

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
Балашовский институт (филиал)

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор БИ СГУ  
доцент А.В. Шатилова

«10» сентября 20 19 г.

Рабочая программа дисциплины

**Спортивные игры**

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

Профили подготовки  
**Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности**

Квалификация (степень) выпускника

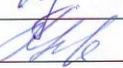
Бакалавр

Форма обучения

Заочная

Балашов

2019

Статус	Фамилия, имя, отчество	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Викулов Алексей Викторович		16.09.19 <sub>2</sub>
Председатель НМК	Мазалова Марина Алексеевна		16.09.19
Заведующий кафедрой	Викулов Алексей Викторович		16.09.19 <sub>2</sub>
Начальник УМО	Бурлак Наталия Владимировна		16.09.19 <sub>2</sub>

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	3
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....	3
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....	3
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	5
5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОСВОЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ...9	
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	10
7. ДАННЫЕ ДЛЯ УЧЕТА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ В БАРС .....	27
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	29
9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	31

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – совершенствование компетенции ПК-2.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана, входит в Блок 1 «Дисциплины (модули)».

Изучение данной дисциплины опирается на знания, умения, навыки и опыт, полученные при изучении дисциплины «Теория и методика физического воспитания и спорта» и прохождении летней вожатской практики.

Освоение данной дисциплины является необходимым для дальнейшего изучения дисциплины «Методика обучения физической культуре», а также для успешного выполнения студентом заданий педагогической и преддипломной (научно-исследовательской) практик, а также при написании практической главы бакалаврской работы.

## 3. Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-2. Способен использовать возможности образовательной среды, образовательного стандарта общего образования для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения средствами преподаваемого предмета.	1.1_Б.ПК-2. Использует в учебной и внеурочной деятельности возможности образовательной среды.	<b>З_1.1_Б.ПК-2.</b> Имеет представление об образовательной среде как совокупности условий, влияющих на развитие личности обучающегося; понимает специфику конфигурации образовательной среды, используемой (формируемой) при изучении преподаваемых дисциплин; знает основные технологии использования ресурсов образовательной среды.  <b>В_1.1_Б.ПК-2.</b> Приобрел опыт реализации методических разработок, связанных с использованием ресурсов образовательной среды (работа с учебником, справочниками, занятия предметного кружка, совместные действия с библиотекой, школьными специалистами, использование ресурсов электронной образовательной среды, учебные экскурсии и т. д.).

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
	<p><b>2.1_Б.ПК-2.</b> При осуществлении обучения и воспитания стремится к достижению личностных результатов образовательной деятельности.</p>	<p><b>З_2.1_Б.ПК-2.</b> Знает требования ФГОС общего образования к личностным результатам образовательной деятельности; осознаёт возможности преподаваемого предмета в создании условий для развития личности обучающегося.</p> <p><b>У_2.1_Б.ПК-2.</b> Умеет проектировать педагогические действия, направленные на достижение личностных результатов средствами преподаваемого предмета.</p> <p><b>В_2.1_Б.ПК-2.</b> Приобрел опыт создания условий для развития личностных качеств обучающихся средствами преподаваемого предмета.</p>

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 часов

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Лекции	Практическая работа	КСР	
	<b>6 семестр</b>			<b>36</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>34</b>	
1)	Тема 1. Общие правила волейбола	6		36	2	-	34	Опрос
	<b>7 семестр</b>			<b>68</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>56</b>	
2)	Тема 2. Судейство соревнований в волейболе	7		5	-	2	8	Опрос, анализ судейства
3)	Тема 3. Обучение стойкам и перемещениям волейболиста	7		5	-			Выполнение упражнений
4)	Тема 4. Обучение и совершенствование передачи мяча сверху	7		10	-	2	8	Выполнение упражнений
5)	Тема 5. Обучение и совершенствование приема мяча снизу	7		10	-	2	8	Выполнение упражнений
6)	Тема 6. Обучение подачам	7		8	-	2	6	Выполнение упражнений
7)	Тема 7. Обучение нападающему удару	7		10	-	2	18	Выполнение упражнений
8)	Тема 8. Обучение блокированию	7		10	-			Выполнение упражнений
9)	Тема 9. Тактика игры в защите	7		5	-	2	8	Опрос, выполнение упражнений
10)	Тема 10. Тактика игры в нападении	7		5	-			Опрос, выполнение упражнений
<b>Промежуточная аттестация</b>								<b>Зачет в 5 семестре 4 часа</b>
	<b>8 семестр</b>			<b>104</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>94</b>	
11)	Тема 1. Сущность и значение игры	8		9	-	2	9	Опрос
12)	Тема 2. Техника и тактика игры в баскетбол	8		11	-			Выполнение практических заданий
13)	Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка баскетболистов	8		10	-	2	9	Выполнение практических заданий
14)	Тема 4. Техника перемещений	8		10	-			Выполнение практических заданий
15)	Тема 5. Техника владения мячом	8		10	-	2	9	Выполнение практических заданий
16)	Тема 6. Техника защиты. Техника перемещений и овладения мячом	8		10	-			Выполнение практических заданий
17)	Тема 7. Индивидуальные действия в нападении	8		10	-	2	9	Выполнение практических заданий
18)	Тема 8. Групповые и командные действия в нападении	8		10	-			Выполнение практических заданий
19)	Тема 9. Индивидуальные действия в защите	8		10	-	2	9	Выполнение практических заданий
20)	Тема 10. Групповые и командные действия в защите	8		10	-			Выполнение практических заданий
21)	Тема 11. Судейская практика	8		4	-		4	Выполнение

							практических заданий. Анализ судейства
<b>Промежуточная аттестация</b>							<b>Зачет в 7 семестре, 4 часа</b>

## Содержание дисциплины

### 6 семестр

#### **Тема 1. Общие правила волейбола.**

История возникновения волейбола. Разметка площадки. Требования к мячу и сетке. Технические элементы игры (стойки и перемещения, передачи, подачи, нападающий удар, блокирование). Игровые амплуа (центральный блокирующий, нападающие, связующий, либеро).

### 7 семестр

#### **Тема 2. Судейство соревнований в волейболе.**

Состав команды и экипировка игроков. Расстановка игроков. Набор очков. Ошибки при подаче. Ошибки при розыгрыше мяча. Ошибки у сетки. Замены. Состав судейской бригады и основные обязанности судей. Судейские жесты.

#### **Тема 3. Обучение стойкам и перемещениям волейболиста**

Виды стоек. Исходное положение. Типичные ошибки при выполнении стоек и их исправление. Виды перемещений волейболиста (ходьба, бег, скачки, остановки). требования к перемещениям и остановкам. типичные ошибки при выполнении перемещений и остановок, способы их устранения.

#### **Тема 4. Обучение и совершенствование передачи мяча сверху**

Передача мяча сверху как тактический прием (передача для нападающего удара). Классификация передач сверху. Техника передачи мяча сверху. Типичные ошибки при выполнении передачи сверху (в подготовительной, в рабочей и в завершающей фазах) и способы их устранения. Подводящие упражнения для обучения передаче мяча сверху.

#### **Тема 5. Обучение и совершенствование приема мяча снизу**

Классификация видов приема мяча снизу. Техника выполнения приема мяча снизу. Типичные ошибки в подготовительной, рабочей и завершающих фазах и способы их устранения. Методика обучения приему снизу.

#### **Тема 6. Обучение подачам**

Виды подач: нижние (прямая и боковая), верхние (прямая и боковая), планирующая подача и история ее возникновения, силовая подача. Общие особенности техники выполнения подач снизу и сверху. Типичные ошибки в подготовительной, рабочей и завершающих фазах подач снизу. Способы их устранения. Подводящие упражнения. Типичные ошибки в подготовительной, рабочей и завершающих фазах подач сверху. Способы их устранения. Подводящие упражнения. Обучение планирующей и силовой подачам. Поддачи на силу и точность.

#### **Тема 7. Обучение нападающему удару**

Нападающий удар как тактический прием. Общая техника выполнения нападающего удара. Обучение нападающему удару. Ошибки при выполнении нападающего удара (при разбеге и отталкивании, в подготовительной, рабочей и завершающей фазах). Способы их устранения. Подводящие упражнения для обучения нападающему удару (индивидуальные, с партнером, групповые). Использование вспомогательного инвентаря при обучении нападающему удару.

#### **Тема 8. Обучение блокированию**

Блокирование как тактический прием. Роль блокирования в игре. Техника блокирования. Одиночный и групповой блок. Ошибки при перемещении и подготовке к блокированию. Ошибки в подготовительной, рабочей и завершающей фазах блокирования. Подводящие упражнения при обучении блокированию.

#### **Тема 9. Тактика игры в защите**

Тактика игры в защите «углом вперед». Расположение игроков передней и задней линии. Функции игроков в защите с блоком и без него. Тактика игры в защите «углом назад». Расположение игроков передней и задней линии. Функции игроков в защите с блоком и без него. Выбор тактики игры в защите в зависимости от тактико-технических характеристик команды соперника и своей команды. Выбор тактической схемы в зависимости от расстановки игроков.

#### **Тема 10. Тактика игры в нападении**

Нападение с первой и со второй линии. Тактические схемы нападения «Волна», «Крест», «Эшелон». Обучение игровому взаимодействию игроков нападения.

### **8 семестр**

#### **Тема 1. Сущность и значение игры**

Сущность игры в баскетбол. Баскетбол - как средство физического воспитания. Возникновение игры в баскетбол. Создание международной федерации баскетбола (ФИБА). Зарождение баскетбола в России. Участие баскетболистов России в международных встречах, чемпионатах Европы и мира, на Олимпийских играх.

#### **Тема 2. Техника и тактика игры в баскетбол**

Уровень и тенденции развития техники и тактики в современном баскетболе. Классификация основных приемов техники нападения и защиты. Характеристика особенностей их применения в игровых условиях. Характеристика индивидуальных, групповых и командных действий и защиты. Функции игроков. Краткий анализ основных групповых и командных действий современного баскетбола.

#### **Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка баскетболистов**

Строевые и прикладные упражнения. Упражнения в метании и ловли мяча. Общеразвивающие упражнения в движении, в парах, в тройках, в группах. Специальные упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, прыгучести. Эстафеты и подвижные игры для развития специальных качеств баскетбола.

#### **Тема 4. Техника перемещений**

Стойка без мяча и с мячом. Бег по прямой, с изменением направления. Рывки на короткие (2-4 м) и средние (5-15 м) расстояния по сигналам. Прыжки: толчком обеими ногами с места и после движения. Остановки двумя шагами, прыжком. Сочетание остановок с бегом. Повороты назад и вперед на месте, после бега и остановки. Упражнения для совершенствования работы ног без шага и с мячом. Эстафета, подвижные игры с использованием перемещений различными способами.

#### **Тема 5. Техника владения мячом**

Ловля мяча: двумя руками на месте, на уровне груди высоко летающего, низко летающего, ловля в движении и в прыжке. Передача мяча одной рукой снизу, одной рукой сверху и скрытые передачи. Броски в корзину: двумя руками от груди, одной от плеча, в движении и в прыжке. Добивание мяча. Ведение мяча: с высоким отскоком по прямой, по дугам, с изменением направления, без зрительного контроля. Перевода шага за спину, под ногой, перед собой, ведение разворотом. Комбинированные упражнения в сочетании с различными приемами с мячом в движении. Эстафеты и игры с выполнением обусловленных приемов.

#### **Тема 6. Техника защиты. Техника перемещений и овладения мячом**

Стойка при опоре противника без мяча и с мячом. Перемещение противника шагами в стороны, вперед, назад. Бег спиной вперед. Ускорение в различных направлениях в состоянии готовности и по сигналу. Сочетание различных приемов и способов перемещений. Эстафеты и игры с использованием перемещений приставными шагами и спиной вперед. Техника владения шагом. Выравнивание шага. Выбивание мяча из рук противника. Накрывание и перехватывание мяча.

#### **Тема 7. Индивидуальные действия в нападении**

Действие игрока без мяча: выбор места для получения мяча – выход навстречу партнеру и в направлении от партнера. Освобождение от опеки защитника. Применение приемов техники перемещений, для ухода от защитника и овладения мячом. Действия игрока с мячом: применение приемов техники владения шагом при организации атаки - использование передач мяча, ведения, бросков в корзину. Выбор способа в зависимости от игровой ситуации. Применение рациональных сочетаний приемов.

#### **Тема 8. Групповые и командные действия в нападении**

Взаимодействие двух и трех игроков с быстрым передвижением по всей площадке с короткими передачами с применением владения. Взаимодействие 2-3 игроков против равного числа защитников. Командные действия: Быстрый прорыв. Организация прорыва после ловли мяча от щита центрами игроками - расположение и действия в начальной фазе, в фазах развития и завершения атаки. Позиционное нападение. Система нападения через центрального игрока. Расстановка игроков с центровыми. Взаимодействие игроков задней линии и находящихся с центровым. Окрестный выход двух игроков.

#### **Тема 9. Индивидуальные действия в защите**

Действия против игрока без мяча. Выбор места при держании игрока без мяча. Выбор места при держании игрока без мяча - изменение расположения в зависимости от положения подопечного и мяча, применение приемов перемещения для опеки противника. Выбор места и овладения мячом от щита. Действия против игрока с мячом. Выбор места с использованием приемов перемещения при держании игрока с мячом, в зависимости от позиции подопечного, до и после ведения. Применение приемов овладения мячом - вырывание, выбивание, перехватывание.

#### **Тема 10. Групповые и командные действия в защите**

Взаимодействие двух игроков: подстраховка - центрального игрока, игрока, владеющего точным дальним броском и проходом; противодействие заслоном - переключения, проскальзывание. Взаимодействие двух игроков при численном превосходстве нападающих. Командные действия: система личной защиты: на половине площадки и в области штрафного броска - расположение игроков, перемещение, взаимопомощь. Личный прессинг - расположение, передвижение, действия для овладения мячом. Система зонной защиты; в области штрафного броска – расположение игроков (2х1х2, 1х3х1, 2х3, 3х2). Зонный прессинг – расположение, передвижение.

#### **Тема 11. Судейская практика**

Выполнение строевых команд и специальных перестроений группы. Поведение отдельных упражнений по плану преподавателей с последующим анализом действий проводящего (выбор места, объяснение, показ, исправление ошибок). Разбор и запись упражнений основной части урока. Организация группы для выполнения упражнений. Наблюдение за действиями проводящих с последующим анализом. Судейство учебных игр. Организация и проведение соревнований. Наблюдение и анализ ошибок проводящих игру.

## **5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины**

### **Основные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

- Технология развития критического мышления и проблемного обучения (реализуется при решении учебных задач проблемного характера).

### **Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья предполагается использование при организации образовательной деятельности адаптивных образовательных технологий в соответствии с условиями, изложенными в ОПОП (раздел «Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»), в частности: предоставление специальных учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, и т.п. – в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся.

При наличии среди обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья в раздел «Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины» рабочей программы вносятся необходимые уточнения в соответствии с «Положением об организации образовательного процесса, психолого-педагогического сопровождения, социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в БИ СГУ» (П 8.70.02.05-2016).

### **Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

- Использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет (см. перечень ресурсов в п. 8 настоящей программы).
- Использование прикладных компьютерных программ по профилю подготовки.
- Проверка файла работы на заимствования с помощью ресурса «Антиплагиат».

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.**

### **Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

#### **6.1. Самостоятельная работа студентов по дисциплине**

Часть времени курса отводится на самостоятельную работу студентов и написание письменных работ с использованием первоисточников, учебников и другой рекомендованной литературы. Самостоятельная работа студентов представлена в программе дисциплины, в виде вопросов и заданий к практическим занятиям, примерными темами рефератов, тестовыми заданиями.

Самостоятельная работа предполагает выполнение заданий, направленных на обобщение и закрепление изученного материала, на поиск дополнительных материалов к практическим занятиям, а так же на формирование умений и навыков рационального умственного труда. Выполнение задания в зависимости от сложности оценивается в конечном итоге от 0 до 6-ти баллов. Самостоятельная работа выполняется студентом в течение изучения соответствующей темы и сдается на проверку не позднее 3 дней после последнего занятия по данной теме.

Преподаватель на лекционном занятии задает текст для прочтения, анализа, интерпретации или вопрос для самостоятельного размышления (как правило, вопросы носят остро социальный характер и служат для формирования мировоззрения студентов). Результаты самостоятельной работы проверяются в ходе *устного опроса* или в форме *письменной работы (реферата)*.

#### **Устный опрос**

Тема сообщения указывается преподавателем и соответствует плану занятий.

Сообщение предполагает устное выступление студента в пределах 5 минут. По результатам выступления формируется дискуссия: присутствующие задают вопросы (не менее 3 вопросов). В конце выступления возможен краткий опрос основных положений: докладчик или преподаватель задают вопросы аудитории.

При составлении сообщения студент должен использовать не менее трех источников (учебник и специализированная литература по теме).

Знакомство с оригинальными текстами (по дисциплине), изложение и анализ оригинала оценивается дополнительными баллами.

В течение семестра студент может сделать, как минимум, 2 сообщения.

#### **Критерии оценивания устного опроса:**

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания:

- 1) полноту и правильность ответа;
- 2) степень осознанности, понимания изученного;
- 3) языковое оформление ответа.

Оценка **«отлично»** ставится, если студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные, излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка **«хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил, не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

**Самостоятельная работа включает** подготовку рефератов и мультимедийных презентаций по вопросам, предложенным для самостоятельного изучения в теоретической части практических занятий. Подготовка ведется к каждому практическому занятию.

Методические рекомендации: подготовка ведется с использованием текста лекции по соответствующей теме, с использованием учебников и учебных пособий, указанных в списке литературы.

### **6.1.1. Подготовка к практическим занятиям**

#### **Критерии оценивания практического занятия**

Оценка **«отлично»** выставляется, если студент выполняет все задания преподавателя в полном объеме. Демонстрирует правильную технику изучаемых двигательных действий. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности на 5 баллов.

Оценка **«хорошо»** выставляется, если студент выполняет все задания преподавателя в полном объеме. Демонстрирует технику изучаемых двигательных действий с незначительными ошибками. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности на 4 балла.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, испытывающему затруднения при выполнении предложенных заданий (выполняет не менее 50% заданий преподавателя). Для правильного выполнения заданий может использовать помощь или страховку преподавателя. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности на 3 балла.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту в случае, если он не может справиться с заданием преподавателя или отказывается от выполнения. Выполняет нормативы для оценки уровня физической подготовленности менее, чем на 3 балла.

## **7 семестр**

### **Занятие №1**

#### **Тема 2. Судейство соревнований в волейболе**

#### **Тема 3. Обучение стойкам и перемещениям волейболиста**

*Планируемые результаты: научить технике выполнения стоек волейболиста и перемещений по площадке.*

*Задания для выполнения:*

- 1) Многократное принятие изучаемой стойки.
- 2) Принятие стойки из различных исходных положений (и.п. основная стойка (о. с.) – стойка ноги врозь, приседа и т. д.).
- 3) Переход из одной стойки в другую.
- 4) Принятие стойки после различных перемещений.
- 5) Закрепление стоек в играх и игровых упражнениях.
- 6) Перемещения шагом, бегом, приставными шагами, лицом и спиной вперед, с изменением направления.
- 7) Остановки: выпадом, прыжком.

## **Занятие №2**

### **Тема 4. Обучение и совершенствование передачи мяча сверху**

*Планируемые результаты: обучить правильному положению рук на мяче, обучить выполнению верхней передачи мяча*

*Задания для выполнения:*

- 1) Обхватить мяч (имитация положения кистей на мяче).
- 2) Поднять мяч с пола, сохраняя положение кистей на мяче.
- 3) Низкий дриблинг мяча в пол /10-20см/ двумя руками на месте.
- 4) Верхняя передача в пол без зрительного контроля на месте.
- 5) Верхняя передача в пол с перемещением:
  - лицом или спиной по ходу движения,
  - боком приставным или скрестным шагом.
- 6) Верхняя передача в стену на минимальном расстоянии /5-10см/.
- 7) Верхняя передача в стену без зрительного контроля.
- 8) Верхняя передача над собой на минимальную высоту /5-10см/.
- 9) Верхняя передача над собой без зрительного контроля.
- 10) Верхняя передача в пол с перемещением различными способами без зрительного контроля.
- 11) Верхняя передача со стеной на близком /5-20см/ расстоянии:
  - перемещаясь вдоль стены,
  - опускаясь в присед и вставая,
  - без зрительного контроля.
- 12) Верхняя передача над собой на минимальную высоту:
  - сидя и лежа /чередование/,
  - то же, без зрительного контроля.
- 13) Подбросить мяч, поймать в положении верхней передачи:
  - после одного отскока от пола,
  - без отскока,
  - после перемещения.
- 14) Подбросить мяч, выполнить верхнюю передачу:
  - на среднюю высоту /1-3 м/ и поймать мяч,
  - на максимальную высоту,
  - на максимальную дальность,
  - после перемещения.
- 15) Верхняя передача с точного броска преподавателя (партнера)
- 16) Бросить мяч в стену, выполнить верхнюю передачу:
  - над собой,
  - в стену.
- 17) Верхняя передача над собой на месте серией 2-10 раз.
- 18) Верхняя передача со стеной серией 2-15 раз.
- 19) Верхняя передача с неточного броска преподавателя /партнера/
- 20) Верхняя передача над собой с перемещением различными способами.
- 21) Верхняя передача от игрока к игроку.
- 22) Подбросить мяч, выполнить верхнюю передачу за голову.
- 23) Стоя спиной к стене, подбросить мяч, выполнить верхнюю передачу за голову в стену, повернуться и поймать мяч.

## **Занятие №3**

### **Тема 5. Обучение и совершенствование приему мяча снизу**

*Планируемые результаты: научить правильному исходному положению при выполнении приема мяча снизу. Научить выполнять передачу мяча снизу на заданную высоту и расстояние.*

*Задания для выполнения:*

- 1) Сочетание положения обеих рук и основной стойки. Преподаватель или партнер давит на предплечья.
- 2) Подбросить мяч, после отскока от пола подставить под мяч сложенные руки, после вертикального отскока от рук поймать мяч.
- 3) Бросить мяч в стену, после отскока от пола подставить под мяч руки, направляя его в стену вверх-вперед, от стены поймать мяч.
- 4) Подбросить мяч. Подставить под мяч сложенные руки. После вертикального отскока от рук поймать мяч.
- 5) С точного броска преподавателя вернуть мяч нижней передачей.
- 6) Бросить мяч вверх в стену, подставить под мяч руки, направляя его в стену, от стены поймать мяч.
- 7) Бросить мяч вверх-вперед, переместиться, выполнить нижнюю передачу над собой, поймать мяч.
- 8) Двукратно и многократное выполнение нижней передачи над собой со стеной.
- 9) Выполнить нижнюю передачу с неточного набрасывания преподавателя или партнера. Мяч набрасывается:
  - впереди или через игрока,
  - слева или справа от игрока.
- 10) Нижняя передача от игрока к игроку.
- 11) Нижняя передача над собой с перемещением:
  - вперед или назад,
  - в сторону.
- 12) Принятие стойки и имитация приема мяча – внимание согласованной работе рук, туловища и ног.
- 13) Прием мяча, брошенного партнером точно на руки.
- 14) Прием мяча, брошенного партнером в сторону.
- 24) Нижние передачи мяча в парах, в стену, в колоннах, в шеренгах.
- 25) Прием и передача мяча с перемещением вперед, назад и в сторону на один шаг.
- 26) Передача мяча в движении.
- 27) Передача мяча под углом (в тройках, четверках).
- 28) Передача и прием мяча на различных расстояниях и с различной траекторией полета.
- 29) Передача через сетку и в различных тактических комбинациях.
- 30) Прием мяча, отраженного сеткой.
- 31) Прием мяча в падении (одной и двумя руками).

При приеме одной рукой одновременно с выпадом, выносятся одноименная рука для приема мяча. Прием осуществляется коротким отрывистым движением предплечья, кулака или жесткой ладонью.
- 32) Игрок держит мяч перед лицом (кисти образуют «ковшик»), сгибает ноги и выпрямляя их, бросает мяч партнеру или в стенку – имитация передачи сверху.
- 33) В парах. Расстояние между игроками 4 м. Один игрок бросает мяч другому по средней траектории в направлении его головы. Партнер из исходного положения, разгибая ноги, туловище и руки, выполняет передачу.
- 34) То же, но мяч набрасывают партнеру в метре левее, правее, ближе или за голову. Игрок перемещается под мяч и выполняет передачу сверху.
- 35) Передача мяча сверху в парах или в стенку.
- 36) Передача мяча снизу в парах или в стенку.
- 37) Передача мяча сверху над собой.

**Занятие №4**

**Тема 6. Обучение подачам**

*Планируемые результаты: обучить и совершенствовать технику выполнения нижних прямой и боковой подач, верхней прямой подачи.*

*Задания для выполнения:*

- 1) Многократное подбрасывание мяча из и. п.
- 2) Подбрасывание мяча и замах.
- 3) Имитация подачи в целом без мяча и с мячом, ловя его левой рукой одновременно с ударом.
- 4) Подача мяча на расстоянии 6-10 метров в стену, в парах поперек зала, в колоннах.
- 5) Подача через сетку на расстояния 4-6 метров (через сетку на меньшей высоте).
- 6) Поддачи с зоны подач.
- 7) Поддачи с зоны подач в левую и правую часть площадки.
- 8) Поддачи в определенные зоны.
- 9) Выполнение подач на скорость.
- 10) Закрепление подачи в учебной игре.

### **Занятие №5**

#### **Тема 7. Обучение нападающему удару**

#### **Тема 8. Обучение блокированию**

*Планируемые результаты: формировать представление о технике выполнения нападающего удара.*

*Задания для выполнения:*

- 1) Обучение разбегу и прыжку:
- 2) Одиночные и серийные взмахи руками на месте.
- 3) Прыжок на месте с взмахом рук.
- 4) Напрыгивание с одного шага и прыжок с отведением и взмахом рук.
- 5) Напрыгивание с двух шагов и прыжок с отведением и взмахом рук.
- 6) Разбег в 1-2 шага, имитация верхней передачи в прыжке.
- 7) Разбег в 1-2 шага, верхняя передача мяча в держателе или в руке преподавателя партнера).
- 8) Разбег в 1-2 шага, верхняя передача мяча в стену или через сетку:
  - с низкого подбрасывания преподавателя «в темп».
  - с высокого подбрасывания преподавателя (партнера).
  - с собственного набрасывания.
- 9) В стойке готовности распрямить руки в локтевых суставах, сохраняя между кистями расстояние чуть меньше диаметра мяча.
- 10) То же, но у стены с ударом ладонями о стену.
- 11) В стойке готовности распрямить руки в локтевых суставах, выполнить прыжок вверх, руки вытянуты вверх – вперед. Не замахиваться: движение рук по кратчайшему пути.
- 12) Упражнение выполняется в парах, игроки стоят лицом друг к другу. Один игрок занимает исходное положение, как в 3. Партнер давит на предплечья (толчок), игрок пытается удержать напряженные руки в исходном положении.
- 13) Выполнить одиночное блокирование в прыжке:
  - у стены;
  - у сетки.
- 14) Блокирование мячей (брошенных нападающим игроком или тренером), стоя на подставке (бросок в руки).
- 15) Блокирование нападающего удара по мячу, установленному в держателе, стоя на подставке.

- 16) То же, что в 6, но блокирование в прыжке.
- 17) То же, что в 8, но мяч набрасывают над сеткой несколько левее или правее блокирующего. Выполнить приставной шаг и сблочировать мяч.
- 18) В парах через сетку – один игрок имитирует нападающий удар с разбега, другой определяет место и время прыжка по направлению разбега нападающего игрока (прыжок против нападающего).
- 19) В парах через сетку – нападающий игрок выполняет удар с собственного подбрасывания, второй игрок выполняет блокирование в прыжке. Необходимо закрыть известное направление мяча.
- 20) То же, что в 11, но нападающий удар выполняется из зоны 4 с передачи для удара игроком зоны 3.
- 21) То же, что в 12, но нападающий удар из других зон.
- 22) То же, что в 12 и 13, но нападающий удар с различных по высоте, скорости и траектории передач.
- 23) То же, что в 12,13, 14, но направление удара неизвестно.

### **Занятие №6**

#### **Тема 9. Тактика игры в защите**

#### **Тема 10. Тактика игры в нападении**

*Планируемые результаты: изучить тактику игры в защите углом вперед.*

*Задания для выполнения:*

- 1) Выполнение защитных действий игроками первой линии (блокирование).
- 2) Выполнение защитных действий игроками второй линии - игроки 1 и 5 зон (страховка блока, прием мяча).
- 3) Страховка блока игроком в 6 зоне.
- 4) Выполнение защитных действий всей командой.
- 5) Выполнение защитных действий игроками первой линии (блокирование).
- 6) Выполнение защитных действий игроками второй линии - игроки 1 и 5 зон (страховка блока, прием мяча).
- 7) Страховка блока игроком в 6 зоне.
- 8) Выполнение защитных действий всей командой.
- 9) Разучивание тактической схемы "Волна".
- 10) Разучивание тактической схемы "Крест"
- 11) Разучивание тактической схемы "Эшелон".

### **8 семестр**

#### **Занятие №1**

#### **Тема 2. Техника и тактика игры в баскетбол**

*Планируемые результаты: научить технике игры в баскетбол, познакомить с тактикой игры в баскетбол, совершенствовать технику выполнения упражнений на развитие скоростно-силовых качеств*

*Задания для выполнения:*

- 1) проведение линейных эстафет с элементами баскетбола (ведение мяча, передача и прием мяча);
- 2) проведение линейных и встречных эстафет с передачей и приемом мяча на месте и в движении, с различных и.п.;
- 3) передача мяча в парах на месте ;
- 4) передача мяча в тройках на месте;
- 5) передача мяча в парах в движении;
- 6) передача мяча у стены с поворотом на 360°;

## **Занятие №2**

### **Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка баскетболистов**

#### **Тема 4. Техника перемещений**

*Планируемые результаты: совершенствовать общую и специальную физическую подготовленность обучающихся*

*Задания для выполнения:*

#### **Упражнения для развития скорости:**

1. Высокие старты на дистанцию 5-10 м по сигналу на время - в парах, тройках игроков, подобранных по весу, росту, скорости. Выполняются лицом вперед, затем спиной вперед.

2. Низкие старты на дистанцию 5-10 м. Выполняются так же, как в упр. 1, но с ведением мяча.

3. Старты лицом или спиной вперед на дистанцию 5-10 м. Мяч находится на расстоянии 3 м от старта. Игрок должен взять мяч и вести его вперед. Можно выполнять в парах, тройках. Упражнение полезно для развития стартовой скорости.

#### **Упражнения для развития ловкости:**

4. Бросок по кольцу с вращением мяча вокруг корпуса (1 или 2 раза) во время двух шагов.

5. Прыжки на месте с поворотами на 90 и 130° с ведением одного или двух мячей.

6. Передачи мяча в парах с сопротивлением. Игроки в паре передают друг другу мяч от земли, расстояние между ними 4-5 м. Защитник пытается перехватить мяч. Упражнение выполняется сначала на месте, потом в движении.

#### **Упражнения для развития силы**

7. Толкание медицинбола ногами из положения, сидя, лежа. Соревнование на дальность

8. Пас медицинбола одной рукой от плеча, снизу, сбоку, крюком, двумя руками снизу, из-за головы

9. Отжимание от пола. Упражнение выполняется на пальцах или кулаках в несколько подходов.

## **Занятие №3\**

### **Тема 5. Техника владения мячом**

#### **Тема 6. Техника защиты. Техника перемещений и овладения мячом**

*Планируемые результаты: научить технике владения мячом в баскетболе.*

*Задания для выполнения:*

1. Подбросить мяч вверх, сделать хлопок перед грудью (за спиной, перед грудью и за спиной, отжаться, присесть, повернуться на 360°) и поймать мяч.

2. Держать мяч над головой, отпустить его за спину, повернуться и поймать.

3. Стойка ноги врозь, мяч за спиной; с отскоком от пола перевести мяч под ногами вперед.

4. Передача двух мячей на месте и в движении в парах.

5. Передача мяча в положении лёжа на спине одного из партнёров.

6. Передача мяча на малом расстоянии между партнёрами в максимальном темпе.

7. Передача мяча во встречных колоннах.

8. Бег по кругу по часовой стрелке, передавая мяч соседу; по сигналу изменить направление движения.

9. Передача мяча в движении в тройках со сменой мест («восьмёрка»).

10. Передача мяча в тройках с заслоном 3 х 3, 4 х 4.

11. Разучивание стойки при опоре противника без мяча и с мячом.

12. Перемещение противника шагами в стороны, вперед, назад.

## **Занятие №4**

### **Тема 7. Индивидуальные действия в нападении**

### **Тема 8. Групповые и командные действия в нападении**

*Планируемые результаты: научить технике игры в баскетбол, познакомить с тактикой игры в баскетбол, совершенствовать технику индивидуальных действий в нападении*

*Задания для выполнения:*

1. Действие игрока без мяча: выбор места для получения мяча – выход навстречу партнеру и в направлении от партнера.
2. Освобождение от опеки защитника.
3. Применение приемов техники перемещений, для ухода от защитника и овладения мячом.
4. Действия игрока с мячом: применение приемов техники владения шагом при организации атаки - использование передач мяча, ведения, бросков в корзину.
5. Взаимодействие двух и трех игроков с быстрым передвижением по всей площадке с короткими передачами с применением владения.
6. Взаимодействие 2-3 игроков против равного числа защитников.
7. Командные действия: быстрый прорыв. Организация прорыва после ловли мяча от щита центрами игроками - расположение и действия в начальной фазе, в фазах развития и завершения атаки.
8. Командные действия: позиционное нападение, система нападения через центрального игрока, расстановка игроков с центральными, взаимодействие игроков задней линии и находящихся с центральными.
9. Бросок по кольцу с вращением мяча вокруг корпуса (1 или 2 раза) во время двух шагов.
10. Прыжки на месте с поворотами на 90 и 130° с ведением одного или двух мячей.
11. Передачи мяча в парах с сопротивлением. Игроки в паре передают друг другу мяч от земли, расстояние между ними 4-5 м. Защитник пытается перехватить мяч. Упражнение выполняется сначала на месте, потом в движении.

## **Занятие №5**

### **Тема 9. Индивидуальные действия в защите**

### **Тема 10. Групповые и командные действия в защите**

### **Тема 11. Судейская практика**

*Планируемые результаты: научить технике игры в баскетбол, познакомить с тактикой игры в баскетбол, совершенствовать технику выполнения индивидуальных действий в защите*

*Задания для выполнения:*

1. Действия против игрока без мяча.
2. Выбор места при держании игрока без мяча.
3. Выбор места при держании игрока без мяча - изменение расположения в зависимости от положения подопечного и мяча, применение приемов перемещения для опеки противника.
4. Выбор места и овладения мячом от щита.
5. Действия против игрока с мячом.
6. Выбор места с использованием приемов перемещения при держании игрока с мячом, в зависимости от позиции подопечного, до и после ведения.
7. Применение приемов овладения мячом - вырывание, выбивание, перехватывание.
8. Толкание медицинбола ногами из положения, сидя, лежа. Соревнование на дальность.

9. Пас медицинбола одной рукой от плеча, снизу, сбоку, крюком, двумя руками снизу, из-за головы.
10. Отжимание от пола. Упражнение выполняется на пальцах или кулаках в несколько подходов.
11. Взаимодействие двух игроков: подстраховка - центрального игрока, игрока, владеющего точным дальним броском и проходом; противодействие заслоном - переключения, проскальзывание.
12. Взаимодействие двух игроков при численном превосходстве нападающих.
13. Командные действия – система личной защиты: на половине площадки и в области штрафного броска - расположение игроков, перемещение, взаимопомощь.
14. Личный прессинг - расположение, передвижение, действия для овладения мячом.
15. Зонный прессинг – расположение, передвижение. Система зонной защиты; в области штрафного броска – расположение игроков (2x1x2, 1x3x1, 2x3, 3x2).
16. Высокие старты на дистанцию 5-10 м по сигналу на время - в парах, тройках игроков, подобранных по весу, росту, скорости. Выполняются лицом вперед, затем спиной вперед.
17. Низкие старты на дистанцию 5-10 м. Выполняются так же, как в упр. 6, но с ведением мяча.
18. Старты лицом или спиной вперед на дистанцию 5-10 м. Мяч находится на расстоянии 3 м от старта. Игрок должен взять мяч и вести его вперед. Можно выполнять в парах, тройках. Упражнение полезно для развития стартовой скорости.
19. Наблюдение за действиями проводящих с последующим анализом.
20. Судейство учебных игр.
21. Наблюдение и анализ ошибок проводящих игру.

### **6.1.2. Реферат 5 семестр**

1. История развития волейбола.
2. Волейбол в нашей стране.
3. Содержание программы по волейболу в школе.
4. Урок волейбола в школе.
5. Организация секционных занятий по волейболу в школьной секции.
6. Организация секционных занятий по волейболу в ДЮСШ.
7. Техническая подготовка в волейболе.
8. Тактическая подготовка в волейболе.
9. Физическая подготовка в волейболе.
10. Психологическая подготовка в волейболе.
11. Специальная подготовка связующих.
12. Специальная подготовка нападающих в волейболе.
13. Специальная подготовка «либеро» в волейболе.
14. Организация и проведение соревнований по волейболу.
15. Требования к местам проведения занятий по волейболу и инвентарю.
16. Подвижные игры при обучении волейболу.
17. Технические средства для обучения игровым действиям в волейболе.
18. Профилактика травматизма на занятиях по волейболу.
19. Элементы волейбола на уроках физической культуры в начальных классах.
20. Свободные темы по выбору студентов (по согласованию с преподавателем учебной группы).

### **7 семестр**

1. Характеристика физического качества сила, средства и методы ее развития в баскетболе.
2. Классификация техники баскетбола (принципиальная схема с конкретным примером).
3. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
4. Значение передач в современном баскетболе, анализ техники передач, выполняемых на месте.
5. Характеристика физического качества быстрота, средства и методы ее развития в баскетболе.
6. Структура, организация и содержание урока (на примере баскетбола).
7. Характеристика современного состояния баскетбола и тенденции развития.
8. Характеристика физического качества выносливость, средства и методы развития в баскетболе.
9. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
10. Характеристика физического качества ловкость, средства и методы развития в баскетболе.
11. Характеристика физического качества гибкость, средства и методы ее развития в баскетболе.
12. Правила игры в баскетболе, их эволюция.
13. Содержание принципа наглядности. Его значение и методические пути реализации в баскетболе.
14. Особенности проявлений физических качеств, обеспечивающих выполнение бросков мяча в баскетболе.
15. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
16. Обучение общеразвивающим упражнениям в баскетболе (на примере подготовительной части урока).
17. Классификация техники защиты в баскетболе.
18. Участия российских баскетболистов в Олимпийских играх (женщины, мужчины).
19. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
20. Характеристика и анализ овладения мячом, при взятии отскока. Методика обучения.
21. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы (женщины, мужчины).
22. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
23. Финты в баскетболе. Классификация, описание техники, методика обучения.
24. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
25. Характеристика целостного и расчлененного методов обучения в баскетболе (привести примеры обучения техники).
26. Характеристика средств и методов развития физического качества сила.
27. Анализ современного состояния баскетбола в России и в мире (по материалам различных источников информации).
28. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.
29. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите.
30. Анализ групповых тактических действий баскетболистов в защите.
31. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в нападении.
32. Позиционное нападение в баскетболе. Характеристика и варианты.
33. Характеристика общей и специальной физической подготовки баскетболистов.
34. Характеристика технической подготовки баскетболистов.
35. Анализ система соревнований в баскетболе для детско-юношеского контингента.
36. Анализ системы соревнований для команд студенческого баскетбола.
37. Анализ системы соревнований для профессиональных команд в баскетболе
38. Особенности занятий детей в группах мини-баскетбола.

39. Особенности занятий школьников общеобразовательных школ в секциях по баскетболу.
40. Ретроспективный анализ правил соревнований по баскетболу.
41. Структура и содержание деятельности детско-юношеской спортивной школы по баскетболу.
42. Подвижные игры – средство физической подготовки баскетболистов.
43. Анализ подвижных игр, способствующих овладению техникой владения мячом в баскетболе.
44. Организация и проведение массовых соревнований по стритболу.
45. Свободные темы по выбору студентов (по согласованию с преподавателем учебной группы).

### ***Методические рекомендации по выполнению реферата***

Написание реферата является одной из форм обучения, направленной на организацию и повышение уровня самостоятельной работы студентов, целью которой является расширение их научного кругозора, ознакомление с методологией научного поиска.

Реферат, как форма обучения студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы.

При написании реферата необходимо:

- с максимальной полнотой использовать литературу по выбранной теме (как рекомендуемую, так и самостоятельно подобранную) для правильного понимания авторской позиции;

- соблюдать оригинальность не менее 30% согласно системе antiplagiat.ru;
- верно (без искажения смысла) передать авторскую позицию в своей работе;
- уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с тем или иным автором по данной проблеме.

В реферате необходимо изложить основные аспекты проблемы не только грамотно, но и в соответствии с той или иной логикой (хронологической, тематической, событийной и др.). Реферат должен заканчиваться подведением итогов проведенной исследовательской работы: содержать краткий анализ-обоснование преимуществ той точки зрения по рассматриваемому вопросу, с которой Вы солидарны.

#### ***Критерии оценивания.***

Качественно выполненный реферат оценивается от 1 до 10 баллов, добавляемых в бально-рейтинговую оценку студента.

### ***6.1.3. Задания по материалу дисциплины***

#### ***7 семестр***

1. Стойки и перемещения волейболиста.
2. История волейбола как вида спорта.
3. История волейбола в нашей стране.
4. Техника приема и передачи мяча сверху.
5. Основные ошибки при передаче мяча сверху.
6. Методика обучения передаче мяча сверху.
7. Техника приема и передачи мяча снизу.
8. Основные ошибки приема и передачи мяча снизу.
9. Методика обучения приему и передаче мяча снизу.
10. Нижняя прямая подача. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.

11. Нижняя боковая подача. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
12. Верхняя прямая подача. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
13. Верхняя боковая подача. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
14. Силовая подача или подача с прыжка. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
15. Планирующая подача. История возникновения, особенности выполнения.
16. Нападающий удар. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
17. Блокирование. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
18. Одиночный и групповой блок.
19. Тактика игры в защите «углом вперед».
20. Тактика игры в защите «углом назад».
21. Тактическая схема игры в нападении «Волна».
22. Тактическая схема игры в нападении «Крест».
23. Тактическая схема игры в нападении «Эшелон».
24. Разметка волейбольной площадки.
25. Требования к мячу и сетке.
26. Общие правила игры в волейбол.
27. Начисление очков в волейболе.
28. Расстановка игроков на площадке.
29. Нарушения расстановки.
30. Правило перехода.
31. Особенности амплуа центрального блокирующего.
32. Особенности игровых функций связующего.
33. Характеристика игрового амплуа доигровщиков.
34. Характеристика игрового амплуа диагональных нападающих.
35. Особенности игры «либеро».
36. Состав судейской бригады для судейства соревнований по волейболу.
37. Обязанности первого судьи.
38. Обязанности второго судьи.
39. Судейские жесты.
40. Замены в волейболе.

## 8 семестр

1. Баскетбол в Российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
2. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
3. Взаимосвязь правил игры в баскетбол с развитием техники и тактики баскетбола.
4. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
5. Значение физической подготовки баскетболиста и ее характеристика.
6. Характеристика и анализ техники передач, выполняемых в движении.
7. Особенности современной техники баскетбола и ее значение в повышении спортивного мастерства баскетболистов.
8. Броски мяча в движении, методика обучения этим приемам.
9. Характеристика методов организации занимающихся, используемых в баскетболе.
10. Анализ техники ловли и передачи мяча в движении.
11. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
12. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
13. Содержание принципа активности и сознательности в баскетболе, основные пути их реализации в учебном процессе.

14. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
15. Методика ведения протокола игры и технического отчета.
16. Структурный анализ техники броска в прыжке и методика обучения этому приему.
17. Характеристика и структурный анализ техники броска одной рукой в движении.
18. Классификация тактики игры в баскетбол. 19.
- Правила игры в баскетболе, их эволюция.
20. Классификация техники передвижений в защите и нападении, тенденции развития техники передвижений.
21. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока без мяча.
22. Педагогический контроль уровня развития физических качеств (характеристика тестов, методика тестирования).
23. Классификация техники противодействия и овладения мячом, тенденции развития.
24. Анализ техники выбивания и вырывания мяча. Методика обучения этим приемам.
25. Оборудование и инвентарь баскетбольных залов.
26. Характеристика и анализ техники перехвата мяча в баскетболе. Методика обучения этому приему.
27. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
28. Анализ техники поворотов. Методика обучения.
29. Классификация техники защиты в баскетболе.
30. Характеристика научно-исследовательской работы в баскетболе, ее значение для теории и методики баскетбола.
31. Классификация техники нападения в баскетболе.
32. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
33. Основные ошибки при выполнении передач, педагогические приемы исправление ошибок.
34. Последовательность в изучении приемов техники баскетбола.
35. Анализ контрольных упражнений по специальной физической подготовке баскетболиста.
36. Характеристика и анализ техники накрывания и отбивания мяча. Методика обучения этим приемам.
37. Характеристика игры в баскетбол и ее влияние на уровень подготовленности баскетболистов.
38. Требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю по баскетболу.
39. Определение основных понятий: техника, тактика, стратегия, классификация, всем физическим качествам.
40. Характеристика способов выхода игрока без мяча на свободное место. Методика обучения.
41. Методика и организация работы секретариата на соревнованиях по баскетболу.
42. Классификация техники передвижений. Методика обучения приставному шагу.
43. Способы действий против игрока с мячом и без мяча.
44. Структура урока, задачи, организация, содержание, выбор средств и методов.
45. Методика овладения мячом, отскочившим от щита (с места, с разбега).
46. Анализ техники штрафного броска. Методика исправления ошибок.
47. Характеристика групповых действий в нападении и защите.

## **6.2. Оценочные средства**

### **для текущего контроля успеваемости по дисциплине**

В связи с принятой в СГУ имени Н. Г. Чернышевского балльно-рейтинговой системой учета достижений студента (БАРС) баллы полученные в ходе текущего контроля, распределяются по группам:

- лекции;
- практические занятия;
- самостоятельная работа;
- другие виды учебной деятельности;

1. Посещение лекций и участие в опросах по пройденному материалу – от 0 до 2 баллов (по 2 балла за посещение занятия).

2. Посещение практических занятий. Оценивается активность работы на занятии (выполнение всех заданий преподавателя), правильность выполнения заданий. От 0 до 40 баллов за семестр (отметка 5 – 2 балла в БАРС, отметка 4 – 1,6 балла в БАРС, отметка 3 – 1,2 балла в БАРС, Отметка 2 – 0,8 балла в БАРС, отметка 1 – 0,4 балла в БАРС).

3. Самостоятельная работа:

– подготовка и защита реферата – до 6 баллов. Допускается подготовка и представление одного реферата. Тематику рефератов, требования к ним и рекомендации по выполнению см. в разделе 6.1.2.

– совершенствование элементов техники спортивной игры – до 4 баллов. Тематику самостоятельной работы, требования к ней см. в разделе 6.1.3.

4. Другие виды учебной деятельности:

7 семестр. Всего за семестр от 0 до 10 баллов.

Судейство соревнований по волейболу – от 0 до 5 баллов.

Участие в соревнованиях по волейболу – от 0 до 5 баллов.

8 семестр. Всего за семестр от 0 до 20 баллов.

Судейство соревнований по баскетболу – от 0 до 10 баллов.

Участие в соревнованиях по баскетболу – от 0 до 10 баллов.

### 6.3 Оценочные средства для промежуточной аттестации по дисциплине Примерные вопросы к зачету 5 семестр

1. Технические элементы игры в волейбол.
2. История волейбола.
3. Стойки и перемещения волейболиста (методика обучения).
4. Прием и передача мяча сверху. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
5. Прием и передача мяча снизу. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
6. Нижняя прямая и боковая подачи. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
7. Верхняя прямая и боковая подачи. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
8. Планирующая подача. История возникновения, особенности выполнения.
9. Нападающий удар. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
10. Блокирование. Характеристика, основные ошибки, методика обучения.
11. Одиночный и групповой блок.
12. Тактика игры в защите «углом вперед».
13. Тактика игры в защите «углом назад».
14. Тактические схемы игры в нападении.
15. Разметка волейбольной площадки.
16. Требования к мячу и сетке.
17. Общие правила игры в волейбол.
18. Начисление очков в волейболе.
19. Расстановка игроков на площадке.
20. Правило перехода.
21. Игровые амплуа в волейболе.
22. Обязанности первого и второго судьи.
23. Судейские жесты.
24. Замены в волейболе.

#### Критерии оценки по промежуточной аттестации

Оценка	Критерии
10 баллов	Отличает какой-либо объект от аналогов только тогда, когда ему их предъявляют в готовом виде. Узнает предмет, но не может дать формулировку основных понятий. Не разбирается в предмете вопроса.
20 баллов	Полное воспроизведение изученных правил, определений, формулировок и т.п., однако затрудняется что-либо объяснить. Отвечает на вопросы по перечислению и описанию отдельных фактов, правил, положений. В ответе демонстрирует полное и точное изложение основных категорий без существенных искажений в толковании терминов.
30 баллов	Осознанное усвоение теоретических знаний, проявляет способность к самостоятельным выводам. Отвечает на большинство вопросов по содержанию теории, связанных с аргументацией, обоснованием, разъяснением смысла. В ответе выявляет причинно-следственные связи, разъясняет закономерности явлений.
40 баллов	Творчески применяет полученную ранее информацию, использует в ответе факты из дополнительной литературы, формулирует самостоятельно новые знания на базе усвоенных. Отвечает на вопросы, требующие творческого мышления. Может

	самостоятельно ставить проблемные вопросы и ситуации и демонстрировать пути их решения. Иллюстрирует ответы соответствующими примерами, теория используется для анализа и объяснения практики, сравниваются различные подходы и обосновывается личная позиция.
--	--

### Контрольные нормативы по физической подготовке

Тест	оценки			
	5	4	3	2
Передача мяча сверху в баскетбольное кольцо с расстояния 5 м. (кол-во попаданий из 10 попыток)	6	4	2	1
Передача мяча снизу в баскетбольное кольцо с расстояния 5 м. (кол-во попаданий из 10 попыток)	4	3	2	1
Нижняя прямая подача на точность (в обруч)	6	4	2	1
Верхняя прямая подача на точность (в круг диаметром 3 м.)	8	6	4	2
Нападающий удар с передачи преподавателя на точность (в круг диаметром 3 м.)	4	3	2	1

### 7 семестр

1. Техника и методика обучения передвижений, остановок и поворотов.
2. Игры для обучения и совершенствования передвижений. Попадание мяча в корзину и его оценка.
3. Техника и методика обучения передаче и ловле мяча. Минутный перерыв. Возобновление игрового времени.
4. Техника и методика обучения броскам в корзину с места.
5. Методика совершенствования техники передач мяча. Замена игрока. Выход мяча за ограничительные линии.
6. Техника и методика обучения броску одной рукой сверху с двухшаговым ритмом.
7. Техника и методика обучения броску в прыжке одной рукой.
8. Техника и методика обучения ведению мяча.
9. Методика совершенствования техники ведению мяча.
10. Штрафной бросок. Техника и методика обучения. Мяч возвращен в тыловую зону.
11. Техника и методика обучения финта.
12. Техника и методика обучения заслона. Ничейный счет и дополнительное время. Окончание игры.
13. Техника и методика обучения противодействиям (перехваты, выбивание, вырывание), накрывание.
14. Действия защитника против игрока с мячом.
15. Техника и методика обучения индивидуальным и групповым тактическим действиям игры в защите.
16. Действия одного защитника против двух нападающих.
17. Личная защита. Техника и методика обучения.
18. Зонная защита. Техника и методика обучения.
19. Смешанная защита.
20. Личный прессинг. Техника и методика обучения.
21. Зонный прессинг. Техника и методика обучения.
22. Разметка площадки. Щит. Корзина. Мяч.
23. Начало игры. Спорный бросок. Нарушение во время розыгрыша спорного мяча.
24. Часы игрового времени.
25. Спорный мяч. Правило 3-5 секунд.
26. Правило 8-24 секунд.
27. Умышленный фол. Обоюдный фол.
28. Пять фолов игроку, четыре команде. Правило выполнения штрафного броска.
29. Жесты судьи.

### 30. Протокол соревнований.

#### Критерии оценки по промежуточной аттестации

Оценка	Критерии
5 баллов	Отличает какой-либо объект от аналогов только тогда, когда ему их предъявляют в готовом виде. Узнает предмет, но не может дать формулировку основных понятий. Не разбирается в предмете вопроса.
10 баллов	Полное воспроизведение изученных правил, определений, формулировок и т.п., однако затрудняется что-либо объяснить. Отвечает на вопросы по перечислению и описанию отдельных фактов, правил, положений. В ответе демонстрирует полное и точное изложение основных категорий без существенных искажений в толковании терминов.
20 баллов	Осознанное усвоение теоретических знаний, проявляет способность к самостоятельным выводам. Отвечает на большинство вопросов по содержанию теории, связанных с аргументацией, обоснованием, разъяснением смысла. В ответе выявляет причинно-следственные связи, разъясняет закономерности явлений.
30 баллов	Творчески применяет полученную ранее информацию, использует в ответе факты из дополнительной литературы, формулирует самостоятельно новые знания на базе усвоенных. Отвечает на вопросы, требующие творческого мышления. Может самостоятельно ставить проблемные вопросы и ситуации и демонстрировать пути их решения. Иллюстрирует ответы соответствующими примерами, теория используется для анализа и объяснения практики, сравниваются различные подходы и обосновывается личная позиция.

#### Контрольные нормативы по физической подготовке

##### Юноши

Тест	оценки			
	5	4	3	2
Штрафные броски, кол-во попаданий из 30 бросков <sup>1</sup>	18	17	16	<16
Броски с дистанции, кол-во попаданий из 30 бросков <sup>2</sup>	12	11	10	<10
Ведение мяча с броском в корзину <sup>3</sup> , с	12,6	12,7	12,8	>12,8

##### Девушки

Тест	Оценки			
	5	4	3	2
Штрафные броски, кол-во попаданий из 30 бросков	16	15	14	<14
Броски с дистанции, кол-во попаданий из 30 бросков	10	9	8	<8
Ведение мяча с броском в корзину, с	13,4	13,5	13,6	>13,6

1. Штрафные броски. Обучающийся выполняет 30 бросков, для броска разрешается подавать мяч.

2. Броски с дистанции. Обучающийся выполняет в общей сложности 30 бросков в корзину, по 10 бросков с каждой из 3 точек, расположенных на расстоянии 4 м от проекции центра кольца: для юношей – одной рукой в прыжке; для девушек – одной или двумя руками в прыжке.

3. Ведение мяча с броском в корзину. Игрок с мячом располагается в точке пересечения линии области штрафного броска с лицевой линией с правой стороны щита.

## 7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

Таблица 1. Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности

1	2	3	4	5	6	7	8	9
семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
6	0	0	0	0	0	0	0	0
7	0	0	40	10	0	10	40	100
8	0	0	40	10	0	20	30	100

### Программа оценивания учебной деятельности студента

#### 6 семестр

Оценивание не предусмотрено

#### 7 семестр

##### Лекции.

Не предусмотрены.

##### Лабораторные занятия.

Не предусмотрены.

**Практические занятия.** Всего за семестр от 0 до 40 баллов.

Оценивается активность работы на занятии (выполнение всех заданий преподавателя), правильность выполнения заданий. От 0 до 40 баллов за семестр (отметка 5 – 2 балла в БАРС, отметка 4 – 1,6 балла в БАРС, отметка 3 – 1,2 балла в БАРС, Отметка 2 – 0,8 балла в БАРС, отметка 1 – 0,4 балла в БАРС).

**Самостоятельная работа.** Всего за семестр от 0 до 10 баллов.

1. Подготовка реферата (от 0 до 6 баллов).
2. Совершенствование элементов техники спортивной игры (от 0 до 4 баллов)

##### Автоматизированное тестирование

Не предусмотрено

**Другие виды учебной деятельности.** Всего за семестр от 0 до 10 баллов.

- Судейство соревнований по волейболу – от 0 до 5 баллов.  
Участие в соревнованиях по волейболу – от 0 до 5 баллов.

**Промежуточная аттестация.** Зачет. От 0 до 40 баллов

Выполнение заданий по теоретическому курсу – от 0 до 15 баллов.

Выполнение контрольных нормативов – от 0 до 25 баллов.

Полученные баллы в оценку не переводятся.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за 7 семестр по дисциплине «Спортивные игры» составляет 100 баллов.

Таблица 2. Пересчет полученной студентом суммы баллов в зачет

51 балл и более	«зачтено»
менее 51 балла	«не зачтено»

## 8 семестр

### **Лекции.**

Не предусмотрены.

### **Лабораторные занятия**

Не предусмотрены.

**Практические занятия.** Всего за семестр от 0 до 40 баллов.

Оценивается активность работы на занятии (выполнение всех заданий преподавателя), правильность выполнения заданий. От 0 до 40 баллов за семестр (отметка 5 – 2 балла в БАРС, отметка 4 – 1,6 балла в БАРС, отметка 3 – 1,2 балла в БАРС, отметка 2 – 0,8 балла в БАРС, отметка 1 – 0,4 балла в БАРС).

**Самостоятельная работа.** Всего за семестр от 0 до 10 баллов.

1. Подготовка реферата (от 0 до 6 баллов).
2. Совершенствование элементов техники спортивной игры (от 0 до 4 баллов).

### **Автоматизированное тестирование**

Не предусмотрено

**Другие виды учебной деятельности.** Всего за семестр от 0 до 20 баллов.

Судейство соревнований по баскетболу – от 0 до 10 баллов.

Участие в соревнованиях по баскетболу – от 0 до 10 баллов.

**Промежуточная аттестация.** Зачет. От 0 до 30 баллов

Выполнение заданий по теоретическому курсу – от 0 до 15 баллов.

Выполнение контрольных нормативов – от 0 до 15 баллов.

Полученные баллы в оценку не переводятся.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за 8 семестр по дисциплине «Спортивные игры» составляет 100 баллов.

**Таблица 3. Пересчет полученной студентом суммы баллов в зачет**

51 балл и более	«зачтено»
менее 51 балла	«не зачтено»

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

### а) литература

1. Мартыненко, И. И. Теория и методика спортивных игр (специализация) : учебное пособие / И. И. Мартыненко. – Алматы : Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2012. – 168 с. – ISBN 978-601-247-672-9. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/59889.html> (дата обращения: 09.09.2019).
2. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебное пособие / В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко [и др.]. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 136 с. – ISBN 2227-8397. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/65000.html> (дата обращения: 09.09.2019).
3. Ерёмкина, Л. В. Спортивные игры в вузе. Волейбол : учебно-методическое пособие / Л. В. Ерёмкина. – Челябинск : Челябинский государственный институт культуры, 2018. – 88 с. – ISBN 978-5-94839-660-6. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/87205.html> (дата обращения: 09.09.2019).
4. Ястребов, А. В. Специализированная подготовка студентов по баскетболу : учебное пособие / А. В. Ястребов, Л. В. Золотова. – Йошкар-Ола : Марийский государственный технический университет, 2010. – 100 с. – ISBN 978-5-8158-0825-6. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/22596.html> (дата обращения: 09.09.2019).
5. Адейеми, Д. П. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении : учебно-методическое пособие / Д. П. Адейеми, О. Н. Сулейманова. – Екатеринбург : Уральский федеральный университет, 2014. – 40 с. – ISBN 978-5-7996-1175-0. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/65915.html> (дата обращения: 09.09.2019).

Зав. библиотекой \_\_\_\_\_ (Гаманенко О. П.)

## **б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

### **1. Средства Microsoft Office**

- Microsoft Office Word – текстовый редактор;
- Microsoft Office Excel – табличный редактор;
- Microsoft Office Power Point – программа подготовки презентаций;

### **2. ИРБИС – система автоматизации библиотек.**

### **3. Операционная система специального назначения «ASTRA LINUX SPECIAL EDITION».**

## **Интернет-ресурсы**

**Единое окно** доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru>

**Кругосвет** [Электронный ресурс]: Универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия. – URL: <http://www.krugosvet.ru>

**eLIBRARY.RU** [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>

**ibooks.ru**[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://ibooks.ru>

## **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

- Спортивный зал, спортивный инвентарь и оборудование.
- Учебные аудитории, оборудованные комплектом мебели, доской.
- Комплект проекционного мультимедийного оборудования.
- Библиотека с информационными ресурсами на бумажных и электронных носителях.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)».

Автор – доцент Викулов А.В.

Программа одобрена кафедрой физической культуры и спорта (протокол № 2 от 16 сентября 2019 года).