Волейбол**

### **4 семестр**

#### **Раздел I. Теоретические основы волейбола**

1. Кто придумал игру в волейбол?
2. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?
3. Когда была создана Международная федерация волейбола?
4. Команды каких стран стали первыми олимпийскими чемпионами по волейболу среди мужчин и женщин?
5. Когда были приняты первые правила игры в волейбол и когда изготовлен первый волейбольный мяч?

6. В каком году Международный олимпийский комитет признал волейбол олимпийским видом спорта?
7. Сколько игроков играет в команде по пляжному волейболу?
8. Когда наши волейболисты впервые выступили в международных соревнованиях?
9. Какая российская мужская волейбольная команда в 1990—2004 гг. выступала на соревнованиях наиболее удачно?
10. Какое место заняли российские волейболистки на Олимпийских играх 2004 г. в Афинах?
11. Какие размеры имеет площадка для игры в волейбол?
12. Где находятся зоны подачи при игре в волейбол?
13. Где находится зона замены игроков на волейбольной площадке?
14. На какой высоте устанавливают верхний край волейбольной сетки для мужчин и женщин?
15. Сколько волейболистов должно быть на площадке во время игры?
16. Может ли «либеро» (специализированный игрок в защите) быть капитаном волейбольной команды?
17. Сколько замен может произвести волейбольная команда в каждой партии?
18. В каких случаях волейбольная команда получает очко?
19. Сколько очков необходимо набрать волейбольной команде, чтобы выиграть партию?
20. Сколько очков необходимо набрать в пятой партии для победы при счете партий 2:2?

## **Раздел II. Основы и техники и тактики игры в волейбол, методика обучения**

1. На какие две основные части подразделяют технику игры в волейбол?

2. Какие технические приемы выделяют в перемещениях по волейбольной площадке?
3. Какие элементы включает в себя техника нападения в волейболе?
4. Какие технические приемы используют волейболисты в защите?
5. Какие из подач в волейболе выполняют, применяя удар выше оси плечевого сустава игрока?
6. Что такое нападающий удар в волейболе?
7. Какими способами выполняют блок в волейболе?
8. С использованием каких систем игры выполняют командные действия волейболисты в нападении?
9. Какие системы командной игры используют волейболисты в защите?
10. Что такое «прием мяча» в волейболе?
11. В какой последовательности обучают технике передачи мяча сверху двумя руками в волейболе?
12. Что является главным при освоении выполнения передач в волейболе?
13. Какие упражнения необходимо последовательно освоить, чтобы уверенно выполнять нападающий удар в волейболе?
14. Какие ошибки наиболее часто допускают волейболисты при освоении техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками?
15. Какие типичные ошибки допускают волейболисты при освоении техники приема мяча двумя руками снизу?
16. Какая существует зависимость между скоростью движения рук к мячу и скоростью полета мяча при приеме?
17. Какое упражнение чаще всего используют для освоения техники подбивания мяча, отскочившего от волейбольной сетки?
18. Как называется система действий в защите волейбольной команды, когда основные страхующие действия осуществляют игроки первой или пятой зоны?

19. Какие индивидуальные действия может осуществлять волейболист в защите?

### **Раздел III. Организация и методика проведения спортивной тренировки**

1. Какие специфические физические качества необходимы волейболистам прежде всего?

2. Назовите формы планирования;

3. Назовите части урока;

4. Назовите принципы тренировки;

5. Методика проведения учебно-тренировочных занятий в группах начального обучения детей;

6. Особенности построения и методика проведения учебно-тренировочных занятий в группах спортивного совершенствования;

7. Цикличность тренировочного процесса.

### **Футбол**

#### **5 семестр**

#### **Раздел I. Теоретические основы футбола**

1. Назовите этапы развития футбола.

2. Как шло становление футбола в мире и нашей стране.

3. Проанализируйте развитие игры в связи с изменением правил.

4. Охарактеризуйте современное состояние футбола в нашей стране и мире.

5. Как проявляются физические качества в соревновательной деятельности?

6. Что включает в себя понятие «техника»?

7. Назовите фазы выполнения технических приемов. Приведите примеры.

8. Проанализируйте классификацию технику приемов игры в нападении полевых игроков.

9. Проанализируйте классификацию технику приемов игры в защите полевых игроков.
10. Раскройте особенности различных способов замаха при ударе.
11. Охарактеризуйте способы замаха при передачи.
12. Каково значение движения ног при выполнении ударов и передачи?
13. Проведите сравнительный анализ техники перемещения защитника и нападающего, вратаря и защитника.
14. Каковы особенности выполнения удара в опорном положении, прыжке при нанесении удара головой?
15. Как выполняется штрафной бросок?
16. Какие способы задержания мяча вратарем вам знакомы?
17. Какие способы обманных движений существуют в футболе?
18. Характеристика приемов нападения полевых игроков.
19. Характеристика приемов техники игры в защите игроков в поле
20. Характеристика приемов техники игры в нападении и защите вратаря.
21. Какова последовательность применения средств воспитания силы?
22. Охарактеризуйте компоненты быстроты и степень их взаимосвязи
23. Укажите взаимосвязь в воспитании быстроты и ловкости футболистов.
24. В чем особенности воспитания гибкости футболиста.
25. Каковы задачи, средства и методы технической подготовки.

## **Раздел II. Основы и техники и тактики игры в футбол, методика обучения**

1. Классифицируйте тактические действия.
2. Что такое «игра без мяча»?
3. Проанализируйте применения ударов в опорном положении.

4. Назовите последовательность включения партнеров в действие при групповом, скрестном, параллельном взаимодействии.
5. Назовите способы переключения защитников
6. Проанализируйте условия применения различных систем нападения.
7. Проанализируйте условия применения различных систем защиты против игроков нападения.
8. Дайте характеристику индивидуальным действиям вратаря.
9. Раскройте принципы тактики командных действий в нападении и защите.
10. Каковы задачи, средства и методы тактической подготовки.
11. Обоснуйте методику тактической подготовки естественным развитием мышления ребенка.
12. Обоснуйте необходимость игровой подготовки
13. Какова роль соревнований в подготовке футболиста
14. В чем особенности тактической подготовке вратаря
15. Назовите группы упражнений, необходимых для подготовки вратаря
16. Охарактеризуйте «личную» тактическую систему защиты ее преимущества и недостатки.
17. Какова структура соревновательной деятельности футболиста.
18. Охарактеризуйте группы средств материально-технического обеспечения для занятий футболом.
19. Перечислите факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности футболиста.
20. Каково значение соревнований.
21. В чем особенности двигательной деятельности в игре разного пола и амплуа.
22. Как проявляются физические качества в соревновательной деятельности.



23. Каковы запросы игры к личностным качествам игрока.

### **Критерии оценивания ответов на вопросы для собеседования**

При оценке ответа надо учитывать:

1. Полноту и правильность ответа;
2. Степень осознанности, понимания изученного;
3. Языковое оформление ответа.

Ответ оценивается как «отличный», если студент:

1. Полно излагает изученный материал, даёт правильное определение понятий;
2. Обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;
3. Излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Ответ оценивается как «хороший» ставится, если студент даёт ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочёта в последовательности и языковом оформлении излагаемого. «Удовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

1. Излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке теорий;
2. Не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
3. Излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого материала.

Можно считать пороговый уровень недостигнутым, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и

теорий, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

### **Рекомендации для подготовки устных ответов для собеседования**

Внимательно вдумавшись в вопрос, надо составить план ответа на него. Каждый пункт плана лучше всего раскрыть в виде кратких тезисов, отражая в них наиболее существенное в содержании вопроса.

1. Не следует превращать ответ в чтение подготовленных записей. ими можно воспользоваться, но лишь для того, чтобы обеспечить связность, логическую последовательность изложения.

2. Отвечая на вопрос, важно уметь объяснить специфику исторических условий, сложившихся в стране рассматриваемый период. Затем, раскрыв объективную необходимость тех или иных просветительских реформ, показать закономерность последующего мощного развития оригинальной, самобытной зарубежной или российской культуры. Анализируя реформы, необходимо показать и негативные их последствия

3. Не следует избегать высказывания собственного понимания вопроса. Важно аргументировать свою мысль. В необходимых случаях преподаватель поможет студенту правильно разобраться в вопросе, понять свою ошибку, если она имеет место. Во всяком случае, не сама по себе ошибка в суждениях влечет за собой снижение оценки. Напротив, именно самостоятельность суждений, основанная на знании материала (учебных пособий, первоисточников, журнальных статей, монографий и др.), умение сознательно оперировать им являются главным показателем подготовленности студента по предмету. А осознать ошибку всегда поможет преподаватель. Более того, в определенных случаях студент может остаться при своем мнении, поспорить с преподавателем. Если это мнение основано на знании разных источников, в которых позиции авторов не совпадают, студент может принять точку зрения какого-то одного автора, даже если она противоречит мнению преподавателя.

## **Темы для подготовки конспекта урока для проведения**

### **Баскетбол**

### **3 семестр**

#### **Вариант 1**

1. Обучение технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте.
2. Совершенствование техники стойки баскетболиста.
3. Развитие быстроты.

#### **Вариант 2**

1. Обучение технике передачи мяча одной рукой от плеча на месте.
2. Совершенствование техники бега боком и спиной вперед.
3. Развитие выносливости.

#### **Вариант 3**

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке на месте.
2. Совершенствование техники перемещений приставными шагами боком.
3. Развитие координации.

#### **Вариант 4**

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке в движении по прямой.
2. Совершенствование техники перемещений приставными шагами спиной и лицом вперед.
3. Развитие ловкости.

#### **Вариант 5**

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости.
2. Совершенствование техники остановок двумя шагами и прыжком.
3. Развитие силы.

#### **Вариант 6**

1. Обучение технике ведения мяча с изменением направления движения.

2. Совершенствование техники поворотов с мячом.

3. Развитие быстроты.

#### Вариант 7

1. Обучение технике броска мяча от груди двумя руками с места.

2. Совершенствование техники поворотов без мяча.

3. Развитие скоростной выносливости.

#### Вариант 8

1. Обучение технике броска двумя руками сверху с места.

2. Совершенствование техники перемещений в защитной стойке (боком, лицом и спиной вперед).

3. Развитие силы.

#### Вариант 9

1. Обучение технике ведения мяча с изменением высоты отскока в движении.

2. Совершенствование техники броска двумя руками сверху с места.

3. Развитие силы.

#### Вариант 10

1. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди с отскоком от пола на месте.

2. Совершенствование техники броска двумя руками от груди с места.

3. Развитие координации.

#### Вариант 11

1. Обучение технике выбивания мяча.

2. Совершенствование техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте.

3. Развитие быстроты.

#### Вариант 12

1. Обучение технике вырывания мяча.

2. Совершенствование техники передачи мяча одной рукой от плеча на месте.

3. Развитие координации.

#### Вариант 13

1. Обучение технике ловли мяча, отскочившего от щита.

2. Совершенствование техники ведения мяча с изменением высоты отскока.

3. Развитие скоростной выносливости.

#### Вариант 14

1. Обучение технике броска одной рукой сверху с двух шагов в движении.

2. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от головы на месте.

3. Развитие прыжковой выносливости.

#### Вариант 15

1. Обучение технике броска одной рукой сверху с линии штрафного броска.

2. Совершенствование техники передачи двумя руками от груди с отскоком от пола на месте.

3. Развитие быстроты.

#### Вариант 16

1. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ловли мяча.

2. Совершенствование техники выбивания мяча.

3. Развитие координации.

#### Вариант 17

1. Обучение технике ловли мяча, отскочившего от щита, с последующим броском в корзину.

2. Совершенствование техники выбивания мяча.

3. Развитие выносливости.

### Вариант 18

1. Обучение технике передачи мяча одной рукой от плеча с отскоком от пола на месте.
2. Совершенствование техники ловли мяча, отскочившего от щита, с последующим броском в корзину.
3. Развитие ловкости.

### Вариант 19

1. Обучение технике перемещения приставными шагами боком.
2. Обучение технике остановок двумя шагами.
3. Развитие быстроты.

### Вариант 20

1. Обучение технике ведения мяча на месте.
2. Обучение технике поворотов на месте без мяча.
3. Развитие координации.

### Вариант 21

1. Обучение технике ловли и передачи от плеча одной рукой на месте.
2. Совершенствование техники ведения мяча в движении.
3. Развитие ловкости.

### Вариант 22

1. Обучение остановкам после бега.
2. Совершенствование техники передач двумя руками от груди и техники ловли мяча на месте.
3. Развитие выносливости.

### Вариант 23

1. Обучение технике броска одной рукой сверху после ведения мяча.
2. Совершенствование техники поворотов на месте с мячом с последующим ведением мяча в движении.
3. Развитие ловкости.

#### Вариант 24

1. Обучение технике передач мяча во встречном движении.
2. Совершенствование техники поворотов с ведением и передачей мяча.
3. Развитие силы.

#### Вариант 25

1. Обучение технике ловли мяча, отскочившего от щита.
2. Совершенствование техники броска одной рукой сверху после ведения мяча.
3. Развитие выносливости.

#### Вариант 26

1. Обучение технике броска одной рукой сверху в движении после ловли мяча,
2. Совершенствование техники остановок и поворотов после ведения мяча.
3. Развитие быстроты.

#### Вариант 27

1. Обучение технике передач от груди одной и двумя руками с отскоком от пола.
2. Совершенствование техники броска одной рукой сверху в движении.
1. Развитие ловкости.

#### Вариант 28

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке на месте.
2. Совершенствование техники ловли и передачи мяча от груди двумя руками с отскоком от пола на месте.
3. Развитие координации.

#### Вариант 29

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке в движении по прямой.

2. Совершенствование техники броска мяча от груди двумя руками с места.

3. Развитие выносливости.

#### Вариант 30

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости движения.

2. Совершенствование техники броска мяча двумя руками сверху на месте.

3. Развитие прыгучести.

### **Волейбол**

#### **4 семестр**

##### Вариант 1

1. Обучение нижней прямой подаче

2. Совершенствование мяча двумя руками снизу

3. Развитие прыгучести

##### Вариант 2

1. Обучение верхней прямой подаче

2. Совершенствование приема мяча двумя руками сверху

3. Развитие прыжковой выносливости

##### Вариант 3

1. Обучение нападающему удару

2. Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу

3. Развитие ловкости

##### Вариант 4

1. Обучение одиночному и групповому блокированию

2. Совершенствование приема мяча двумя руками снизу

3. Развитие специальной быстроты волейболиста

##### Вариант 5



1. Обучение приему мяча снизу одной и двумя руками
2. Совершенствование нижней прямой подачи
3. Развитие взрывной силы

#### Вариант 6

1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование блокирования
3. Развитие силы ног

#### Вариант 7

1. Обучение нижней боковой подаче
2. Совершенствование передаче мяча двумя руками сверху
3. Развитие силы мышц рук и плечевого пояса

#### Вариант 8

1. Обучение приему мяча двумя руками снизу
2. Совершенствование нижней прямой подачи
3. Развитие быстроты реакции

#### Вариант 9

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование нападающего удара
3. Развитие ловкости

#### Вариант 10

1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование верхней прямой подачи
3. Развитие быстроты реакции

#### Вариант 11

1. Обучение блокированию
2. Совершенствование приема мяча двумя руками снизу
3. Развитие взрывной силы

#### Вариант 12

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование приема и подачи мяча двумя руками сверху

3. Упражнения для развития быстроты

Вариант 13

1. Обучение нижней прямой подаче
2. Совершенствование блокирования
3. Развитие силы ног

Вариант 14

1. Обучение блокированию
2. Совершенствование приему мяча с подачи
3. Развитие ловкости

Вариант 15

1. Обучение прямой верхней подаче
2. Совершенствование приема мяча снизу
3. Развитие прыгучести

Вариант 16

1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование прямой верхней подачи
3. Развитие силы рук

Вариант 17

1. Обучение нижней прямой подаче
2. Совершенствование блокирования
3. Развитие взрывной силы

Вариант 18

1. Обучение передаче мяча двумя руками сверху
2. Совершенствование нападающего удара
3. Развитие прыжковой выносливости

Вариант 19

1. Обучение приему мяча двумя руками снизу
2. Совершенствование верхней прямой подаче
3. развитие быстроты реакции

Вариант 20

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование приема мяча двумя руками снизу
3. Развитие специальной быстроты отдельных движений волейболиста

## **Футбол**

### **5 семестр**

Самостоятельная подготовка конспекта урока и проведение студентом практического занятия по футболу с учебной группой по обучению приемам техники нападения и защиты: прием мяча, передача мяча, ведение мяча, удар в ворота; опека игрока, блокирование мяча и игрока, выбивание мяча при ведении, подкаты в падении, перехват мяча (по заданию преподавателя).

#### **Методические рекомендации для подготовки конспекта урока**

Студент при написании конспекта должен учитывать задачи основной части занятия, чтобы правильно подобрать комплекс подводящих и подготовительных упражнений для изучения того или иного технического приема.

#### **Критерии оценки конспекта урока**

Оценка «зачтено» ставится, если в конспекте:

- Правильно сформулированы цели и задачи;
- Достаточно полно подобраны комплексы упражнений для подготовительной, основной и заключительной части урока;
- Верно подобрана дозировка и нагрузка для возрастных и нозологических групп;
- Конспект написан и использованием терминов и понятий физической культуры, грамотно оформлен.

Оценка «не зачтено» ставится, если в конспекте имеются следующие существенные недостатки:

- Отсутствует правильная постановка конкретных целей и задач;

- Неправильно подобраны комплексы упражнений и величина нагрузки для различных групп занимающихся.

### **Методические рекомендации к самостоятельному решению тестовых заданий**

Подготовка к тесту предполагает самостоятельную проработку студентом предложенной темы с последующим ответом на вопросы, методом выбора одного правильного из нескольких предложенных вариантов.

Для успешного выполнения теста студенту рекомендуется действовать по следующему алгоритму:

Студенты выполняют задания, самостоятельно обращаясь к учебной, справочной и оригинальной исторической литературе. Проверка выполнения заданий осуществляется как на практических занятиях с помощью устных выступлений студентов и их коллективного обсуждения, так и с помощью письменных самостоятельных работ.

### **Примерные тестовые задания**

#### **Баскетбол**

#### **3 семестр**

#### ***Тест №1***

1. В каком году появилась игра баскетбол?	
	1891
	1893
	1896
2. В какой стране появилась игра баскетбол?	
	США
	Франция
	Бразилия
3. Кто считается создателем игры баскетбол?	
	А. Сабонис
	Д. Нейсмит
	В. Морган
4. На какой олимпиаде баскетбол был включен в официальную программу?	

	1924
	1936
	1972
5. Для кого первоначально преподаватель придумал игру баскетбол?	
	для моряков
	школьников
	студентов
6. Кто является «дедушкой русского баскетбола»?	
	Дюперон
	Васильев
	Морган
7. Дата проведения первого чемпионата СССР по баскетболу?	
	1920
	1922
	1923
8. Дата вступления советских баскетболистов в Международную федерацию баскетбола?	
	1945
	1947
	1950
9. В каком году мужская сборная впервые стала олимпийскими чемпионами?	
	1968
	1972
	1980
10. Дата проведения первого чемпионата мира среди мужчин?	
	1950
	1951
	1953
11. Дата проведения первого чемпионата мира среди женщин?	
	1952
	1953
	1954

### *Тест №2*

1. Какое количество судей обслуживают игру?	
	2
	3
	4
2. Сколько фолов может иметь команда в одном периоде?	
	4
	5
	6
3. Сколько секунд дается на атаку?	

	30
	24
	18
4. Где используется правило 5 секунд?	
	при вбрасывании
	при пробитии штрафных
	нет такого
5. Сколько замен может произвести игрок?	
	две
	по одной в каждом периоде
	Любое количество
6. Сколько дополнительных периодов может быть проведено при равном счете по окончании игры?	
	один
	два
	сколько потребуется для изменения перевеса в чью-то пользу
7. Сколько секунд дается для выведения мяча из тыловой зоны в зону нападения?	
	5
	8
	10
8. При получении скольких дисквалифицирующих фолов игрок удаляется из зала?	
	2
	3
	4
9. Какое наказание последует за технический фол?	
	два штрафных
	вбрасывание мяча от средней линии
	и то и другое
10. Как разыгрывается спорный мяч?	
	вбрасыванием в центральном круге
	владение по стрелке
	по усмотрению судьи

### *Тест №3*

1. Защита, при которой игрок опекает определенного нападающего называется?	
	смешанной
	личной
	зонной
2. Какие виды заслона существуют?	
	боковой, передний, задний

	внешний, и внутренний
	вышеперечисленные
3.Что относится к групповым взаимодействиям?	
	финты
	«малая восьмерка»
	заслон
4.Какой из способов приема мяча является основным?	
	одной рукой
	двумя руками
	ногой
5.Остановка будет считаться правильно исполненной, если игрок выполнил?	
	остановку прыжком
	двумя шагами
	тремя шагами
6. С какой целью применяется ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока мяча?	
	для того, чтобы обвести соперника справа и слева
	чтобы уйти в отрыв и забить мяч
	так удобнее передвигаться по площадке
7.Игрок задней линии называется?	
	плэймейкер
	центровой
	нападающий
8. Какой из способов передачи мяча является основным?	
	с отскоком от пола
	одной рукой от плеча
	двумя руками от груди
9.Стремительное развитие атаки после подбора мяча, называется?	
	быстрый прорыв
	убегание
	стремительное нападение
10. Назовите способы ведения мяча?	
	с изменением скорости и высоты отскока (низкое, среднее, высокое)
	правой и левой рукой
	без зрительного контроля

#### *Тест №4*

1. Игрок в защите должен располагаться на расстоянии?	
	вплотную к нападающему игроку
	вытянутой руки
	двух метров
2.Основной способ перемещения игрока в защите?	
	приставным шагом

	скрестным шагом
	бегом
3. Для эффективной игры против заслона защитники применяют?	
	размен
	переход
	смену
4. На каком расстоянии от защитника ставится заслон со спины?	
	один метр
	вплотную
	не имеет значения
5. Игрок, на которого производится наведение, должен?	
	стоять на месте
	двигаться
	возможны оба варианта
6. Что означает в баскетболе термин «пробежка» при выполнении броска в кольцо?	
	выполнение с мячом в руках одного шага
	выполнение с мячом в руках трех и более шагов
	выполнение прыжка после ведения
7. Защита, при которой игрок обороняет определенный участок площадки, называется?	
	личной
	зонной
	смешанной
8. Как называется ведение мяча с противодействием соперника?	
	дриблинг
	прессинг
	стретчинг
9. Какой способ броска с дальней дистанции является наиболее эффективным?	
	в прыжке
	двумя руками
	одной рукой
10. Варианты зонной защиты могут быть?	
	2х2х1
	2х1х2
	3х2

### *Тест №5*

1. Каким должен быть размер баскетбольной площадки для проведения официальных матчей по баскетболу?	
	26 x 14 метров
	28 x 15 метров
	28 x 16 метров



2. Номер игрока согласно Правилам ФИБА может максимально состоять из:	
	Двух цифр
	Трёх цифр
	Четырёх цифр
3. За какое время до начала игры должен предоставлять тренер или его представитель техническую заявку на игру?	
	Не позднее, чем за 10 минут
	Не позднее, чем за 20 минут
	Не позднее, чем за 30 минут
4. Кто имеет преимущественное право исполнять обязанности тренера, если тренер был удалён в результате дисквалифицирующего фола или получил травму и не может продолжать выполнять свои обязанности?	
	Капитан команды
	Помощник тренера
	Директор команды
5. Какой игрок должен выполнять штрафные броски в случае, если он не определён Правилами?	
	Тот, кого определит судья
	Тот, кого назначит тренер
	Тот, кого назначит капитан команды
6. Продолжительность перерыва до начала времени игры, указанного в расписании, составляет:	
	10 минут
	15 минут
	20 минут
7. Продолжительность перерыва в игре перед дополнительным периодом составляет:	
	1 минута
	2 минуты
	По согласованию с тренерами
8. Когда начинается перерыв в игре?	
	когда звучит сигнал игровых часов об окончании периода
	когда звучит сигнал свистка судьи об окончании периода
	когда судья жестом показывает, что игровое время периода окончено
9. После розыгрыша начального спорного броска А4 устанавливает контроль над мячом и ошибочно забрасывает мяч в свою корзину из 3-хочковой зоны. Сколько очков должно быть записано капитану команды Б?	
	один
	два
	три
10. Игрок А4 дисквалифицирован. В течение, какого времени он должен быть заменён?	
	30 секунд
	60 секунд

На усмотрение судьи
---------------------

## Волейбол

### 4 семестр

#### Тест №1

1. Кто является создателем игры волейбол?	
	Елмери Бери
	Рубен Акост
	Уильям Морган
	Анатолий Эйнгорн
4. Что означает слово «волейбол»?	
	Летающий мяч
	Скользкий мяч
	Прыгающий мяч
	Удар с лёту
1. Спортсмены, какой страны являлись победителями в первом олимпийском волейбольном турнире среди мужчин?	
	Японии
	Румыния
	СССР
	США
1. Спортсмены, какой страны являлись победителями в первом олимпийском волейбольном турнире среди мужчин?	
	Японии
	Румыния
	СССР
	США
5. Какие действия являются нарушением правил при подаче мяча?	
	игрок ударил несколько раз мячом об пол
	заступил ногой пространство площадки
	выполнил прыжок перед подачей
	подачу подавал за 2 метра от площадки
6. Когда и где проходил первый в истории олимпийский волейбольный турнир?	
	1980 на Играх XXII Олимпиады в Москве
	1964 год на Играх VIII Олимпиады в Токио
	1968 год на Играх XIX Олимпиады в Мехико
	1952 год на Играх XV Олимпиады в Хельсине
7. Какова высота волейбольной сетки на мужских соревнованиях?	
	2.28
	2.36
	2.40

	2.43
8.	В волейбол играют на площадке размером:
	19 x 34
	24 x 12
	28 x 15
	18 x 9
9.	Во время игры в волейбол на поле в каждый момент времени могут находиться только:
	5 игроков
	6 игроков
	8 игроков
	9 игроков
10.	На сколько зон условно разделена площадка при игре в волейбол?
	5
	6
	8
	9

### *Тест №2*

1.	Какие действия при розыгрыше мяча являются не ошибочными?
	касание сетки игроком, выполняющим активное игровое действие
	заступ игрока задней линии трехметровой линии при атаке
	двойное касание или задержка мяча
	касание сетки мячом
2.	Сколько очков необходимо набрать команде, чтобы выиграть I и II партию в волейболе?
	15
	25
	35
	45
3.	Сколько касаний разрешается выполнять при розыгрыше мяча?
	3
	4
	6
	8
4.	Каким образом игроки переходят из одной зоны в другую?
	против часовой стрелки
	по часовой стрелке
	хаотично
	куда покажет судья
5.	До скольких очков играют пятую (тай-брейк) партию ?
	15
	25

	30
	35
6. Сколько времени дается на подачу во время игры в волейбол?	
	Нет учета времени
	5 секунд
	3 секунды
7. Какое максимальное количество игроков в команде по волейболу?	
	6
	9
	12
8. Сколько времени дается игроку на подачу после свистка судьи?	
	5 секунд
	8 секунд
	10 секунд
9. Чтобы правильно воздействовать на мяч при передаче снизу партнеру надо:	
	ударить по мячу прямыми руками
	подойти под мяч и воздействовать на мяч ногами и прямыми руками, учитывая силу полета мяча
	подойти под мяч и сыграть за счет ног
10. Какова высота сетки для женщин?	
	2.20
	2.24
	2.34
	2.75

### *Тест №3*

1. Цель игры в три касания:	
	подготовка к нападающему удару
	таковы правила игры
	затруднить сопернику контроль за мячом
2. Ошибкой при подаче будет:	
	удар по неподвижному мячу
	касание мяча сетки
	все ответы верны
3. Как называется игрок, выполняющий вторую передачу?	
	нападающий
	передающий
	связующий
4. В волейболе не используется способ подачи:	
	нижняя боковая
	верхняя прямая
	верхняя круговая

5. Игроку зоны защиты можно выполнять нападающий удар:	
	только из-за трехметровой зоны
	с любого места
	все ответы верны
6. Какую геометрическую фигуру напоминает расположение больших и указательных пальцев кистей рук при приеме мяча сверху?	
	четыреугольник
	треугольник
	круг
7. Прямой нападающий удар применяется для:	
	передачи мяча
	нападения
	защиты
8. Тактическим действием в нападении не является:	
	подача
	передача
	блокировка
9. Как разыгрывается начало игры?	
	передачей из-за лицевой линии
	подачей из-за лицевой линии
	подачей из зоны защиты
10. Игрок какой зоны вводит мяч в игру?	
	первой
	шестой
	не имеет значения

#### *Тест №4*

1. Ошибкой при выполнении нападающего удара является:	
	касание мячом сетки
	удар одной рукой
	касание рукой сетки
2. Переход из одной зоны в другую выполняется:	
	произвольно
	против часовой стрелки
	по часовой стрелке
3. При выполнении перехода игрок зоны 6 перемещается:	
	в первую зону
	в пятую зону
	куда хочет
4. Игроки каких позиций являются игроками передней линии?	
	4, 3, 2
	1, 2, 3
	6, 5, 4

5. Сколько замен разрешается выполнять команде в каждой партии?	
	сколько угодно
	шесть
	три
6. До какого счета играют пятую (тай-брейк) партию?	
	до 25
	до 15
	до 7
7. Сколько перерывов может брать команда в каждой партии?	
	3
	2
	1
8. Какие действия при розыгрыше мяча являются не ошибочными?	
	касание мячом сетки
	заступ игрока задней линии трехметровой линии при атаке
	двойное касание мяча
9. В волейбол играют мячом весом:	
	260-280 грамм
	290-300 грамм
	320-330 грамм
10. Во время игры на площадке находятся:	
	двенадцать игроков
	десять игроков
	шесть игроков

### *Тест №5*

1. Какие функции выполняет игрок либеро	
	Атакующий удар
	Защитные
	Нападающий
2. Очко, выигранное непосредственно с подачи, когда мяч доведен до пола или произошло только одно касание и мяч ушел в аут, называется -	
	Пайп
	Эйс
	Энгл
3. Мячами какой фирмы играют на Чемпионате России?	
	GALA
	MIKASA
	MOLTEN
4. Сколько игроков играет в команде по пляжному волейболу?	
	12
	6
	3

5. Какой технический прием не относится к перемещениям по волейбольной площадке?	
	стартовая стойка
	ходьба
	бег
	скачок
	приставные шаги
6. Какой элемент не включает в себя техника нападения в волейболе?	
	блок
	подача
	передача
	нападающий удар
7. Какой технический прием не используют волейболисты в защите?	
	блок
	передача
	прием мяча
8. Какими способами выполняют блок в волейболе?	
	одиночный блок
	групповой блок
	оба высказывания верны
9. С использованием каких систем игры выполняют командные действия волейболисты в нападении?	
	через игрока передней линии
	через игрока, выходящего с задней линии
	через центрального
	игра с первой передачи
10. Какие специфические физические качества необходимы волейболистам прежде всего?	
	хорошая прыгучесть; высокая подвижность в плечевом и локтевом суставах; ловкость
	сила рук; прыгучесть
	Выносливость, скорость бега

## Футбол

### 5 семестр

#### Тест №1

1. В какой стране впервые возник футбол?	
	Германия
	Англия
	США
	Франция
2. В каком году возник футбол?	

	1863
	1880
	1890
	2000
3. Кто является первым автором основных правил игры в футбол?	
	Пьер Бентро
	Вильям Джейм
	Роберто Стейк
	Хуан Туран
4. В каком году мужской футбол был впервые включен в число олимпийских видов спорта?	
	1900
	1910
	1914
	1918
5. В каком году и городе, футбол впервые появился в России?	
	Москва, 1890
	Санкт – Петербург, 1897
	Киев, 1892
	Одесса, 1895
6. В каком году сборная СССР впервые приняла участие в Олимпийских играх?	
	1948
	1952
	1956
	1960
7. В каком году состоялось первый Чемпионат СССР по футболу?	
	1936
	1938
	1940
	1948
8. В каком году сборная СССР, впервые приняла участие в чемпионате мира?	
	1948
	1952
	1956
	1958
9. В каком году сборная СССР по футболу стала олимпийскими чемпионами?	
	1952
	1956
	1962
	1966



10. В каком году сборная СССР по футболу стала чемпионом Европы?	
	1958
	1960
	1962
	1964
11. Кто из игроков сборной СССР являлся автором «золотого гола» на чемпионате Европы?	
	Валерий Газаев
	Олег Блохин
	Виктор Понедельник
	Алексей Еськов

### *Тест №2*

1. Техническая подготовка – это.....	
	Процесс обучения
	Структура приемов
	Фазы подготовки
	Умения
2. Контроль уровня технической подготовленности предполагает...	
	Оценку
	Проверку
	Запись
	Обучение
3. Техника нападения включает....	
	Технику перемещений
	Стадии обучения
	Технику владения мячом
	Организацию действий
4. Критерии технической подготовленности характеризуются....	
	Индивидуализацией
	Разносторонностью
	Комплексностью
	Игровыми формами
5. К технике нападения не относится следующий прием:	
	Передача мяча
	Прием мяча
	Выбивание мяча с помощью подката
	Владение мячом
6. Классификация техники это:	
	Распределение двигательных действий, сходных по целевому признаку
	Распределение всех приемов и способов их выполнения по разделам и группам на основе сходных признаков
	Распределение двигательных действий, направленных на решение

	примерно одной игровой задачи
	Система элементов движения, позволяющих решать конкретную двигательную задачу
7. Техническая подготовка – это процесс деятельности...	
	Целенаправленной
	Сходной соревновательной
	Овладения движениями
	Овладения методиками
8. Основная задача нападающих...	
	Отбивать мяч руками
	Забирать мяч у соперника
	Отдавать пас
	Забить гол

### *Тест №3*

1. Тактика нападения это:	
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения наилучших результатов в ходе соревнования
	Специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры
	Совокупность специальных приемов, используемых игроками для достижения максимального результата в фазе нападения
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения целей в фазе нападения
2. Тактика защиты это:	
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения наилучших результатов в ходе соревнования
	Специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры
	Совокупность специальных приемов, используемых игроками для достижения максимального результата в фазе защиты
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения целей в фазе защиты
3. Командная тактика это:	
	Взаимодействие двух и более игроков, предпринимаемых для решения тактических задач в ходе игры
	Согласованные действия игроков, избираемые в конкретной ситуации
	Выбор оптимального способа организации действий игроков для достижения целей в игре
	Способ организации индивидуальных и групповых тактических действий игроков команды для достижения целей в игре
4. Тактическая комбинация – это последовательный ряд ...	
	групповых и индивидуальных действий игроков
	командная игра

	групповых взаимодействий игроков
	индивидуальных действий игроков
5. Какой тактической системы не существует в нападении?	
	4:4:2
	4:3:3
	4:4:1:1
	2:5:3
6. Какой тактической системы не существует в защите?	
	4:4:2
	5:4:1
	2:3:4
	3:4:3
7. Основным способом перемещения вратаря является:	
	Перемещение прыжками
	Перемещение приставными шагами
	Перемещения бегом
	Перемещение скрестным шагом
8. Действия вратаря на выходах при атаке по центру и на флангах должны быть:	
	Спокойными
	Стремительными
	Уверенными
	Опережающими
9. Кто наиболее эффективно руководит защитными действиями команды в процессе игры?	
	Центральный защитник
	Капитан команды
	Тренер команды
	Вратарь команды
10. Соревновательная деятельность спортсменов это:	
	Физическая активность, направленная на достижение победы, при соблюдении установленных правил;
	Игровая деятельность в условиях соревнований;
	Совместная деятельность тренера и гандболистов для достижения целей соревнований;
	Интеграция тренировочных воздействий всех видов подготовки в целостный эффект соревновательной деятельности.

#### *Тест №4*

1. Сколько судей на площадке обслуживают матч по футболу?	
	4
	3
	2
	1

2. За нарушение правил игрок может получить предупреждений не более:	
	1
	2
	3
	4
3. С какого момента ведется отсчет времени игры?	
	С того момента, когда судья в поле включает секундомер
	С момента сигнала арбитра на выполнение начального удара
	С момента правильно выполненного начального удара
	Когда игроки займут свои места на поле
4. «Спорный мяч», введенный судьей с линии площади ворот, параллельной линии ворот, не коснувшись никого из игроков, попал в ворота обороняющейся команды. Какое решение должен принять судья?	
	Засчитать гол
	Повторить «спорный мяч» с того места, где он вводился в игру
	Назначить удар от ворот
	Назначить угловой
5. Остается ли мяч в игре, если большая его часть уже пересекла линию ворот или боковую линию?	
	На усмотрение судьи
	Да, остается
	Нет, не остается
	Разыгрывается угловой
6. Кто принимает решение об удалении игрока с поля?	
	Главный судья
	Судья - секретарь
	Судья в поле
	Судьи на линиях
7. Футболист, поучивший в процессе игры два предупреждения на следующий матч:	
	Пропускает одну игру
	Пропускает две игры
	Пропускает три игры
	Не пропускает игру
8. Вратарь отбивает мяч на нападающего игрока команды соперника, находящегося «вне игры», тот забивает гол. Решение судьи?	
	Отменить гол
	Засчитать гол
	Отменить гол, в том случае, если нападающий располагался в непосредственной близости от ворот соперников
	Произвести удар от ворот
9. Владея мячом, вратарь держит его на раскрытой ладони, находящийся сзади него соперник головой ударяет по мячу и затем направляет его в ворота. Решение судьи?	

	Засчитать гол
	Отменить гол. Назначить свободный удар, наказать нападающего предупреждением за неспортивное поведение
	Отменить гол, назначить свободный удар
	Назначить угловой удар
10. Соперник, имеющий явную голевую возможность забить гол, находится с мячом в штрафной площади. Выбежавший ему на встречу вратарь, в падении ловит мяч руками, но по инерции пересекает с ним линию штрафной площадки. Решение судьи?	
	Желтой карточки
	Красной карточки
	Зеленой карточки
	Черной карточки

### *Тест №5*

1. Команде дается право выполнить штрафной удар из своей штрафной площади выполняющий удар игрок. Передает мяч непосредственно своему вратарю, который пропускает мяч и попадает в ворота. Решение судьи?	
	Повторить удар
	Назначить угловой удар
	Засчитать гол
	Удар от ворот
2. Какие виды соревнований относятся к основным соревнованиям?	
	Отборочные соревнования
	Сокращенные соревнования
	Контрольные соревнования
	Товарищеские
3. Какие виды соревнований относятся к вспомогательным соревнованиям?	
	Блицтурниры
	Отборочные соревнования
	Соревнования на Кубок
	Первенство или чемпионаты
4. Положение о соревнованиях не включает следующий пункт....	
	Условие подачи заявок и подачи рассмотрения протестов
	Условие приема команд
	Формы и сроки представления заявок
	Количество выставляемых команд и их спортивный уровень
5. В каком спорте полевых игроков столько же, сколько и в футболе	
	баскетбол
	гандбол
	теннис
	керлинг
6. Сокращённое название футбола?	
	футбич

	футбик
	соккер
	сокфут
7. Сколько длится 1 тайм?	
	40 мин.
	45 мин.
	50 мин.
	55 мин.
8. Сколько составляет пауза между 1 и 2 таймом?	
	5 мин
	10 мин.
	15 мин.
	20 мин.
9. Как переводится - football?	
	Нога мяч
	Ворота мяч
	Ступня мяч
	Штанга мяч
10. Цель игры?	
	Отбить больше ударов, чем соперник
	Забить больше голов сопернику, чем соперник вам
	Сделать больше подкатов, чем соперник
	Больше времени обладать мячом, чем соперник

### Критерии оценки теста

Критерием оценки является уровень освоения студентом материала, предусмотренного программой дисциплины, что выражается количеством правильно выполненных заданий теста, выраженное в %, согласно следующей шкале: Процент результативности (правильности ответов), %	Оценка
90 – 100	отлично
80 – 89	хорошо
79 – 61	удовлетворительно
60 и менее	неудовлетворительно

## **Рекомендации по самостоятельной подготовке к экзамену**

Готовиться к экзамену необходимо в течение всего учебного времени, т.е. с первого дня очередного семестра: вся работа студента на лекциях, лабораторных работах и т.п. это и есть этапы подготовки студента к экзамену. Подготовка к сессии должна быть нацелена не столько на приобретение новых знаний, сколько на закрепление ранее изученного материала и повторение его. Сумму полученных знаний студенту перед сессией надо разумно обобщить, привести в систему, закрепить в памяти, для чего ему надо использовать учебники, лекции, методические пособия и различного рода руководства. Повторение необходимо производить по разделам, темам. Дополнительно к изучению конспектов лекции необходимо пользоваться учебником. Кроме «заучивания» материала экзамена, очень важно добиться состояния понимания изучаемых тем дисциплины.

При подготовке к экзамену нужно изучить теорию: определения всех понятий и подходы к оцениванию до состояния понимания материала и самостоятельно решить по несколько тестов из каждой темы.



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Дальневосточный федеральный университет»  
(ДФУ)

---

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта  
(спортивные игры (баскетбол))»  
Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура  
Профиль «Спортивная тренировка»  
Форма подготовки очная

**Владивосток**  
**2018**



**Паспорт  
фонда оценочных средств  
по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта  
(спортивные игры)»**

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции	
ОПК-2 способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Знает	Теоретические основы и методику обучения спортивным играм
	Умеет	Самостоятельно проводить занятия с учетом возрастных особенностей занимающихся, их подготовленности и условий проведения, составлять конспект занятия
	Владеет	Профессионально-педагогическими навыками объяснения и демонстрации приемов техники игры и тактических действий, организацией и проведением занятий по спортивным играм
ОПК-6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	Знает	Роль и значение основ здорового образа жизни и стиля жизни;
	Умеет	использовать практические умения и навыки самостоятельных занятий физической культурой; планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических санитарно-гигиенических особенностей в целях совершенствования природных данных
	Владеет	знаниями и навыками по формированию здорового образа жизни; различными методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья
ОПК-8 способность организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Знает	Правила игры и методику организации и проведения соревнований по спортивным играм
	Умеет	Организовывать и проводить соревнования по спортивным играм
	Владеет	Специальными знаниями о структуре соревновательной деятельности, технике и тактике игры, управлением группой в процессе занятия

**Баскетбол**

**3 семестр**

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций	Оценочные средства - наименование	
			текущий	промежуточн

				контроль	ая аттестация
1	Раздел I. Теоретические основы баскетбола	ОПК-2 способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Знает теоретические основы и методику обучения спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 1-24, 51
			Умеет самостоятельно проводить занятия с учетом возрастных особенностей занимающихся, их подготовленности и условий проведения, составлять конспект занятия	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест 1, 2	
			Владеет профессионально - педагогическими навыками объяснения и демонстрации приемов техники игры и тактических действий, организацией и проведением занятий по спортивным играм	ПР-1 Выполнение практических тестов по специально-технической подготовке	
2	Раздел II. Методика обучения технике нападения и защиты в баскетболе	ОПК-6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий	Знает роль и значение основ здорового образа жизни и стиля жизни;	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 32-50
			Умеет использовать практические умения и навыки самостоятельных занятий физической культурой; планировать различные формы	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест 3	

		рекреационной, оздоровительной направленности и с лицами различного пола и возраста	занятий с учетом медико-биологических санитарно-гигиенических особенностей в целях совершенствования природных данных		
			Владеет знаниями и навыками по формированию здорового образа жизни; различными методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья	ПР-4 Реферат	
3	Раздел III. Учебно-тренировочный процесс баскетболистов	ОПК-8 способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Знает правила игры и методику организации и проведения соревнований по спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 25-31
			Умеет организовывать и проводить соревнования по спортивным играм	ПР-1 Тест 4, 5	
			Владеет специальными знаниями о структуре соревновательной деятельности, технике и тактике игры, управлением группой в процессе занятия	ПР-1 Выполнение практических тестов по специально-технической подготовке	

## Волейбол

### 4 семестр

№ п/п	Контролируемые разделы	Коды и этапы формирования	Оценочные средства - наименование
-------	------------------------	---------------------------	-----------------------------------

	дисциплины	компетенций		текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Раздел I. Теоретические основы волейбола	ОПК-2 способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Знает теоретические основы и методику обучения спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 1-7, 9-11
			Умеет самостоятельно проводить занятия с учетом возрастных особенностей занимающихся, их подготовленности и условий проведения, составлять конспект занятия	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест	
			Владеет профессионально-педагогическими навыками объяснения и демонстрации приемов техники игры и тактических действий, организацией и проведением занятий по спортивным играм	ПР-1 Выполнение практических тестов по специально-технической подготовке	
2	Раздел II. Основы техники и тактики игры в волейбол, методика обучения.	ОПК-6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационн	Знает роль и значение основ здорового образа жизни и стиля жизни	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 13-38
			Умеет использовать практические умения и навыки самостоятельных занятий физической культурой; планировать различные формы занятий с учетом	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест	

		ой, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	медико-биологических санитарно-гигиенических особенностей в целях совершенствования природных данных		
			Владеет знаниями и навыками по формированию здорового образа жизни; различными методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья	ПР-1 Выполнение практических тестов по специальной-технической подготовке	
3	Раздел III. Организация и методика проведения спортивной тренировки	ОПК-8 способность организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Знает правила игры и методику организации и проведения соревнований по спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к зачету 8, 12, 39
			Умеет организовывать и проводить соревнования по спортивным играм	ПР-4 Реферат ПР-1 Тест	
			Владеет специальными знаниями о структуре соревновательной деятельности, технике и тактике игры, управлением группой в процессе занятия	ПР-1 Выполнение практических тестов по специальной-технической подготовке	

## Футбол

### 5 семестр

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы	Оценочные средства - наименование
-------	-----------------------------------	--------------	-----------------------------------

		формирования компетенций	текущий контроль	промежуточная аттестация	
1	Раздел II. Методика обучения и тренировки футболиста	ОПК-2 способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Знает теоретические основы и методику обучения спортивным играм	УО-1 Собеседование	Вопросы к экзамену 7-18
			Умеет самостоятельно проводить занятия с учетом возрастных особенностей занимающихся, их подготовленности и условий проведения , составлять конспект занятия	ПР-2 Контрольная работа	
			Владеет профессионально-педагогическими навыками объяснения и демонстрации приемов техники игры и тактических действий, организацией и проведением занятий по спортивным играм	УО-1 Собеседование Вопросы для собеседования по темам 1,2.	

2	Раздел I. Теоретические основы футбола	ОПК-6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирова ния навыков здорового образа жизни при проведени и занятий рекреацион ной, оздоровите льной направленн ости с лицами различного пола и возраста	Знает роль и значение основ здорового образа жизни и стиля жизни;	ПР-2 Контрольн ая работа	Вопросы к экзамену 1-6
			Умеет использоват ь практическ ие умения и навыки самостояте льных занятий физической культурой; планироват ь различные формы занятий с учетом медико- биологичес ких санитарно- гигиеничес ких особенност ей в целях совершенст вования природных данных	ПР-4 Реферат	
			Владеет знаниями и навыками по формирова нию здорового образа жизни; различным и методами повышения работоспос обности, сохранения и укрепления	ПР-2 Контрольн ая работа  Вопросы для собеседова ния по теме 7,8,9	

			здоровья		
3	Раздел I. Теоретические основы футбола	ОПК-8 способность организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранном у виду спорта	Знает формы учебных занятий с учетом медико- биологических, санитарно- гигиенических, психолого- педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления, реабилитации и рекреации занимающихся футболом	ПР-2 Контрольная работа	Вопросы к экзамену 19-21
			Умеет реализовывать методы и средства обучения в каждой из видов игр с учетом ее специфики, разрабатывать	УО-3 Доклад	Вопросы к экзамену № 7,8,15,21.



			ать перспективные и оперативные планы и программы учебных и тренировочных занятий в сфере физической культуры и спорта.		
			Владеет технически и тактически элементами и футбола, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений; способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в футболе;	ПР-2 Контрольная работа  Вопросы для собеседования по темам 4,5,6.	Вопросы к экзамену № 16,18,20.

**Шкала оценивания уровня сформированности компетенций  
по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта  
(спортивные игры)»**

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции		Критерии	Показатели	Баллы
ОПК-2: способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Знает (пороговый уровень)	Современную литературу по теории и методике физического воспитания спортсменов; возрастные особенности спортсменов; организацию и методику отбора детей; особенности планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами разной квалификации; средства и методы физической, технической и тактической подготовки; условия подготовки спортсменов к соревнованиям; организацию и содержание работы со спортсменами массовых разрядов.	Знает основные положения по теории и методике физического воспитания спортсменов; возрастные особенности спортсменов; организацию и методику отбора детей; особенности планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами разной квалификации ; средства и методы физической, технической и тактической подготовки; условия подготовки спортсменов к соревнованиям.	Способен назвать источники по теории и методике физического воспитания спортсменов. Изложить возрастные особенности спортсменов, особенности планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами разной квалификации. Перечислить средства и методы физической, технической и тактической подготовки.	45-64
	Умеет (продвинутый)	Планировать, организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия со спортсменами разной квалификации; решать	Умеет проектировать учебно-тренировочные занятия со спортсменами разной квалификации ; решать	Способен составить планы и организовывать учебно-тренировочные занятия со спортсменами разной	65-84

		<p>оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания в базовых видах спорта; обеспечивать безопасность спортсменов на учебно-тренировочных занятиях; организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием.</p>	<p>оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания в базовых видах спорта; обеспечивать безопасность спортсменов на учебно-тренировочных занятиях; организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием.</p>	<p>квалификации. Подобрать адекватные методы для решения задачи физического воспитания в базовых видах спорта. Принять меры безопасности на учебно-тренировочных занятиях, организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием.</p>	
	<p>Владеет (высокий)</p>	<p>Методикой подбора и проведения тестов, для определения уровня физической и технической подготовленности спортсменов разной квалификации; навыками оперативного контроля; эталонной техникой в базовых видах спорта; методом наглядного показа двигательных действий; навыками судьи по спорту.</p>	<p>Владеет способами подбора и проведения тестов, для определения уровня физической и технической подготовленности спортсменов разной квалификации; навыками оперативного контроля; эталонной техникой в базовых видах спорта; методом наглядного показа двигательных действий;</p>	<p>Способен составлять диагностические карты для определения уровня физической и технической подготовленности спортсменов разной квалификации. Владеет навыками оперативного контроля. Владеет методом наглядного показа двигательных действий, навыками судьи по спорту.</p>	<p>85-100</p>

			навыками судьи по спорту.		
ОПК-6: способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	Знает (пороговый уровень)	Применяет передовые разработки в области тренировки и ее медико-биологического сопровождения для «конструирования» новых методик и технологий	Перечисляет основные термины	Объясняет суть и содержание терминологического аппарата	45-64
	Умеет (продвинутый)	Описывает технологию спортивной тренировки и санитарно-гигиенические условия при её проведении	Демонстрирует знание средств и методов спортивной тренировки	Представляет методические приёмы реализации технологии и способы её внедрения с учётом санитарно-гигиенических норм.	65-84
	Владеет (высокий)	Владеет основными понятиями в области теории и практики физкультурно-оздоровительной деятельности и избранного вида спорта	Творчески использует методы контроля и навыки проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта.	Определяет эффективность различных методик физкультурно-спортивной направленности и способен создавать авторские технологические подходы к построению спортивной тренировки	85-100
ОПК-8: способность организовывать и проводить соревнования	Знает (пороговый уровень)	Основные положения теории и методики базовых видов спорта.	Знает теоретические аспекты организации и содержания	Способен классифицировать и характеризовать действия судьи	45-64

осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта			судейства по большинству базовых видов спорта.	в основных видах состязательной деятельности.	
	Умеет (продвинутый)	Организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта.	Умеет организовать и проводить соревнования включая, работу судейской бригады, с учетом специфики спортивного состязания.	Способен отобрать и использовать наиболее эффективные организационно-методические компоненты судейства.	65-84
	Владеет (высокий)	Средствами и методами судейства.	Владеет технологией организации действий судейской бригады.	Способен применять на практике методы и средства судейства по большинству базовых видов спорта.	85-100

### **Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания результатов освоения дисциплины**

#### **Оценочные средства для промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

В качестве промежуточной аттестации по дисциплине предусмотрен зачет (в 3, 4 семестрах) и экзамен (5 семестр) в устной форме, в виде ответов на вопросы билетов.

**Перечень вопросов к промежуточной аттестации  
по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта  
(спортивные игры)»**

**Вопросы к зачету**

**Баскетбол**

**3 семестр**

1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии.
2. Определение техники игры баскетбол.
3. Классификация техники игры в нападении.
4. Назначение и техника выполнения поворотов, применяемых в баскетболе.
5. Виды остановок применяемых в баскетболе.
6. Классификация передач мяча.
7. Техника выполнения передачи от груди двумя руками.
8. Классификация техники ловли мяча.
9. Техника ведения мяча и ее назначение.
10. Классификация бросков в корзину.
11. Классификация техники игры в защите.
12. Разновидности финтов и сочетание приемов.
13. Техника вырывания и выбивания мяча.
14. Определение основных понятий тактики.
15. Классификация тактики нападения.
16. Индивидуальные действия игрока в нападении.
17. Игровые функции баскетболистов.
18. Групповые действия игроков в нападении.
19. Командные действия игроков в нападении.
20. Классификация простейших тактических групповых взаимодействий.
21. Классификация тактики защиты.

22. Способы отбора мяча у игрока, выполняющего бросок мяча в корзину.
23. Групповые действия игроков в защите.
24. Командные действия игроков в защите.
25. Виды соревнований и способы их проведения.
26. Круговой способ проведения соревнования. (Сетка расписания для четного и нечетного количества команд).
27. Способ проведения соревнований с выбыванием.
28. Подготовка к соревнованиям.
29. Основные правила ведения протокола.
30. Способы жеребьевки команд.
31. Оценка и учет результатов соревнований (таблица).
32. Постановки задач на урок по баскетболу.
33. Требования к подготовке конспекта урока по баскетболу.
34. Структура урока по баскетболу.
35. Регулирование нагрузки на уроке.
36. Методы организации учащихся.
37. Средства и методы развития физических качеств.
38. Методика обучения стойке баскетболиста.
39. Методика обучения технике передвижений.
40. Методика обучения технике остановки двумя шагами и прыжком.
41. Методика обучения технике поворотов без мяча и с мячом.
42. Методика обучения технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.
43. Методика обучения технике ведения мяча в высокой и низкой стойке на месте.
44. Методика обучения технике ведения мяча в высокой и низкой стойке в движении по прямой.
45. Методика обучения технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости и направления движения.

46. Методика обучения технике броска от груди двумя руками и сверху с места.
47. Методика обучения технике броска мяча одной рукой с места.
48. Методика обучения технике броска в движении одной рукой сверху после ведения мяча.
49. Методика обучения технике броска в движении одной рукой сверху после ловли мяча.
50. Методика обучения технике вырывания и выбивания мяча.
51. Правила игры в баскетбол.

## **Волейбол**

### **4 семестр**

1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии.
2. Классификация передач мяча.
3. Разновидности подач.
4. Классификация техники игры в волейбол.
5. Техника игры в нападении (стойки, перемещения).
6. Групповые тактические действия игроков в нападении.
7. Техника выполнения передачи мяча двумя руками сверху.
8. Способы жеребьёвки команд.
9. Техника выполнения прямой нижней подачи.
10. Постановка задач на урок по волейболу.
11. Техника выполнения передачи мяча двумя руками снизу.
12. Подготовка к соревнованиям.
13. Командные тактические действия.
14. Техника игры в защите (стойки, перемещения).
15. Техника выполнения приёма мяча снизу одной и двумя руками.
16. Требования к подготовке конспекта урока по волейболу.
17. Техника нижней боковой подачи.
18. Классификация нападающих ударов (атакующих ударов).



19. Техника приёма мяча с подачи.
20. Классификация блокирования.
21. Техника прямой верхней подачи.
22. Тактика игры, классификация.
23. Классификация тактики игры в защите.
24. Индивидуальные тактические действия игроков.
25. Классификация тактики игры в нападении.
26. Средства и методы развития физических качеств.
27. Методика обучения стойки волейболиста.
28. Методика обучения технике перемещений.
29. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками сверху.
30. Методика обучения технике передачи мяча двумя руками снизу.
31. Методика обучения технике прямой нижней подачи.
32. Методика обучения технике нижней боковой подачи.
33. Методика обучения технике прямой верхней подачи.
34. Методика обучения технике прямого нападающего удара.
35. Методика обучения технике бокового нападающего удара.
36. Методика обучения технике одиночного блокирования.
37. Методика обучения технике группового блокирования.
38. Методика обучения технике приёма мяча с подачи.
39. Правила игры в волейбол.

### **Вопросы к экзамену**

#### **Футбол**

#### **5 семестр**

1. История возникновения и развития футбола
2. Характеристика футбола как средства физического воспитания.
3. Влияние занятий футболом на организм занимающихся.
4. Правила техники безопасности при проведении занятий по футболу.

5. Оборудование залов, инвентарь для игры в футбол.
6. Особенности проведения занятий по футболу с различным контингентом занимающихся.
7. Классификация приемов техники игры в футбол.
8. Техника игры в нападении. Характеристика приемов перемещения, приема, ведения, передачи, удара.
9. Методика обучения приемам техники в футболе. Общая структура изучения приема.
10. Техника игры в защите. Характеристика приемов перемещения, выбивания мяча, блокирования мяча и игрока.
11. Техника игры вратаря. Характеристика приемов перемещения и задержания мяча: руками, ногами, туловищем.
12. Классификация тактических действий игры в футбол. Методика обучения тактическим действиям в футболе. Общая структура изучения действия.
13. Методика обучения тактическим действиям в футболе. Общая структура изучения действия.
14. Характеристика индивидуальных тактических действий в нападении: уход открытый и скрытый, выбор места на поле, передачи, ведения мяча, удары по воротам.
15. Характеристика индивидуальных тактических действий в защите: применение выбивания, блокирования, опека игрока без мяча и с мячом, перехват, финты.
16. Характеристика групповых тактических действий в защите: подстраховка, переключение, разбор.
17. Характеристика командных тактических действий в защите: личная, зонная и смешанная системы защиты.
18. Характеристика тактических действий вратаря в защите и нападении.
19. Организация и проведение соревнований по футболу.

20. Положение о соревновании и его составление.
21. Работа секретариата и методика судейства соревнований в поле.

### **Критерии выставления оценки студенту на зачете / экзамене.**

<b>Оценка экзамена (стандартная)</b>	<b>Требования к сформированным компетенциям</b>
<i>«отлично»/зачтено</i>	Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, знания, умения и навыки всех компетенций дисциплины (ОПК-2,8, ПК-3,4) исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий.
<i>«хорошо»/зачтено</i>	Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
<i>«удовлетворительно» /зачтено</i>	Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.
<i>«неудовлетворительно»/не зачтено</i>	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

### **Оценочные средства для текущей аттестации студентов**

Текущая аттестация студентов по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры)» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

Объектами оценивания выступают:

- учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность

выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);

- степень усвоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;
- выполнение практических тестов по специально-технической подготовке;
- результаты самостоятельной работы

## КОМПЛЕКС ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

### Практические тесты по специально-технической подготовке

#### Баскетбол

#### 3 семестр

Тесты	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Юноши					
1. Серийная прыгучесть за 20 с., высота препятствия 40 см (кол-во раз)	40	35	30	25	20
2. Скоростная выносливость - 40 с. (кол-во площадок (м))	9 пл. +20 м	9 пл.	8 пл. +10 м	7 пл.	6 пл. +10 м
3. Быстрота и ловкость защитных перемещений (с)	25,2	26,0	27,5	29,0	31,5
4. Скоростная техника ведения мяча с атакой кольца, 3 стойки (с)	13,2	13,7	14,1	14,5	15,0
5. Скоростная техника ведения мяча без атаки кольца, 5 стоек (с)	17,0	17,3	17,5	18,0	19,0
6. Передача и ловля мяча на быстроту в стену с расстояния 3 м, квадрат 45см x 45см, за 20 с. (кол-во раз)	19	18	17	16	15
7. Бросок в движение одной рукой сверху с двух шагов (кол-во попаданий)	5/5	5/4	5/3	5/2	5/1
8. Стабильность штрафных бросков - из 10 попыток (кол-во раз)	6	5	4	3	2

9. Процент попаданий штрафных бросков (кол-во раз)	60	55	50	45	35
10. Процент попаданий средних бросков (кол-во раз)	55	50	45	35	25
Девушки					
1. Серийная прыгучесть за 20 с., высота препятствия 40 см (кол-во раз)	35	30	25	20	15
2. Скоростная выносливость - 40 с. (кол-во площадок (м))	9 пл.	8 пл. + 10 м	7 пл. + 20 м	6 пл. + 20 м	6 пл.
3. Быстрота и ловкость защитных перемещений (с)	27,3	28,2	29,2	31,5	32,5
4. Скоростная техника ведения мяча с атакой кольца, 3 стойки (с)	14,5	15,2	15,8	16,3	16,8
5. Скоростная техника ведения мяча без атаки кольца, 5 стоек (с)	18,5	19,0	19,5	20,5	21,5
6. Передача и ловля мяча на быстроту в стену с расстояния 3 м, квадрат 45см x 45см, за 20 с. (кол-во раз)	18	17	16	15	14
7. Бросок в движение одной рукой сверху с двух шагов (кол-во попаданий)	5/5	5/4	5/3	5/2	5/1
8. Стабильность штрафных бросков - из 10 попыток (кол-во раз)	5	4	3	2	1
9. Процент попаданий штрафных бросков (кол-во раз)	55	50	45	35	25
10. Процент попаданий средних бросков (кол-во раз)	50	45	30	25	20

1. Серийная прыгучесть – выполняются прыжки через препятствие попеременно справа налево в течение 20 секунд. Высота препятствия 40 см. Фиксируется количество прыжков.

2. Скоростная выносливость – из положения высокого старта выполняются рывки от лицевой до лицевой линии баскетбольной площадки в течение 40 секунд. По окончании времени фиксируется количество пройденной дистанции.

3. Быстрота и ловкость защитных перемещений – на площадке находится 6 набивных мячей. Первый на лицевой линии в центре, второй на

трех очковой линии под углом  $45^\circ$ , третий на той же линии перпендикулярно щиту, четвертый под углом  $45^\circ$ , пятый на пересечении лицевой и трех очковой линии справа, шестой в аналогичной точке слева.

Игрок, находящийся у первого мяча, по сигналу выполняет рывок ко второму мячу, касается его, возвращается к первому мячу спиной вперед, касается его, аналогично выполняет перемещение к третьему и четвертому мячам. К пятому мячу игрок выполняет перемещение приставными шагами вправо, обратно приставным шагом влево, касается первого мяча, продолжает движение приставными шагами влево. После касания шестого мяча возвращается к первому приставными шагами правым боком. После касания первого мяча фиксируется время.

4. Скоростная техника ведения мяча с атакой кольца – на площадке находятся три стойки (в центре круга, и на линиях штрафных бросков). Игрок с мячом из-за лицевой линии начинает ведение, обводит первую стойку справа, вторую слева, третью справа, затем выполняет бросок в движении одной рукой сверху с двух шагов, подбирает мяч и выполняет ведение с обводкой первой стойки слева и т.д., производит атаку кольца слева. Время фиксируется после касания мячом кольца. Если мяч не попал в кольцо, то к результату прибавляется одна секунда.

5. Скоростная техника ведения мяча без атаки кольца – на площадке находятся пять стоек на равном расстоянии друг от друга вдоль боковой линии баскетбольной площадки, последняя располагается на лицевой линии. По сигналу игрок начинает ведение к первой стойке правой рукой, перед препятствием он выполняет перевод на левую руку, и к следующей стойке двигается с ведением левой рукой и т.д., последнюю стойку необходимо обвести правой рукой и вернуться обратно, начиная ведение снова правой рукой. Начинать и заканчивать ведение необходимо правой рукой. Время фиксируется на лицевой линии, с которой начиналось ведение.

6. В течение 20 секунд игрок выполняет передачи и ловли мяча от груди двумя руками в квадрат 45 см на 45 см нарисованный на стене с

расстояния 3 м. Передачи считаются, если мяч попал в квадрат и игрок не заступил за линию.

7. Бросок в движение одной рукой сверху с двух шагов – начинается ведение от средней линии. Выполнить пять бросков. Засчитывается количество попаданий в кольцо.

8. Стабильность штрафных бросков – выполняется в парах, один подает мяч, второй выполняет 10 бросков. Считается количество попаданий.

9. Процент попаданий штрафных бросков – штрафные броски выполняются сериями по три броска. После первого и второго бросков мяч подает партнер, после третьего броска игрок подбирает сам и с ведением переходит к противоположному щиту. Упражнение выполняется в течение 3 минут.

10. Процент попаданий средних бросков – игрок с мячом выполняет поочередно броски со средней дистанции (4,5 – 5 м), с угла площадки, под углом 45°, напротив щита, далее под углом 45° с противоположной стороны и с угла площадки. Броски в указанной последовательности выполняются в течение 4 минут. Игрок сам подбирает свои мячи и с ведением перемещается на следующую точку.

## Волейбол

### 4 семестр

Тесты	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
<b>Юноши</b>					
1. Передача над собой двумя руками сверху, без ограничения пространства, но не ниже 1м (кол-во непрерывных передач)	50	45	40	35	25
2. Передача в парах двумя руками сверху на расстоянии 6-7 м (кол-во непрерывных передач)	30	25	20	15	10
3. Передача в парах двумя руками сверху через сетку (кол-во непрерывных передач)	20	18	15	12	10

4. Передачи в стену двумя руками сверху на расстоянии 2-3 м (кол-во непрерывных передач)	15	12	10	8	5
5. Передачи в стену двумя руками снизу на расстоянии 2-3 м (кол-во непрерывных передач)	15	12	10	8	5
6. Передача мяча над собой сверху двумя руками в круге диаметром на менее 2 м, на высоту не ниже 1 м (кол-во непрерывных передач)	25	20	15	10	5
7. Передача мяча над собой двумя руками снизу в круге диаметром 3 м, на высоту не ниже 1 м (кол-во непрерывных передач)	15	12	10	7	5
8. Подача (любым способом). Оценивается попадание в площадку из 10 раз (кол-во раз)	10	9	8	7	6
9. Верхняя прямая подача в правую и левую половины площадки (5+5). Площадка разгорожена гимнастической скамейкой. Попадание в скамейку – 0 очков (кол-во раз)	5	4	3	2	1
10. Верхняя прямая подача по заданию в зоны 1, 6, 5, 4, 2 по 3 попытки в каждую (кол-во попаданий из 15 подач)	15	13	10	8	5
11. Нападающий удар с собственного подброса. Попадание в площадку без нарушения правил из 10 ударов	10	9	8	7	6
Девушки					
1. Передача над собой двумя руками сверху, без ограничения пространства, но не ниже 1м (кол-во непрерывных передач)	40	35	30	25	20



2. Передача в парах двумя руками сверху на расстоянии 6-7 м (кол-во непрерывных передач)	25	20	15	10	5
3. Передача в парах двумя руками сверху через сетку (кол-во непрерывных передач)	20	15	12	10	8
4. Передачи в стену двумя руками сверху на расстоянии 2-3 м (кол-во непрерывных передач)	15	12	10	8	5
5. Передачи в стену двумя руками снизу на расстоянии 2-3 м (кол-во непрерывных передач)	15	12	10	8	5
6. Передача мяча над собой сверху двумя руками в круге диаметром на менее 2 м, на высоту не ниже 1 м (кол-во непрерывных передач)	20	18	15	12	10
7. Передача мяча над собой двумя руками снизу в круге диаметром 3 м, на высоту не ниже 1 м (кол-во непрерывных передач)	15	12	10	7	5
8. Подача (любым способом). Оценивается попадание в площадку из 10 раз (кол-во раз)	9	8	7	6	5
9. Верхняя прямая подача в правую и левую половины площадки (5+5). Площадка разгорожена гимнастической скамейкой. Попадание в скамейку – 0 очков (кол-во раз)	5	4	3	2	1
10. Верхняя прямая подача по заданию в зоны 1, 6, 5, 4, 2 по 3 попытки в каждую (кол-во попаданий из 15 подач)	15	12	10	8	5

11. Нападающий удар с собственного подброса. Попадание в площадку без нарушения правил из 10 ударов	9	8	7	6	5
---	---	---	---	---	---

## Футбол

### 5 семестр

Содержание теста	Зачтено	
1. Удар по мячу на дальность - выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой предоставляется 3 попытки. Конечный результат определяется по сумме ударов обеими ногами.	М 40 м	Ж 30 м
2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам Ведение мяча на расстоянии 10 метров; обводка змейкой трех стоек, поставленных на 12 метровом отрезке, удар в цель с расстояния 7 м. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не попал в цель, упражнение не засчитывается. Делаются три попытки. (Учитывается лучший результат).	М 15 сек	Ж 25 сек
3. Бег 30 м с ведением мяча. Упражнение выполняется с высокого старта, мяч разрешается вести любым способом, делая на отрезке не менее 3 касаний мяча. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша.	М 12 сек	Ж 20 сек
4. Жонглирование мячом. Выполняется попеременно: удары правой и левой ногой. Удары выполняются любым способом без повторения удара (одной ногой) более двух раз подряд. На выполнение даются три попытки.	М 8-10	Ж 5-7

### Критерии оценки теста

Критерием оценки является уровень освоения студентом материала, предусмотренного программой дисциплины, что выражается	Оценка
--	--------

количеством правильно выполненных заданий теста, выраженное в %, согласно следующей шкале: Процент результативности (правильности ответов), %	
90 – 100	отлично
80 – 89	хорошо
79 – 61	удовлетворительно
60 и менее	неудовлетворительно

## Тематика рефератов

### Баскетбол

#### 3 семестр

1. История возникновения и развития баскетбола в нашей стране. Эволюция правил игры.
2. История возникновения и развития баскетбола за рубежом.
3. Нормирование тренировочных и соревновательных нагрузок баскетболистов разного возраста;
4. Специальная подготовленность баскетболистов студенческих команд в годичном цикле;
5. Особенности отбора баскетболистов студенческих команд;
6. Развитие физических качеств и их проявлений у баскетболистов разного возраста;
7. Психологическая подготовка баскетболистов;
8. Методики анализа тренировочной и соревновательной деятельности баскетболистов;
9. Физиологические особенности тренировки баскетболистов разного возраста;
10. Особенности подготовки баскетболистов на колясках.
11. Особенности развития студенческих баскетбольных лиг: АСБ. МСБЛ «NCAA».
12. Современное состояние и перспективы развития студенческого баскетбола в России.

13. Контроль физической и технической подготовленности студенческих команд по баскетболу.

14. Инновационные методы контроля специальной подготовки баскетболистов.

15. Профессионально-личностное развитие специалистов по баскетболу в системе высшего образования

## **Волейбол**

### **4 семестр**

1. Место и значение волейбола в системе мирового спорта.
2. Тенденции развития мирового волейбола, историческая динамика спортивных достижений, основные факторы их развития.
3. Эволюция правил игры в волейбол.
4. Факторы, обуславливающие совершенствование системы подготовки волейболистов.
5. Проблемы спортивной ориентации и отбора волейболистов.
6. Этапы многолетней подготовки резервов квалифицированных волейболистов (цели, задачи, формы организации, содержание и технология).
7. Программирование и контроль в процессе подготовки волейболистов.
8. Средства восстановления в подготовке волейболистов.
9. Волейбол в занятиях специально-оздоровительной направленности («физкультурная рекреация», «физкультурная реабилитация»).
10. Роль волейбола в формировании здорового стиля жизни людей.
11. «Волейбол сидя» в системе комплексной реабилитации лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
12. Психологическая подготовка спортсменов в «волейболе сидя».
13. Современные средства восстановления организма спортсменов-волейболистов с поражением опорно-двигательного аппарата.

14. Коррекция двигательных нарушений у лиц с поражением опорно-двигательного аппарата средствами занятий в «волейбол сидя».

15. Методика развития специальных физических качеств у спортсменов-волейболистов с поражением опорно-двигательного аппарата.

## **Футбол**

### **5 семестр**

1. История возникновения и развития футбола в нашей стране. Эволюция правил игры.

2. История возникновения и развития футбола за рубежом.

3. Нормирование тренировочных и соревновательных нагрузок юных футболистов разного возраста;

4. Методические подходы к совершенствованию технической подготовленности юных футболистов разного возраста;

5. Методические подходы к совершенствованию тактической подготовленности юных футболистов разного возраста в процессе многолетней спортивной тренировки;

6. Развитие физических качеств и их проявлений у юных футболистов разного возраста;

7. Психологическая подготовка юных футболистов;

8. Методики анализа тренировочной и соревновательной деятельности юных футболистов;

9. Физиологические особенности тренировки юных футболистов разного возраста;

10. Современные тенденции развития детско-юношеского футбола в России и за рубежом.

### **Критерии оценки презентации реферата**

<b>Оценка</b>	<b>50-60 баллов (неудовлетворительно)</b>	<b>61-75 баллов (удовлетворительно)</b>	<b>76-85 баллов (хорошо)</b>	<b>86-100 баллов (отлично)</b>
<b>Критерии</b>	<b>Содержание критериев</b>			
<b>Раскрытие проблемы</b>	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы
<b>Представление</b>	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательно использовано 1-2 профессиональных термина	Представляемая информация не систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов
<b>Оформление</b>	Не использованы технологии PowerPoint. Больше 4 ошибок в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint частично. 3-4 ошибки в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint. Не более 2 ошибок в представляемой информации	Широко использованы технологии (PowerPoint и др.). Отсутствуют ошибки в представляемой информации
<b>Ответы на вопросы</b>	Нет ответов на вопросы	Только ответы на элементарные вопросы	Ответы на вопросы полные и/или частично полные	Ответы на вопросы полные, с приведением примеров и/или пояснений

## Вопросы для собеседования

### Баскетбол

### 3 семестр

## Раздел I. Теоретические основы баскетбола

1. Какими дидактическими принципами следует руководствоваться при решении образовательных и воспитательных задач на уроках по баскетболу?
2. Какие средства и методы применяют для реализации основных принципов обучения навыкам игры в баскетбол?
3. Назовите методы организации занимающихся на уроках по баскетболу и дайте их краткую характеристику.
4. Что подразумевается под терминами «техника игры», «техника игрового приема» и «способ выполнения приема»?
5. Дайте классификацию техники игры в баскетбол.
6. Какова последовательность обучения технике игры в баскетбол?
7. Назовите этапы обучения технике игры в баскетбол. Какие задачи решаются на каждом этапе и какие при этом используются методы и средства?

## **Раздел II. Методика обучения технике нападения и защиты в баскетболе**

1. В какой последовательности целесообразно обучать игровым приемам нападения в баскетболе?
2. Какие разновидности стоек существуют в технике нападения? Каким расположением звеньев тела они характеризуются?
3. Перечислите упражнения, необходимые для обучения стойкам нападающего в их рациональной последовательности.
4. Какие организационно-методические указания необходимо учитывать и применять в процессе обучения разновидностям стоек баскетболиста в нападении?
5. Назовите наиболее распространенные ошибки при выполнении стоек нападающего в баскетболе.
6. Какие существуют способы перемещений нападающего в баскетболе?
7. Опишите технику разновидностей бега, используемого баскетболистом при игре в нападении.

8. Какие и в какой последовательности нужно применять упражнения для обучения нападающего рациональной технике разновидностей бега?

9. Назовите организационно-методические указания, которые следует учитывать и использовать при обучении разновидностям бега в нападении.

10. Какие ошибки в технике разновидностей бега нападающего наиболее часто встречаются в баскетболе?

11. Назовите разновидности поворотов и дайте краткую характеристику техники их выполнения.

12. Перечислите блок упражнений для обучения поворотам на месте и в движении.

13. На какие организационно-методические указания следует опираться при обучении технике поворотов?

14. Какие ошибки возможны при выполнении баскетболистом разновидностей поворотов?

15. Какие остановки существуют в технике перемещений нападающего? В чем специфика движений в каждой фазе разновидностей данного приема?

16. Опишите блок упражнений для обучения остановкам двумя шагами и прыжком в их рациональной последовательности.

17. Какие организационно-методические указания используют в процессе обучения остановкам баскетболиста?

18. Перечислите основные ошибки в технике выполнения остановок нападающим.

19. Какие игровые приемы нападения относятся к технике владения мячом?

20. Какие разновидности ловли мяча вы знаете? Опишите технику их выполнения.



21. Какие упражнения необходимы для обучения ловле мяча на месте?
22. Назовите организационно-методические указания при обучении ловле мяча на месте.
23. Каковы основные ошибки в технике выполнения ловли мяча на месте?
24. С помощью каких средств строится процесс обучения остановкам с ловлей мяча?
25. Дайте организационно-методические указания для управления процессом обучения остановкам с ловлей мяча.
26. Каковы наиболее типичные ошибки при выполнении разновидностей остановки с ловлей мяча?
27. Какие передачи различают в технике владения мячом? Дайте описание движений нападающего в различных фазах разновидностей передач.
28. В какой последовательности следует изучать передачи мяча и какие этапы можно выделить при освоении любого вида передач?
29. Какие упражнения применяют для обучения передачам на месте?
30. Какими организационно-методическими указаниями следует руководствоваться в процессе изучения передач на месте?
31. Назовите наиболее часто встречающиеся ошибки при воспроизведении разновидностей передач на месте.
32. Какие передачи мяча в движении вы знаете? Кратко опишите технику их исполнения.
33. Какие упражнения используют в процессе обучения встречным и поступательным передачам мяча в движении?
34. На какие организационно-методические указания следует опираться при изучении разновидностей передач в движении?
35. Назовите основные ошибки при воспроизведении встречных и поступательных передач в движении.

36. Назовите разновидности ведения мяча и дайте описание техники их выполнения.

37. Как научить рациональной технике ведения мяча? Расскажите, как организовать процесс обучения технике ведения мяча.

38. Какие ошибки наиболее вероятны в ходе использования ведения мяча?

39. Как научить остановкам после ведения (упражнения, организационно-методические указания)?

40. Перечислите основные ошибки при остановках после ведения.

41. Дайте описание техники выполнения разновидностей дистанционных бросков с места.

42. Предложите блок эффективных упражнений в их логической последовательности для обучения основам техники бросков с места.

43. Какие узловыe элементы техники бросков с места следует контролировать педагогу при их воспроизведении учащимися?

44. Перечислите возможные ошибочные движения при бросках с места.

45. Какие упражнения и в какой последовательности используют в процессе обучения броскам в движении и броскам после ведения?

46. Дайте классификацию техники защиты в баскетболе и предложите рациональную последовательность изучения защитных игровых приемов.

47. Опишите технику разновидностей стоек и передвижений защитника.

48. Назовите средства обучения стойкам и передвижениям защитника в рациональной последовательности их использования.

49. Какие организационно-методические указания регламентируют действия педагога и занимающихся в процессе изучения стоек и передвижений защитника?

50. Каковы основные ошибки при выполнении защитником разновидностей стоек и передвижений?

51. Какие защитные действия относятся к приемам противодействия и овладения мячом? В какой последовательности их следует изучать?

52. Назовите приемы для обучения вырыванию мяча.

53. Какие методические указания следует давать занимающимся при выполнении вырывания мяча?

54. Какие ошибки встречаются при воспроизведении защитником вырывания мяча?

55. Опишите технику разновидностей выбивания мяча.

56. Как научить технике выбивания мяча (приемы, упражнения, организационно-методические указания)?

57. Каковы наиболее типичные ошибки при выбивании мяча защитником?

58. Какие существуют разновидности перехвата мяча? Дайте описание их техники.

59. Назовите средства обучения технике перехвата мяча в их рациональной последовательности.

60. Перечислите основные ошибки в технике выполнения перехвата мяча.

61. Опишите технику разновидностей накрывания и отбивания мяча защитником при броске.

62. Представьте блок средств для обучения защитника основам техники накрывания и отбивания мяча при броске.

63. Каким организационно-методическим указаниям необходимо следовать, чтобы достичь эффективности при обучении защитника накрыванию и отбиванию мяча при броске?

64. Каковы наиболее характерные ошибки в технике выполнения накрывания и отбивания мяча при броске?

65. Какие движения защитника составляют технику взятия отскока?

66. С помощью каких средств можно научить защитника рациональной технике взятия отскока?

67. Какие организационно-методические указания применяют при обучении взятию отскока?

68. Назовите основные ошибки в технике выполнения защитником взятия отскока.

### **Раздел III. Учебно-тренировочный процесс баскетболистов**

1. Назовите формы планирования учебного занятия в школе.

2. Назовите виды документации для организации и проведения урока по баскетболу в общеобразовательном учреждении.

3. Структура урока по физической культуре для проведения занятий по баскетболу.

4. Постановка задач на урок по баскетболу.

5. Какие упражнения рекомендуется включать в подготовительную часть урока по физической культуре, последовательность их проведения?

6. Постановка образовательных задач на урок по баскетболу.

7. Назовите методы организации учащихся на уроке по спортивным играм?

8. Методика, средства и формы передачи знаний на уроке баскетбола.

9. Средства и методы формирования физических качеств баскетболистов.

10. Назовите стадии многолетней подготовки баскетболистов.

11. Отбор в системе подготовки баскетболистов.

12. Характеристика критериев подготовки: объем, интенсивность, контроль за нагрузкой.

## **Волейбол**

### **4 семестр**

#### **Раздел I. Теоретические основы волейбола**

1. Кто придумал игру в волейбол?

2. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?
3. Когда была создана Международная федерация волейбола?
4. Команды каких стран стали первыми олимпийскими чемпионами по волейболу среди мужчин и женщин?
5. Когда были приняты первые правила игры в волейбол и когда изготовлен первый волейбольный мяч?
6. В каком году Международный олимпийский комитет признал волейбол олимпийским видом спорта?
7. Сколько игроков играет в команде по пляжному волейболу?
8. Когда наши волейболисты впервые выступили в международных соревнованиях?
9. Какая российская мужская волейбольная команда в 1990—2004 гг. выступала на соревнованиях наиболее удачно?
10. Какое место заняли российские волейболистки на Олимпийских играх 2004 г. в Афинах?
11. Какие размеры имеет площадка для игры в волейбол?
12. Где находятся зоны подачи при игре в волейбол?
13. Где находится зона замены игроков на волейбольной площадке?
14. На какой высоте устанавливают верхний край волейбольной сетки для мужчин и женщин?
15. Сколько волейболистов должно быть на площадке во время игры?
16. Может ли «либеро» (специализированный игрок в защите) быть капитаном волейбольной команды?
17. Сколько замен может произвести волейбольная команда в каждой партии?
18. В каких случаях волейбольная команда получает очко?
19. Сколько очков необходимо набрать волейбольной команде, чтобы выиграть партию?

20. Сколько очков необходимо набрать в пятой партии для победы при счете партий 2:2?

## **Раздел II. Основы и техники и тактики игры в волейбол, методика обучения**

1. На какие две основные части подразделяют технику игры в волейбол?

2. Какие технические приемы выделяют в перемещениях по волейбольной площадке?

3. Какие элементы включает в себя техника нападения в волейболе?

4. Какие технические приемы используют волейболисты в защите?

5. Какие из подач в волейболе выполняют, применяя удар выше оси плечевого сустава игрока?

6. Что такое нападающий удар в волейболе?

7. Какими способами выполняют блок в волейболе?

8. С использованием каких систем игры выполняют командные действия волейболисты в нападении?

9. Какие системы командной игры используют волейболисты в защите?

10. Что такое «прием мяча» в волейболе?

11. В какой последовательности обучают технике передачи мяча сверху двумя руками в волейболе?

12. Что является главным при освоении выполнения передач в волейболе?

13. Какие упражнения необходимо последовательно освоить, чтобы уверенно выполнять нападающий удар в волейболе?

14. Какие ошибки наиболее часто допускают волейболисты при освоении техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками?

15. Какие типичные ошибки допускают волейболисты при освоении техники приема мяча двумя руками снизу?

16. Какая существует зависимость между скоростью движения рук к мячу и скоростью полета мяча при приеме?

17. Какое упражнение чаще всего используют для освоения техники подбивания мяча, отскочившего от волейбольной сетки?

18. Как называется система действий в защите волейбольной команды, когда основные страхующие действия осуществляют игроки первой или пятой зоны?

19. Какие индивидуальные действия может осуществлять волейболист в защите?

### **Раздел III. Организация и методика проведения спортивной тренировки**

1. Какие специфические физические качества необходимы волейболистам прежде всего?

2. Назовите формы планирования;

3. Назовите части урока;

4. Назовите принципы тренировки;

5. Методика проведения учебно-тренировочных занятий в группах начального обучения детей;

6. Особенности построения и методика проведения учебно-тренировочных занятий в группах спортивного совершенствования;

7. Цикличность тренировочного процесса.

## **Футбол**

### **5 семестр**

#### **Раздел I. Теоретические основы футбола**

1. Назовите этапы развития футбола.

2. Как шло становление футбола в мире и нашей стране.

3. Проанализируйте развитие игры в связи с изменением правил.

4. Охарактеризуйте современное состояние футбола в нашей стране и мире.

5. Как проявляются физические качества в соревновательной деятельности?
6. Что включает в себя понятие «техника»?
7. Назовите фазы выполнения технических приемов. Приведите примеры.
8. Проанализируйте классификацию технику приемов игры в нападении полевых игроков.
9. Проанализируйте классификацию технику приемов игры в защите полевых игроков.
10. Раскройте особенности различных способов замаха при ударе.
11. Охарактеризуйте способы замаха при передачи.
12. Каково значение движения ног при выполнении ударов и передачи?
13. Проведите сравнительный анализ техники перемещения защитника и нападающего, вратаря и защитника.
14. Каковы особенности выполнения удара в опорном положении, прыжке при нанесении удара головой?
15. Как выполняется штрафной бросок?
16. Какие способы задержания мяча вратарем вам знакомы?
17. Какие способы обманных движений существуют в футболе?
18. Характеристика приемов нападения полевых игроков.
19. Характеристика приемов техники игры в защите игроков в поле
20. Характеристика приемов техники игры в нападении и защите вратаря.
21. Какова последовательность применения средств воспитания силы?
22. Охарактеризуйте компоненты быстроты и степень их взаимосвязи
23. Укажите взаимосвязь в воспитании быстроты и ловкости футболистов.



24. В чем особенности воспитания гибкости футболиста.
25. Каковы задачи, средства и методы технической подготовки.

## **Раздел II. Основы и техники и тактики игры в футбол, методика обучения**

1. Классифицируйте тактические действия.
2. Что такое «игра без мяча»?
3. Проанализируйте применения ударов в опорном положении.
4. Назовите последовательность включения партнеров в действие при групповом, скрестном, параллельном взаимодействии.
5. Назовите способы переключения защитников
6. Проанализируйте условия применения различных систем нападения.
7. Проанализируйте условия применения различных систем защиты против игроков нападения.
8. Дайте характеристику индивидуальным действиям вратаря.
9. Раскройте принципы тактики командных действий в нападении и защите.
10. Каковы задачи, средства и методы тактической подготовки.
11. Обоснуйте методику тактической подготовки естественным развитием мышления ребенка.
12. Обоснуйте необходимость игровой подготовки
13. Какова роль соревнований в подготовке футболиста
14. В чем особенности тактической подготовке вратаря
15. Назовите группы упражнений, необходимых для подготовки вратаря
16. Охарактеризуйте «личную» тактическую систему защиты ее преимущества и недостатки.
17. Какова структура соревновательной деятельности футболиста.
18. Охарактеризуйте группы средств материально-технического обеспечения для занятий футболом.

19. Перечислите факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности футболиста.

20. Каково значение соревнований.

21. В чем особенности двигательной деятельности в игре разного пола и амплуа.

22. Как проявляются физические качества в соревновательной деятельности.

23. Каковы запросы игры к личностным качествам игрока.

### **Критерии оценивания ответов на вопросы для собеседования**

При оценке ответа надо учитывать:

1. Полноту и правильность ответа;
2. Степень осознанности, понимания изученного;
3. Языковое оформление ответа.
4. Ответ оценивается как «отличный», если студент:
  - Полно излагает изученный материал, даёт правильное определение понятий;
    - Обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;
    - Излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Ответ оценивается как «хороший» ставится, если студент даёт ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочёта в последовательности и языковом оформлении излагаемого. «Удовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

1. Излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке теорий;

2. Не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

3. Излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого материала.

Можно считать пороговый уровень недостигнутым, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и теорий, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

### **Темы для подготовки конспекта урока для проведения ролевой игры**

#### **Баскетбол**

#### **3 семестр**

#### **Вариант 1**

1. Обучение технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте.

2. Совершенствование техники стойки баскетболиста.

3. Развитие быстроты.

#### **Вариант 2**

1. Обучение технике передачи мяча одной рукой от плеча на месте.

2. Совершенствование техники бега боком и спиной вперед.

3. Развитие выносливости.

#### **Вариант 3**

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке на месте.

2. Совершенствование техники перемещений приставными шагами боком.

3. Развитие координации.

#### **Вариант 4**

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке в движении по прямой.

2. Совершенствование техники перемещений приставными шагами спиной и лицом вперед.

3. Развитие ловкости.

#### Вариант 5

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости.

2. Совершенствование техники остановок двумя шагами и прыжком.

3. Развитие силы.

#### Вариант 6

1. Обучение технике ведения мяча с изменением направления движения.

2. Совершенствование техники поворотов с мячом.

3. Развитие быстроты.

#### Вариант 7

1. Обучение технике броска мяча от груди двумя руками с места.

2. Совершенствование техники поворотов без мяча.

3. Развитие скоростной выносливости.

#### Вариант 8

1. Обучение технике броска двумя руками сверху с места.

2. Совершенствование техники перемещений в защитной стойке (боком, лицом и спиной вперед).

3. Развитие силы.

#### Вариант 9

1. Обучение технике ведения мяча с изменением высоты отскока в движении.

2. Совершенствование техники броска двумя руками сверху с места.

3. Развитие силы.

#### Вариант 10

1. Обучение технике передачи мяча двумя руками от груди с отскоком от пола на месте.

2. Совершенствование техники броска двумя руками от груди с места.
3. Развитие координации.

#### Вариант 11

1. Обучение технике выбивания мяча.
2. Совершенствование техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте.
3. Развитие быстроты.

#### Вариант 12

1. Обучение технике вырывания мяча.
2. Совершенствование техники передачи мяча одной рукой от плеча на месте.
3. Развитие координации.

#### Вариант 13

1. Обучение технике ловли мяча, отскочившего от щита.
2. Совершенствование техники ведения мяча с изменением высоты отскока.
3. Развитие скоростной выносливости.

#### Вариант 14

1. Обучение технике броска одной рукой сверху с двух шагов в движении.
2. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от головы на месте.
3. Развитие прыжковой выносливости.

#### Вариант 15

1. Обучение технике броска одной рукой сверху с линии штрафного броска.
2. Совершенствование техники передачи двумя руками от груди с отскоком от пола на месте.
3. Развитие быстроты.

#### Вариант 16

1. Обучение технике броска в движении одной рукой сверху после ловли мяча.

2. Совершенствование техники выбивания мяча.

3. Развитие координации.

#### Вариант 17

1. Обучение технике ловли мяча, отскочившего от щита, с последующим броском в корзину.

2. Совершенствование техники выбивания мяча.

3. Развитие выносливости.

#### Вариант 18

1. Обучение технике передачи мяча одной рукой от плеча с отскоком от пола на месте.

2. Совершенствование техники ловли мяча, отскочившего от щита, с последующим броском в корзину.

3. Развитие ловкости.

#### Вариант 19

1. Обучение технике перемещения приставными шагами боком.

2. Обучение технике остановок двумя шагами.

3. Развитие быстроты.

#### Вариант 20

1. Обучение технике ведения мяча на месте.

2. Обучение технике поворотов на месте без мяча.

3. Развитие координации.

#### Вариант 21

1. Обучение технике ловли и передачи от плеча одной рукой на месте.

2. Совершенствование техники ведения мяча в движении.

3. Развитие ловкости.

#### Вариант 22

1. Обучение остановкам после бега.

2. Совершенствование техники передач двумя руками от груди и техники ловли мяча на месте.

3. Развитие выносливости.

#### Вариант 23

1. Обучение технике броска одной рукой сверху после ведения мяча.

2. Совершенствование техники поворотов на месте с мячом с последующим ведением мяча в движении.

3. Развитие ловкости.

#### Вариант 24

1. Обучение технике передач мяча во встречном движении.

2. Совершенствование техники поворотов с ведением и передачей мяча.

3. Развитие силы.

#### Вариант 25

1. Обучение технике ловли мяча, отскочившего от щита.

2. Совершенствование техники броска одной рукой сверху после ведения мяча.

3. Развитие выносливости.

#### Вариант 26

1. Обучение технике броска одной рукой сверху в движении после ловли мяча,

2. Совершенствование техники остановок и поворотов после ведения мяча.

3. Развитие быстроты.

#### Вариант 27

1. Обучение технике передач от груди одной и двумя руками с отскоком от пола.

2. Совершенствование техники броска одной рукой сверху в движении.

3. Развитие ловкости.

#### Вариант 28

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке на месте.
2. Совершенствование техники ловли и передачи мяча от груди двумя руками с отскоком от пола на месте.
3. Развитие координации.

#### Вариант 29

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке в движении по прямой.
2. Совершенствование техники броска мяча от груди двумя руками с места.
3. Развитие выносливости.

#### Вариант 30

1. Обучение технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости движения.
2. Совершенствование техники броска мяча двумя руками сверху на месте.
3. Развитие прыгучести.

### **Волейбол**

#### **4 семестр**

##### Вариант 1

1. Обучение нижней прямой подаче
2. Совершенствование мяча двумя руками снизу
3. Развитие прыгучести

##### Вариант 2

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование приема мяча двумя руками сверху
3. Развитие прыжковой выносливости

##### Вариант 3



1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу
3. Развитие ловкости

#### Вариант 4

1. Обучение одиночному и групповому блокированию
2. Совершенствование приему мяча двумя руками снизу
3. Развитие специальной быстроты волейболиста

#### Вариант 5

1. Обучение приему мяча снизу одной и двумя руками
2. Совершенствование нижней прямой подачи
3. Развитие взрывной силы

#### Вариант 6

1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование блокирования
3. Развитие силы ног

#### Вариант 7

1. Обучение нижней боковой подаче
2. Совершенствование передаче мяча двумя руками сверху
3. Развитие силы мышц рук и плечевого пояса

#### Вариант 8

1. Обучение приему мяча двумя руками снизу
2. Совершенствование нижней прямой подачи
3. Развитие быстроты реакции

#### Вариант 9

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование нападающего удара
3. Развитие ловкости

#### Вариант 10

1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование верхней прямой подачи

3. Развитие быстроты реакции

Вариант 11

1. Обучение блокированию
2. Совершенствование приема мяча двумя руками снизу
3. Развитие взрывной силы

Вариант 12

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование приема и подачи мяча двумя руками сверху
3. Упражнения для развития быстроты

Вариант 13

1. Обучение нижней прямой подаче
2. Совершенствование блокирования
3. Развитие силы ног

Вариант 14

1. Обучение блокированию
2. Совершенствование приему мяча с подачи
3. Развитие ловкости

Вариант 15

1. Обучение прямой верхней подаче
2. Совершенствование приема мяча снизу
3. Развитие прыгучести

Вариант 16

1. Обучение нападающему удару
2. Совершенствование прямой верхней подачи
3. Развитие силы рук

Вариант 17

1. Обучение нижней прямой подаче
2. Совершенствование блокирования
3. Развитие взрывной силы

Вариант 18

1. Обучение передаче мяча двумя руками сверху
2. Совершенствование нападающего удара
3. Развитие прыжковой выносливости

#### Вариант 19

1. Обучение приему мяча двумя руками снизу
2. Совершенствование верхней прямой подачи
3. развитие быстроты реакции

#### Вариант 20

1. Обучение верхней прямой подаче
2. Совершенствование приема мяча двумя руками снизу
3. Развитие специальной быстроты отдельных движений

волейболиста

### **Футбол**

#### **5 семестр**

Самостоятельная подготовка конспекта урока и проведение студентом практического занятия по футболу с учебной группой по обучению приёмам техники нападения и защиты: прием мяча, передача мяча, ведение мяча, удар в ворота; опека игрока, блокирование мяча и игрока, выбивание мяча при ведении, подкаты в падении, перехват мяча (по заданию преподавателя).

#### **Методические рекомендации для подготовки конспекта занятия**

Студент при написании конспекта должен учитывать задачи основной части занятия, чтобы правильно подобрать комплекс подводящих и подготовительных упражнений для изучения того или иного технического приёма.

#### **Критерии оценки конспекта занятия**

Оценка «зачтено» ставится, если в конспекте:

- Правильно сформулированы цели и задачи;
- Достаточно полно подобраны комплексы упражнений для подготовительной, основной и заключительной части урока;
- Верно подобрана дозировка и нагрузка для возрастных и

нозологических групп;

- Конспект написан и использованием терминов и понятий физической культуры, грамотно оформлен.

Оценка «не зачтено» ставится, если в конспекте имеются следующие существенные недостатки:

- Отсутствует правильная постановка конкретных целей и задач;
- Неправильно подобраны комплексы упражнений и величина нагрузки для различных групп занимающихся.

### Примерные тестовые задания

#### Баскетбол

#### 3 семестр

#### Тест №1

1. В каком году появилась игра баскетбол?	
	1891
	1893
	1896
2. В какой стране появилась игра баскетбол?	
	США
	Франция
	Бразилия
3. Кто считается создателем игры баскетбол?	
	А. Сабонис
	Д. Нейсмит
	В. Морган
4. На какой олимпиаде баскетбол был включен в официальную программу?	
	1924
	1936
	1972
5. Для кого первоначально преподаватель придумал игру баскетбол?	
	для моряков
	школьников
	студентов
6. Кто является «дедушкой русского баскетбола»?	
	Дюперон
	Васильев
	Морган
7. Дата проведения первого чемпионата СССР по баскетболу?	
	1920

	1922
	1923
8. Дата вступления советских баскетболистов в Международную федерацию баскетбола?	
	1945
	1947
	1950
9. В каком году мужская сборная впервые стала олимпийскими чемпионами?	
	1968
	1972
	1980
10. Дата проведения первого чемпионата мира среди мужчин?	
	1950
	1951
	1953
11. Дата проведения первого чемпионата мира среди женщин?	
	1952
	1953
	1954

### *Тест №2*

1.Какое количество судей обслуживают игру?	
	2
	3
	4
2.Сколько фолов может иметь команда в одном периоде?	
	4
	5
	6
3.Сколько секунд дается на атаку?	
	30
	24
	18
4.Где используется правило 5 секунд?	
	при вбрасывании
	при пробитии штрафных
	нет такого
5.Сколько замен может произвести игрок?	
	две
	по одной в каждом периоде
	Любое количество
6.Сколько дополнительных периодов может быть проведено при равном счете по окончании игры?	

	один
	два
	сколько потребуется для изменения перевеса в чью-то пользу
7. Сколько секунд дается для выведения мяча из тыловой зоны в зону нападения?	
	5
	8
	10
8. При получении скольких дисквалифицирующих фолов игрок удаляется из зала?	
	2
	3
	4
9. Какое наказание последует за технический фол?	
	два штрафных
	вбрасывание мяча от средней линии
	и то и другое
10. Как разыгрывается спорный мяч?	
	вбрасыванием в центральном круге
	владение по стрелке
	по усмотрению судьи

### *Тест №3*

1. Защита, при которой игрок опекает определенного нападающего называется?	
	смешанной
	личной
	зонной
2. Какие виды заслона существуют?	
	боковой, передний, задний
	внешний, и внутренний
	вышеперечисленные
3. Что относится к групповым взаимодействиям?	
	финты
	«малая восьмерка»
	заслон
4. Какой из способов приема мяча является основным?	
	одной рукой
	двумя руками
	ногой
5. Остановка будет считаться правильно исполненной, если игрок выполнил?	
	остановку прыжком
	двумя шагами

	тремя шагами
6. С какой целью применяется ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока мяча?	
	для того, чтобы обвести соперника справа и слева
	чтобы уйти в отрыв и забить мяч
	так удобнее передвигаться по площадке
7. Игрок задней линии называется?	
	плэймейкер
	центральной
	нападающий
8. Какой из способов передачи мяча является основным?	
	с отскоком от пола
	одной рукой от плеча
	двумя руками от груди
9. Стремительное развитие атаки после подбора мяча, называется?	
	быстрый прорыв
	убегание
	стремительное нападение
10. Назовите способы ведения мяча?	
	с изменением скорости и высоты отскока (низкое, среднее, высокое)
	правой и левой рукой
	без зрительного контроля

#### *Тест №4*

1. Игрок в защите должен располагаться на расстоянии?	
	вплотную к нападающему игроку
	вытянутой руки
	двух метров
2. Основной способ перемещения игрока в защите?	
	приставным шагом
	скрестным шагом
	бегом
3. Для эффективной игры против заслона защитники применяют?	
	размен
	переход
	смену
4. На каком расстоянии от защитника ставится заслон со спины?	
	один метр
	вплотную
	не имеет значения
5. Игрок, на которого производится наведение, должен?	
	стоять на месте
	двигаться

	возможны оба варианта
6. Что означает в баскетболе термин «пробежка» при выполнении броска в кольцо?	
	выполнение с мячом в руках одного шага
	выполнение с мячом в руках трех и более шагов
	выполнение прыжка после ведения
7. Защита, при которой игрок обороняет определенный участок площадки, называется?	
	личной
	зонной
	смешанной
8. Как называется ведение мяча с противодействием соперника?	
	дриблинг
	прессинг
	стретчинг
9. Какой способ броска с дальней дистанции является наиболее эффективным?	
	в прыжке
	двумя руками
	одной рукой
10. Варианты зонной защиты могут быть?	
	2х2х1
	2х1х2
	3х2

### *Тест №5*

1. Каким должен быть размер баскетбольной площадки для проведения официальных матчей по баскетболу?	
	26 х 14 метров
	28 х 15 метров
	28 х 16 метров
2. Номер игрока согласно Правилам ФИБА может максимально состоять из:	
	Двух цифр
	Трёх цифр
	Четырёх цифр
3. За какое время до начала игры должен предоставлять тренер или его представитель техническую заявку на игру?	
	Не позднее, чем за 10 минут
	Не позднее, чем за 20 минут
	Не позднее, чем за 30 минут
4. Кто имеет преимущественное право исполнять обязанности тренера, если тренер был удалён в результате дисквалифицирующего фола или получил травму и не может продолжать выполнять свои обязанности?	
	Капитан команды



	Помощник тренера
	Директор команды
5. Какой игрок должен выполнять штрафные броски в случае, если он не определён Правилами?	
	Тот, кого определит судья
	Тот, кого назначит тренер
	Тот, кого назначит капитан команды
6. Продолжительность перерыва до начала времени игры, указанного в расписании, составляет:	
	10 минут
	15 минут
	20 минут
7. Продолжительность перерыва в игре перед дополнительным периодом составляет:	
	1 минута
	2 минуты
	По согласованию с тренерами
8. Когда начинается перерыв в игре?	
	когда звучит сигнал игровых часов об окончании периода
	когда звучит сигнал свистка судьи об окончании периода
	когда судья жестом показывает, что игровое время периода окончено
9. После розыгрыша начального спорного броска А4 устанавливает контроль над мячом и ошибочно забрасывает мяч в свою корзину из 3-хочковой зоны. Сколько очков должно быть записано капитану команды Б?	
	один
	два
	три
10. Игрок А4 дисквалифицирован. В течение, какого времени он должен быть заменён?	
	30 секунд
	60 секунд
	На усмотрение судьи

## Волейбол

### 4 семестр

#### Тест №1

1. Кто является создателем игры волейбол?	
	Елмери Бери
	Рубен Акост
	Уильям Морган
	Анатолий Эйнгорн
4. Что означает слово «волейбол»?	

	Летающий мяч
	Скользкий мяч
	Прыгающий мяч
	Удар с лёту
1. Спортсмены, какой страны являлись победителями в первом олимпийском волейбольном турнире среди мужчин?	
	Японии
	Румыния
	СССР
	США
1. Спортсмены, какой страны являлись победителями в первом олимпийском волейбольном турнире среди мужчин?	
	Японии
	Румыния
	СССР
	США
5. Какие действия являются нарушением правил при подаче мяча?	
	игрок ударил несколько раз мячом об пол
	заступил ногой пространство площадки
	выполнил прыжок перед подачей
	подачу подавал за 2 метра от площадки
6. Когда и где проходил первый в истории олимпийский волейбольный турнир?	
	1980 на Играх XXII Олимпиады в Москве
	1964 год на Играх VIII Олимпиады в Токио
	1968 год на Играх XIX Олимпиады в Мехико
	1952 год на Играх XV Олимпиады в Хельсине
7. Какова высота волейбольной сетки на мужских соревнованиях?	
	2.28
	2.36
	2.40
	2.43
8. В волейбол играют на площадке размером:	
	19 x 34
	24 x 12
	28 x 15
	18 x 9
9. Во время игры в волейбол на поле в каждый момент времени могут находиться только:	
	5 игроков
	6 игроков
	8 игроков
	9 игроков

10. На сколько зон условно разделена площадка при игре в волейбол?	
	5
	6
	8
	9

**Тест №2**

1. Какие действия при розыгрыше мяча являются не ошибочными?	
	касание сетки игроком, выполняющим активное игровое действие
	заступ игрока задней линии трехметровой линии при атаке
	двойное касание или задержка мяча
	касание сетки мячом
2. Сколько очков необходимо набрать команде, чтобы выиграть I и II партию в волейболе?	
	15
	25
	35
	45
3. Сколько касаний разрешается выполнять при розыгрыше мяча?	
	3
	4
	6
	8
4. Каким образом игроки переходят из одной зоны в другую?	
	против часовой стрелки
	по часовой стрелке
	хаотично
	куда покажет судья
5. До скольких очков играют пятую (тай-брейк) партию ?	
	15
	25
	30
	35
6. Сколько времени дается на подачу во время игры в волейбол?	
	Нет учета времени
	5 секунд
	3 секунды
7. Какое максимальное количество игроков в команде по волейболу?	
	6
	9
	12
8. Сколько времени дается игроку на подачу после свистка судьи?	
	5 секунд

	8 секунд
	10 секунд
9. Чтобы правильно воздействовать на мяч при передаче снизу партнеру надо:	
	ударить по мячу прямыми руками
	подойти под мяч и воздействовать на мяч ногами и прямыми руками, учитывая силу полета мяча
	подойти под мяч и сыграть за счет ног
10. Какова высота сетки для женщин?	
	2.20
	2.24
	2.34
	2.75

### *Тест №3*

1. Цель игры в три касания:	
	подготовка к нападающему удару
	таковы правила игры
	затруднить сопернику контроль за мячом
2. Ошибкой при подаче будет:	
	удар по неподвижному мячу
	касание мяча сетки
	все ответы верны
3. Как называется игрок, выполняющий вторую передачу?	
	нападающий
	передающий
	связующий
4. В волейболе не используется способ подачи:	
	нижняя боковая
	верхняя прямая
	верхняя круговая
5. Игроку зоны защиты можно выполнять нападающий удар:	
	только из-за трехметровой зоны
	с любого места
	все ответы верны
6. Какую геометрическую фигуру напоминает расположение больших и указательных пальцев кистей рук при приеме мяча сверху?	
	четыреугольник
	треугольник
	круг
7. Прямой нападающий удар применяется для:	
	передачи мяча
	нападения

	защиты
8. Tактическим действием в нападении не является:	
	подача
	передача
	блокировка
9. Как разыгрывается начало игры?	
	передачей из-за лицевой линии
	подачей из-за лицевой линии
	подачей из зоны защиты
10. Игрок какой зоны вводит мяч в игру?	
	первой
	шестой
	не имеет значения

#### *Тест №4*

1. Oшибкой при выполнении нападающего удара является:	
	касание мячом сетки
	удар одной рукой
	касание рукой сетки
2. Переход из одной зоны в другую выполняется:	
	произвольно
	против часовой стрелки
	по часовой стрелке
3. При выполнении перехода игрок зоны 6 перемещается:	
	в первую зону
	в пятую зону
	куда хочет
4. Игроки каких позиций являются игроками передней линии?	
	4, 3, 2
	1, 2, 3
	6, 5, 4
5. Сколько замен разрешается выполнять команде в каждой партии?	
	сколько угодно
	шесть
	три
6. До какого счета играют пятую (тай-брейк) партию?	
	до 25
	до 15
	до 7
7. Сколько перерывов может брать команда в каждой партии?	
	3
	2
	1

8. Какие действия при розыгрыше мяча являются не ошибочными?	
	касание мячом сетки
	заступ игрока задней линии трехметровой линии при атаке
	двойное касание мяча
9. В волейбол играют мячом весом:	
	260-280 грамм
	290-300 грамм
	320-330 грамм
10. Во время игры на площадке находятся:	
	двенадцать игроков
	десять игроков
	шесть игроков

### *Тест №5*

1. Какие функции выполняет игрок либеро	
	Атакующий удар
	Защитные
	Нападающий
2. Очко, выигранное непосредственно с подачи, когда мяч доведен до пола или произошло только одно касание и мяч ушел в аут, называется -	
	Пайп
	Эйс
	Энгл
3. Мячами какой фирмы играют на Чемпионате России?	
	GALA
	MIKASA
	MOLTEN
4. Сколько игроков играет в команде по пляжному волейболу?	
	12
	6
	3
5. Какой технический прием не относится к перемещениям по волейбольной площадке?	
	стартовая стойка
	ходьба
	бег
	скачок
	приставные шаги
6. Какой элемент не включает в себя техника нападения в волейболе?	
	блок
	подача
	передача
	нападающий удар

7. Какой технический прием не используют волейболисты в защите?	
	блок
	передача
	прием мяча
8. Какими способами выполняют блок в волейболе?	
	одиночный блок
	групповой блок
	оба высказывания верны
9. С использованием каких систем игры выполняют командные действия волейболисты в нападении?	
	через игрока передней линии
	через игрока, выходящего с задней линии
	через центрального
	игра с первой передачи
10. Какие специфические физические качества необходимы волейболистам прежде всего?	
	хорошая прыгучесть; высокая подвижность в плечевом и локтевом суставах; ловкость
	сила рук; прыгучесть
	Выносливость, скорость бега

## Футбол

### 5 семестр

#### Тест №1

1. В какой стране впервые возник футбол?	
	Германия
	Англия
	США
	Франция
2. В каком году возник футбол?	
	1863
	1880
	1890
	2000
3. Кто является первым автором основных правил игры в футбол?	
	Пьер Бентро
	Вильям Джейм
	Роберто Стейк
	Хуан Туран
4. В каком году мужской футбол был впервые включен в число олимпийских видов спорта?	
	1900

	1910
	1914
	1918
5. В каком году и городе, футбол впервые появился в России?	
	Москва, 1890
	Санкт – Петербург, 1897
	Киев, 1892
	Одесса, 1895
6. В каком году сборная СССР впервые приняла участие в Олимпийских играх?	
	1948
	1952
	1956
	1960
7. В каком году состоялось первый Чемпионат СССР по футболу?	
	1936
	1938
	1940
	1948
8. В каком году сборная СССР, впервые приняла участие в чемпионате мира?	
	1948
	1952
	1956
	1958
9. В каком году сборная СССР по футболу стала олимпийскими чемпионами?	
	1952
	1956
	1962
	1966
10. В каком году сборная СССР по футболу стала чемпионом Европы?	
	1958
	1960
	1962
	1964
11. Кто из игроков сборной СССР являлся автором «золотого гола» на чемпионате Европы?	
	Валерий Газзаев
	Олег Блохин
	Виктор Понедельник
	Алексей Еськов



1. Техническая подготовка – это.....	
	Процесс обучения
	Структура приемов
	Фазы подготовки
	Умения
2. Контроль уровня технической подготовленности предполагает...	
	Оценку
	Проверку
	Запись
	Обучение
3. Техника нападения включает....	
	Технику перемещений
	Стадии обучения
	Технику владения мячом
	Организацию действий
4. Критерии технической подготовленности характеризуются....	
	Индивидуализацией
	Разносторонностью
	Комплексностью
	Игровыми формами
5. К технике нападения не относится следующий прием:	
	Передача мяча
	Прием мяча
	Выбивание мяча с помощью подката
	Владение мячом
6. Классификация техники это:	
	Распределение двигательных действий, сходных по целевому признаку
	Распределение всех приемов и способов их выполнения по разделам и группам на основе сходных признаков
	Распределение двигательных действий, направленных на решение примерно одной игровой задачи
	Система элементов движения, позволяющих решать конкретную двигательную задачу
7. Техническая подготовка – это процесс деятельности...	
	Целенаправленной
	Сходной соревновательной
	Овладения движениями
	Овладения методиками
8. Основная задача нападающих...	
	Отбивать мяч руками
	Забирать мяч у соперника
	Отдавать пас
	Забить гол

### Тест №3

1. Тактика нападения это:	
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения наилучших результатов в ходе соревнования
	Специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры
	Совокупность специальных приемов, используемых игроками для достижения максимального результата в фазе нападения
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения целей в фазе нападения
2. Тактика защиты это:	
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения наилучших результатов в ходе соревнования
	Специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры
	Совокупность специальных приемов, используемых игроками для достижения максимального результата в фазе защиты
	Выбор и осуществление оптимального способа достижения целей в фазе защиты
3. Командная тактика это:	
	Взаимодействие двух и более игроков, предпринимаемых для решения тактических задач в ходе игры
	Согласованные действия игроков, избираемые в конкретной ситуации
	Выбор оптимального способа организации действий игроков для достижения целей в игре
	Способ организации индивидуальных и групповых тактических действий игроков команды для достижения целей в игре
4. Тактическая комбинация – это последовательный ряд ...	
	групповых и индивидуальных действий игроков
	командная игра
	групповых взаимодействий игроков
	индивидуальных действий игроков
5. Какой тактической системы не существует в нападении?	
	4:4:2
	4:3:3
	4:4:1:1
	2:5:3
6. Какой тактической системы не существует в защите?	
	4:4:2
	5:4:1
	2:3:4
	3:4:3
7. Основным способом перемещения вратаря является:	

	Перемещение прыжками
	Перемещение приставными шагами
	Перемещения бегом
	Перемещение скрестным шагом
8. Действия вратаря на выходах при атаке по центру и на флангах должны быть:	
	Спокойными
	Стремительными
	Уверенными
	Опережающими
9. Кто наиболее эффективно руководит защитными действиями команды в процессе игры?	
	Центральный защитник
	Капитан команды
	Тренер команды
	Вратарь команды
10. Соревновательная деятельность спортсменов это:	
	Физическая активность, направленная на достижение победы, при соблюдении установленных правил;
	Игровая деятельность в условиях соревнований;
	Совместная деятельность тренера и гандболистов для достижения целей соревнований;
	Интеграция тренировочных воздействий всех видов подготовки в целостный эффект соревновательной деятельности.

#### *Тест №4*

1. Сколько судей на площадке обслуживают матч по футболу?	
	4
	3
	2
	1
2. За нарушение правил игрок может получить предупреждений не более:	
	1
	2
	3
	4
3. С какого момента ведется отсчет времени игры?	
	С того момента, когда судья в поле включает секундомер
	С момента сигнала арбитра на выполнение начального удара
	С момента правильно выполненного начального удара
	Когда игроки займут свои места на поле
4. «Спорный мяч», введенный судьей с линии площади ворот, параллельной линии ворот, не коснувшись никого из игроков, попал в ворота обороняющейся команды. Какое решение должен принять судья?	

	Засчитать гол
	Повторить «спорный мяч» с того места, где он вводился в игру
	Назначить удар от ворот
	Назначить угловой
5. Остается ли мяч в игре, если большая его часть уже пересекла линию ворот или боковую линию?	
	На усмотрение судьи
	Да, остается
	Нет, не остается
	Разыгрывается угловой
6. Кто принимает решение об удалении игрока с поля?	
	Главный судья
	Судья - секретарь
	Судья в поле
	Судьи на линиях
7. Футболист, поучивший в процессе игры два предупреждения на следующий матч:	
	Пропускает одну игру
	Пропускает две игры
	Пропускает три игры
	Не пропускает игру
8. Вратарь отбивает мяч на нападающего игрока команды соперника, находящегося «вне игры», тот забивает гол. Решение судьи?	
	Отменить гол
	Засчитать гол
	Отменить гол, в том случае, если нападающий располагался в непосредственной близости от ворот соперников
	Произвести удар от ворот
9. Владея мячом, вратарь держит его на раскрытой ладони, находящийся сзади него соперник головой ударяет по мячу и затем направляет его в ворота. Решение судьи?	
	Засчитать гол
	Отменить гол. Назначить свободный удар, наказать нападающего предупреждением за неспортивное поведение
	Отменить гол, назначить свободный удар
	Назначить угловой удар
10. Соперник, имеющий явную голевую возможность забить гол, находится с мячом в штрафной площади. Выбежавший ему на встречу вратарь, в падении ловит мяч руками, но по инерции пересекает с ним линию штрафной площадки. Решение судьи?	
	Желтой карточки
	Красной карточки
	Зеленой карточки
	Черной карточки

### Тест №5

1. Команде дается право выполнить штрафной удар из своей штрафной площади выполняющий удар игрок. Передает мяч непосредственно своему вратарю, который пропускает мяч и попадает в ворота. Решение судьи?	
	Повторить удар
	Назначить угловой удар
	Засчитать гол
	Удар от ворот
2. Какие виды соревнований относятся к основным соревнованиям?	
	Отборочные соревнования
	Сокращенные соревнования
	Контрольные соревнования
	Товарищеские
3. Какие виды соревнований относятся к вспомогательным соревнованиям?	
	Блицтурниры
	Отборочные соревнования
	Соревнования на Кубок
	Первенство или чемпионаты
4. Положение о соревнованиях не включает следующий пункт....	
	Условие подачи заявок и подачи рассмотрения протестов
	Условие приема команд
	Формы и сроки представления заявок
	Количество выставляемых команд и их спортивный уровень
5. В каком спорте полевых игроков столько же, сколько и в футболе	
	баскетбол
	гандбол
	теннис
	керлинг
6. Сокращённое название футбола?	
	футбич
	футбик
	соккер
	сокфут
7. Сколько длится 1 тайм?	
	40 мин.
	45 мин.
	50 мин.
	55 мин.
8. Сколько составляет пауза между 1 и 2 таймом?	
	5 мин
	10 мин.
	15 мин.

	20 мин.
9. Как переводится - football?	
	Нога мяч
	Ворота мяч
	Ступня мяч
	Штанга мяч
10. Цель игры?	
	Отбить больше ударов, чем соперник
	Забить больше голов сопернику, чем соперник вам
	Сделать больше подкатов, чем соперник
	Больше времени обладать мячом, чем соперник

### Критерии оценки теста

Критерием оценки является уровень освоения студентом материала, предусмотренного программой дисциплины, что выражается количеством правильно выполненных заданий теста, выраженное в %, согласно следующей шкале: Процент результативности (правильности ответов), %	Оценка
90 – 100	отлично
80 – 89	хорошо
79 – 61	удовлетворительно
60 и менее	неудовлетворительно

### Критерии оценки конспекта урока и проведения:

Оценка «зачтено» ставится, если при проведении игры:

- Правильно сформулированы цели и задачи урока по спортивной игре;
- Достаточно полно подобраны комплексы упражнений для подготовительной, основной и заключительной части урока;
- Верно подобрана дозировка и нагрузка для возрастных и нозологических групп.

Оценка «не зачтено» ставится, если при проведении урока имеются

следующие существенные недостатки:

- Отсутствует правильная постановка конкретных целей и задач;
- Неправильно подобраны комплексы упражнений и величина нагрузки для различных групп занимающихся.

### Рейтинг-план дисциплины

По дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные игры - баскетбол)»

Образовательной программы 49.03.01 «Физическая культура»

Школа искусств и гуманитарных наук

Группа – Б4214 Семестр – 3 2018/19 учебного года

Исполняющий департамент - Департамент физической культуры и спорта

Форма промежуточной (семестровой) аттестации – *зачет*

Преподаватель – *Шайдарова Инна Викторовна, старший преподаватель*

### Календарный план контрольных мероприятий

№	Примерная дата внесения в АРС	Примерная дата проведения	Наименование контрольного мероприятия	Форма контроля	Весовой коэффициент	Максимальный балл	Минимальные требования для допуска к семестровой аттестации
1	Сентябрь		Лекционные и практические занятия	Посещаемость	1	10	10
			Оборудование, инвентарь, разметка	Тест №1	5	5	5
2	Ноябрь		Лекционные и практические занятия	Посещаемость	1	10	10
			Протокол игры	Тест №2	5	5	5
3	Декабрь		Лекционные и практические	Посещаемость	1	10	10

			занятия				
			Правила игры	Тест №3	5	5	5
4	Декабрь		Лекционные и практические занятия	Посещаемость	1	6	6
			Подготовка конспекта урока	Конспект	5	10	10
			Урок по баскетболу	Самостоятельное проведение на занятии	30	40	40
5	Январь		Теоретический раздел	Устный ответ	46	50	30

Менее 61%	не зачтено
От 61% до 75%	зачтено
От 76% до 85%	зачтено
От 86% до 100%	зачтено

Разработано:

Ведущий преподаватель \_\_\_\_\_ Шайдарова И.В

Утверждено:

Директор департамента \_\_\_\_\_ Шакирова О.В.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Мазитова Н.В.