

*Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Северо-Осетинский государственный университет
имени Коста Левановича Хетагурова»*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Теория и методика избранного вида спорта»
(Спортивные игры)**

Направление подготовки (специальность)

49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки «Спортивная тренировка»

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Владикавказ 2021

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 августа 2014 г., № 935, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО «СОГУ» (28) мая 2019 г., протокол № 10), примерной основной профессиональной образовательной программой, утвержденной приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.04.2021 г. № 11, (при наличии).

Составители: Баскаев Б.А., Хубецов А.М., Козаев Р.Х.

Рабочая программа обсуждена и утверждена на заседании кафедры теоретических и медико-биологических дисциплин и спортивных игр (протокол № 9 от «23» июля 2021 г.)

Зав. каф.  Гагиева З.А.

Одобрена советом факультета физической культуры и спорта (протокол от «26» апреля 2021 г. № 8)

Председатель совета факультета 

Рабочая программа дисциплины принята в составе основной профессиональной образовательной программы решением ученого совета 29.04.2021, протокол № 11. Утверждена приказом СОГУ от 30.04.2021, № 106.

1. Структура, и общая трудоемкость дисциплины Общая трудоемкость дисциплины 14 зачётных единиц составляет(504часа)

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	1-3	1-3
Семестр	1-5	1-5
Лекции	72	24
Практические (семинарские) занятия	198	36
Лабораторные занятия		
Консультации		
Итого аудиторных занятий	270	60
Самостоятельная работа	90	327
Курсовая работа		
Форма контроля		
экзамен	5 - 36 час	5 - 9 час
Зачет	2,4	1,2,4.
Общее количество часов	396	396

Распределение учебных часов по полугодиям (семестрам)

Семестры	Лекции		Практические занятия		Всего		Самостоятельная работа		Итого	
	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО	ОФО	ЗФО
1 курс (баскетбол)										
I	18		36		54		18		72	
II	18	12	36	12	54	24	18	120	72	144
Всего:	36	12	72	12	108	24	36	120	144	144
2 курс (волейбол)										
III	18	4	36	8	54	12	18	60	72	72
IV	-	4	54	8	54	12	18	60	72	72
Всего:	18	8	90	16	108	24	36	120	144	144
3 курс(футбол)										
V	18	4	36	8	54	12	18	87	72	99
Всего:	18	4	36	8	54	12	18	87	72	99

2. Цели освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины - формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно выполнять организационную, научную, методическую, тренерскую, преподавательскую и другие виды работ (в избранном виде спорта (ИВС)).

В качестве *частных задач избранной учебной дисциплины* программа предусматривает изучение студентами:

- основных приемов техники игры;
- базовых положений содержания тактики игры в избранном виде спорта;
- методики обучения и совершенствования основным техническим приемам и тактических действий;
- навыков организации и проведения занятий по спортивным играм, технологий поиска информации и ее использования в целях индивидуализации процесса подготовки специалиста в области спортивных игр;

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» принадлежит к Б1.О.19

По окончании дисциплины специалист должен усвоить основные теоретические и практические знания и умения по виду спорта.

Изучение основ теории и методики избранного вида спорта базируется на основе знаний о закономерностях развития организма человека (цикл медико-биологических, психолого-педагогических, социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин).

Предварительные компетенции:

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами с учетом курсов

-для 1 курса: Физическая культура (общеобразовательный уровень).

-для 2 курса: История физической культуры, Физическая культура: Педагогика, Биохимия, возрастная и спортивная морфология.

-для 3 курса: Психология, Физиология, Биомеханика, биохимия; Педагогика ФК, Психология.

4. Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля))

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование у выпускника следующих компетенций:

общепрофессиональные;

ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2 – Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-4 – Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-14 – Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

В результате освоения дисциплины студень должен

Знать:

- анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу(ОПК-1);
- подбирать методы, критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности(ОПК-2);
- объяснять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта(ОПК-3);
- разрабатывать учебно-программную документацию по тренировочному и образовательному процессу по физической культуре и спорту(ОПК-14).

Уметь:

- дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки (ОПК-1);
- рассматривает системно разнородные диагностические данные о спортивной предрасположенности(ОПК-2);
- применяет методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач(ОПК-4);
- разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории (ОПК-14).

Владеть:

- составляет комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся(ОПК-1);
- выявляет наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования(ОПК-2);
- осуществляет тренировочный процесс по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки(ОПК-4);
- проводит анализ эффективности учебного и тренировочного занятия(ОПК-14).

5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

Таблица 5.1

1 курс

№ недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Количество баллов		Лит-ра
		Л	П	Содержание	Час ы		min	max	
Раздел. 1 Теория и методика баскетбола									
1	Введение в предмет «Теория и методика избранного вида спорта»	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8
2	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
3	Спортивная тренировка	2				реферат			1-8
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
4	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8
5	Техника безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований в виде спорта	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8

6	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
7	Подготовка спортсмена в процессе тренировки.	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
7	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8
8	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
9	Подготовка спортсмена в процессе тренировки.	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
9	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8
10	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
11	Физические качества и методика их развития	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
11	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8
12	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8

13	Физические качества и методика их развития	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
13	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка за выполнение технического приёма			1-8
14	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
15	Технико-тактические основы ИВС. Обучение технике.	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
15	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
16	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
17	Технико-тактические основы ИВС. Обучение тактике.	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
17	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Тестирование технико-тактической подготовленности			1-8
18	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
	ИТОГО	18	36		18		0	100	
2 семестр									
1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8

1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-8
2	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-8
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
4	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-8
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление комплексов упражнений, составление планов занятий	2	Оценка проведенного занятия			1-8
6	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
7	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-8
7	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
8	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление комплексов упражнений, составление планов занятий	2	Оценка проведенного занятия			1-8
9	Организация спортивной тренировки в ИВС		2						1-8
9	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-8

10	Организация спортивной тренировки в ИВС		2					1-8
11	Организация спортивной тренировки в ИВС		2		Оценка проведенного занятия			1-8
11	Организация спортивной тренировки в ИВС		2					1-8
12	Организация спортивной тренировки в ИВС		2		Оценка проведенного занятия			1-8
13	Организация спортивной тренировки в ИВС		2					1-8
13	Организация спортивной тренировки в ИВС		2		Оценка проведенного занятия			1-8
14	Организация спортивной тренировки в ИВС		2					1-8
15	Организация спортивной тренировки в ИВС		2		Оценка проведенного занятия			1-8
15	Организация спортивной тренировки в ИВС		2					1-8
16	Организация спортивной тренировки в ИВС		2		Оценка проведенного занятия			1-8
17	Организация спортивной тренировки в ИВС		2					1-8
	ИТОГО	18	36		18		0	100

2курс

Номер недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Количество баллов		Лит-ра
		л/с	П/ М	Содержание	Ч		min	max	
		Раздел. 2 Теория и методика волейбола 3 семестр							
1	Соревновательная деятельность в спортивных играх	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
2	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
3	Классификация и систематизация приёмов и действий в виде спорта	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план -конспекта тренировочного занятия	4	Оценка проведенного занятия			1-8
4	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
5	Организация и проведение соревнований по спортивным играм	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
6	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
7	Основы спортивной тренировки	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8

7	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
8	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
9	Основы спортивной подготовки	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
9	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
10	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
11	Основы спортивной подготовки	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
11	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
12	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
13	Использование технических средств в спорте	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
13	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
14	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
15	Технико-тактические основы ИВС. Обучение технике.	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
15	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8

16	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
17	Технико-тактические основы ИВС. Обучение тактике.	2		Изучение литературы по данной теме	6	Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-8
17	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
18	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики	4	Оценка проведенного занятия			1-8
Итого за 3 семестр		18	36		18		0	100	
4 семестр									
1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-8
1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики волейбола	2				1-8
2	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-8
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики волейбола	2				1-8
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-8
4	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики волейбола	2				1-8
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-8
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики волейбола	2				1-8
6	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-8
7	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики волейбола	2				1-8

18	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Совершенствование техники и тактики волейбола	2	Оценка проведенного занятия			1-8
Итого за 4 семестр			54		54		0	100	

3 курс

Номер недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Количество баллов		Лит-ра
		л/с	П/ М	Содержание	Час ы		min	max	
Раздел. 3 Теория и методика футбола									
1	Нагрузка, восстановление работоспособности	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
1	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
2	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
3	Построение и содержание процесса спортивной подготовки	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
3	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-9
4	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
5	Построение и содержание процесса спортивной подготовки	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
5	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9

6	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
7	Управление спортивной тренировкой	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
7	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-9
8	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
9	Управление спортивной тренировкой	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
9	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
10	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
11	Основы спортивной подготовки	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
11	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-9
12	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
13	Характеристика техники и методики обучения в футболе	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
13	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
14	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
15	Технико-тактические основы ИВС.	2				Опрос на занятиях			1-9

	Обучение технике.					в дискуссии			
15	Организация спортивной тренировки в ИВС		2			Оценка проведенного занятия			1-9
16	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
17	Технико-тактические основы ИВС. Обучение тактике.	2				Опрос на занятиях в форме дискуссии			1-9
17	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	2	Оценка проведенного занятия			1-9
18	Организация спортивной тренировки в ИВС		2	Составление план-конспекта тренировочного занятия	1	Оценка проведенного занятия			1-9
	ИТОГО	18	36		18		0	100	

6. Образовательные технологии

Наименование разделов, тем дисциплины	Образовательные технологии
Теоретический раздел	Лекция Практическое - семинарское занятие Лекция-презентация Дискуссия Тестирование
Практический раздел	Мастер-класс Практические занятия Тестирование

7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях и практических занятиях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию – количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц – или предоставление студентам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и сети Интернет, 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.

Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала в табл. 5.1.

8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

Форма контроля	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Текущая работа студентов в течении 1-8 недели (в том числе)	0	25
- выполнение заданий на практических занятиях.	0	7
-мини тестирование.	0	4
Самостоятельная работа		4
- посещение занятий.	0	10
1-ая рубежная аттестация.	0	25
Текущая работа студентов в течении 10-18 недели (в том числе)	0	25
- выполнение заданий на практических занятиях.	0	7
-мини тестирование.	0	4
Самостоятельная работа		4
- посещение занятий.	0	10
2-ая рубежная аттестация.	0	25
Итого.	0	100

Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 25 баллов за рубеж; за тестирование – до 25 баллов на рубежной контрольной, до 50 баллов на устном ответе.

Если студент набрал достаточное количество баллов для проставления оценки «удовлетворительно», «хорошо», «отлично», то экзамен проставляется автоматически. Студент имеет право сдавать экзамен, если полученный автоматически результат его не устраивает. Если же студент набрал <56 баллов, то он обязан сдавать экзамен в сессию.

В случае если набравших баллов недостаточно для получения положительной оценки, студент имеет право сдавать экзамен по ведомости № 2 (все набранные баллы в сессию аннулируются).

Итоговая оценка выводится следующим образом:

$$O = T + 0,5(P + Э),$$

где Т –текущие баллы за рубежную аттестацию, Р – баллы за рубежную контрольную работу, а Э – баллы на устном ответе.

Пересчет полученной итоговой (О) суммы баллов по предмету в оценку производится по шкале:

- «отлично» - 86 – 100 баллов;
- «хорошо» - 71 – 85 баллов;
- «удовлетворительно» - 56 – 70 баллов;
- «неудовлетворительно» - 55 и менее баллов.

Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 25 баллов за рубеж; за тестирование – до 25 баллов на рубежной контрольной, до 50 баллов на устном ответе.

Если студент набрал достаточное количество баллов для проставления зачета, то зачет проставляется автоматически. Если же студент набрал <56 баллов, то он обязан сдавать зачет в сессию.

В случае если набравших баллов недостаточно для получения зачета, студент имеет право сдавать зачет по ведомости № 2 (набранные баллы в сессию аннулируются).

Итоговый зачет выводится следующим образом:

$$O = T + 0,5(P + Э),$$

где Т – текущие баллы за рубежную аттестацию, Р – баллы за рубежную контрольную работу, а Э – баллы на устном ответе.

- «зачет» - 56-100 баллов

Вопросы для подготовки студентов к рубежному контролю знаний.

Тесты рубежных аттестаций по курсу «Теория и методика избранного вида спорта»

1 курс

Количество этапов обучения техническим приемам, тактическим действиям и развития физических качеств?

- 1
- 2
- 3
- +4

Какие упражнения не применяются в построении классификации соревновательной и игровой деятельности?
соревновательные

+упражнения для разминки
тренировочные

Какие упражнения не входят в соревновательные упражнения

двусторонние учебные игры
упражнения по тактике и по технике
+специальные – подводящие

Какие упражнения не входят в тренировочные упражнения?

+ упражнения по тактике и по технике
специальные – подводящие
общеразвивающие – для развития двигательных навыков

Этапы обучения технико – тактическим действиям. Первый этап это

Этап разучивания технического приема (тактического действия)

Этап совершенствования технического приема

+Этап создания предпосылок и ознакомления с техническим приемом
(тактическим действием).

Этап интеграции навыков технических приемов и тактических действий в
игровую и соревновательную деятельность

Этапы обучения технико – тактическим действиям. Второй этап это

+Этап разучивания технического приема (тактического действия)

Этап совершенствования технического приема

Этап создания предпосылок и ознакомления с техническим приемом
(тактическим действием).

Этап интеграции навыков технических приемов и тактических действий в
игровую и соревновательную деятельность

6. Этапы обучения технико – тактическим действиям. Третий этап это?

Этап разучивания технического приема (тактического действия)

+Этап совершенствования технического приема

Этап создания предпосылок и ознакомления с техническим приемом
(тактическим действием).

Этап интеграции навыков технических приемов и тактических действий в
игровую и соревновательную деятельность

Этапы обучения технико – тактическим действиям. Третий этап это

Этап разучивания технического приема (тактического действия)

Этап совершенствования технического приема

Этап создания предпосылок и ознакомления с техническим приемом
(тактическим действием).

+Этап интеграции навыков технических приемов и тактических действий в
игровую и соревновательную деятельность

Что входит в задачи первого этапа обучения

+Создание кондиционной базы для обучения и формирование представления об изучаемом приеме игры
Уточнить представление об изучаемом приеме игры и сформировать двигательное умение
Детализировать представление, образ приёма игры и сформировать двигательный навык приема игры

Что входит в задачи второго этапа обучения

Создание кондиционной базы для обучения и формирование представления об изучаемом приеме игры
+Уточнить представление об изучаемом приеме игры и сформировать двигательное умение
Детализировать представление, образ приёма игры и сформировать двигательный навык приема игры.

Что входит в задачи третьего этапа обучения

Создание кондиционной базы для обучения и формирование представления об изучаемом приеме игры
Уточнить представление об изучаемом приеме игры и сформировать двигательное умение
+Детализировать представление, образ приёма игры и сформировать двигательный навык приема игры.

Что не относится к средствам первого этапа обучения

Общеразвивающие и подготовительные упражнения.

Аудиовизуальные средства

+ Упражнения на сочетание совершенствования техники и развития физических качеств

Что не относится к средствам второго этапа обучения

Подводящие упражнения

Упражнения по технике (тактике)

+ Упражнения на переключение в действиях

Кто был основателем игры в баскетбол

а) П. Кубэртен

б) Д. Нейсмит

в) А. Нильсен

г) В. Васильев

Во время игры в баскетбол игроки применяют в защите низкую, среднюю и высокую стойки. Низкая стойка применяется, когда нападающий находится от защитника на расстоянии

5 метров

3 метра

2 метра
1 метр

Во время игры в баскетбол игрок перемещается по площадке различными способами. Основным способом передвижения является

ползком
прыжком
приставным шагом
с крестным шагом

Ловля мяча в баскетболе является одним из технических приемов игры. Какой из этих приемов является основным

ловля мяча двумя руками
одой рукой
ногами
головой

Во время игры баскетболисты используют различные способы передачи мяча

2-мя руками. Назовите, какой из способов является основным

двумя руками снизу
двумя руками сверху
двумя руками сбоку
двумя руками от груди

Броски по корзине в баскетболе чаще всего выполняются одной рукой. Какой бросок одной рукой является основным

снизу
сверху
от головы
от плеча

Ведение мяча в игре осуществляется игроками в высокой, средней и низкой стойке в зависимости от расположения защитника. Низкая стойка применяется, когда защитник находится от нападающего на расстоянии

10 метров
5 метров
3 метра
1 метр

Скорость продвижения игрока при ведении мяча зависит от угла под которым мяч посылается вперед. Для того чтобы быстро вести мяч его необходимо послать под углом

120
90

60
45

Вовремя ловки мяча, баскетболисты применяют остановки прыжком и шагом. При ловле какого мяча игрок должен применять остановку, прыжком

катящего мяча
летящего на уровне колен
летящего на уровне груди
летящего выше головы

Обманы движения или финты являются необходимой частью технической подготовки баскетболиста; они выполняются ногами, туловищем, руками, головой. Какой финт должен сделать нападающий игрок, чтобы совершить проход к щиту

головой
руками
туловищем
ногами

В ходе игры баскетболисты используют различные заслоны – наружный, внутренний, боковой, двойной и т.д. Для того чтобы создать своему игроку возможность произвести бросок по кольцу используется заслон

наружный
боковой
внутренний
двойной

Практические нормативы по курсу «Теория и методика избранного вида спорта» (баскетбол) для студентов 1 курса

**1 семестр
1 рубежная аттестация**

Штрафные броски

Бал-лы	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Муж.	0	8	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Жен.	0	8	10	11	12	13	14	15	16	17	18

Челночный бег

Бал- лы	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж.	23.0	22.8	22.6	22.4	22.2	22.0	21.8	21.6	21.4	21.2	21.0	20.8	20.6	20.4	20.2	20.0
Жен.	26.0	25.8	25.6	25.4	25.2	25.0	24.8	24.6	24.4	24.2	24.0	23.8	23.6	23.4	23.2	23.0

1 курс 2 семестр

Условия выполнения контрольных нормативов

1. Броски с точек – студент выполняет 20 бросков, по 4 с 5 точек.
2. Комбинированное упражнение – выполняется 5 передач в стену с расстояния 2,5м, затем студент с ведением продвигается к противоположному щиту, обводит 3 стойки и выполняет бросок в кольцо в движении. Ловит отскочивший мяч, ведет его ко второму кольцу и опять выполняет бросок, затем возвращается к первому кольцу и вновь выполняет бросок, снова передвигаясь ко второму кольцу, обводит центральный круг и опять выполняет бросок, 2 попадания обязательны. Упражнение проводится по правилам соревнований – представляются 2 попытки.
3. Передачи на быстроту и точность за 20 сек. выполняются с расстояния 2,5м от стены в круг диаметром 45 см, предоставляется 2 попытки
4. Обводка области штрафного броска выполняется из-за лицевой линии в одну и другую сторону, согласно правилам игры, 2 попадания обязательны – 2 попытки. На выполнение упражнения время и количество попаданий указано в таблицах.

1 рубежная аттестация

Броски с точек

Балл	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Муж.	0-5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Жен.	0-5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Комбинированное упражнение

Балл	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж.	41.0	40.7	40.4	40.1	39.8	39.5	39.2	38.9	38.6	38.3	38.0	37.7	37.4	37.1	36.8	36.5
Жен.	46.0	45.5	45.0	44.5	44.0	43.5	43.0	42.3	42.0	41.5	41.0	40.5	40.0	39.5	39.0	38.5

2 рубежной аттестации

Передачи на быстроту и точность

Балл	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Муж.	11	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30
Жен.	10	11	13	15	17	19	20	21	22	23	24

Обводка области штрафного броска

Балл	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж	13,0	12,9	12,8	12,7	12,6	12,5	12,4	12,3	12,2	12,1	12,0	11,9	11,8	11,7	11,6	11,5
Жен.	14,7	14,5	14,4	14,3	14,1	14,0	13,9	13,8	13,7	13,6	13,5	13,4	13,3	13,2	13,1	13,0

2. Курс

Какой из пунктов относится к особенностям соревновательной деятельности

восприятие информации в условиях маскировки и ложных действиях противника
обработка информации и принятие решений в условиях дефицита пространства и времени.

восприятие принятых решений в условиях активного противоборствующего противника.

+ обеспечение календаря соревнований условий, чтобы спортсмен к основному старту достиг возможно лучшего результата.

Спортивное соревнование это

+ Способ демонстрации, сравнения и оценки спортивных достижений и оценки результатов в соответствии с правилами конкретного вида спорта.

Метод отбора и подготовки атлетов социальный феномен, без которого не мыслится существования спорта.

Выявление сильнейших спортсменов и команд, пропаганда физической культуры и спорта.

Восприятие информации в условиях маскировки и ложных действий противника

Цель спортивных соревнований это

Участие болельщиков и зрителей в соревновании.

+Выявление сильнейших спортсменов и команд пропаганды физической культуры и спорта.

Метод отбора и подготовки атлетов.

Создание календаря соревнований, чтобы к основному старту спортсмен достиг возможного лучшего результата

Что включает в себя система соревнований

- + Как официальные, так и не официальные соревнования.
- Попадание атлета в национальную сборную команду.
- Проявление у спортсмена стереотипной формы поведения.
- Соревнования, не предусматривающие трудности

В каком году появилась единая спортивная классификация

- 1927г.
- 1930г.
- + 1935г.
- 1947г.

Принцип определения мест при равном количестве двух команд

- Соотношение заброшенных и пропущенных мячей во всех играх.
- Соотношение пропущенных мячей в играх между этими командами.
- + Результат игры между этими двумя командами
- Результаты игр этих команд с другими командами, участвующими в этих соревнованиях

На сколько групп подразделяются виды спорта по особенностям предмета состязаниям и характера двигательной активности

- на 3 группы.
- + на 5 групп.
- на 4 группы.
- на 6 групп.

Какие две взаимосвязанные стороны охватывает спортивная деятельность человека

- Тренировочную и игровую.
- Игровую и преобразовательную.
- Тренировочную и познавательную.
- + Преобразовательной и познавательную.

Что такое техника игры

- + Совокупность рациональных целенаправленных движений, состоящих из отдельных приемов, необходимых для ведения игры.
- Двигательные действия, сходные по целевому признаку, на решении одной игровой задачи.
- Система элементов движения, позволяющая наиболее рационально решить конкретную двигательную задачу.
- Распределение всех приемов и способов их выполнения по разделам и группам на основе сходных признаков.

Что такое прием игры

Это распределение всех приемов и способов их выполнения по разделам и группам на основе сходных признаков.

Это система элементов движения, позволяющая наиболее рационально решать конкретную двигательную задачу.

+ Двигательные действия, сходные по целевому признаку, направленные на решение одной игровой задачи.

На какие три группы упражнений могут быть подразделены средства спортивной тренировки

+ Специально подготовительные упражнения; обще-подготовительные упражнения; избранные соревновательные упражнения.

избранные соревновательные упражнения; подводящие упражнения; общеразвивающие упражнения.

подводящие упражнения; специально подготовительные упражнения; обще-подготовительные упражнения.

Что такое метод спортивной тренировки

Это элемент метода, его основная часть.

Разовое действие спортсмена.

+ Это система приемов, направленная на оптимизацию процесса обучения в зависимости от содержания конкретных дидактических задач, средств и условий.

В чем заключается сущность соревнований

В оказывании значительного воздействия на развитие спорта.

В оказывании развитию популярности спорта.

+ В установлении сильнейших спортсменов и коллективов, и распределение их по ступеням - от первого места до последнего.

На основе чего осуществляется классификация соревнований

+ На основе правил, положений о соревнованиях, контингента соперников, условий проведения, типа судейства.

На основе отборочных соревнований с целью выявления наиболее сильных команд.

На основе показательных встреч, где решаются задачи популяризации вида спорта.

Какой фактор не влияет на соревновательную деятельность

Фактор оснащенности спортсмена приемом игры.

Фактор оснащенности спортсмена тактическими действиями.

+ Фактор оснащенности спортсмена спортивной экипировкой.

Какой системы проведения соревнований не существует

Круговая система проведения соревнований.

Система с выбыванием команд.

+Психологическая система тестирования игроков.

Смешанная система проведения соревнований.

Судейская комиссия состоит

+Из главного судьи и его заместителей, судей на площадках, главного секретаря, судьи информатора врача.

Организационно-технической комиссии.

Из участвующих организаций и участников соревнований.

Что такое техника игры в волейбол

Совокупность тактических действий - индивидуальных и коллективных.

Рациональное использование приемов игры в волейбол.

Отдельные качественные проявления физических способностей, сила, быстрота, ловкость, гибкость.

+Совокупность приемов игры для осуществления игровой и соревновательной деятельности в волейболе.

Что такое техническая подготовка волейболистов

Совокупность приемов игры для осуществления игровой и соревновательной деятельности в волейболе.

Совокупность тактических действий - индивидуальных и коллективных.

+Педагогический процесс, направленный на совершенное овладение приемами игры и обеспечивающий надежность навыков в игровой и соревновательной деятельности.

Рациональное использования приемов игры в волейбол.

Что такое тактика игры в волейбол

+Совокупность тактических действий индивидуальных и коллективных.

Педагогический процесс, направленный на совершенное овладение приемами игры.

Управляемая сознанием психическая и физическая активность, соблюдение установленных правил.

Игровая деятельность волейболистов в условиях официальных соревнований.

Что такое физическая подготовка волейболистов

+Педагогический процесс, направленный на развитие физических способностей и повышение функциональных возможностей волейболистов.

Воспитание нравственных, волевых и психических качеств волейболиста.

Совместная деятельность тренера и волейболистов по успешному достижению целей тренировки.

Совокупность приемов игры для осуществления игровой и соревновательной деятельности в волейболе.

В чем заключается задача стартовых стоек волейбола

Выбор места для выполнения технических приемов.
+Приобретение максимальной готовности к перемещению.
В освоении нападающих ударов и блокирования.

Укажите, каких видов стоек волейболиста не существует

Стойка для перемещения на блоке, или для блокирования.
Стойка для перемещения на приеме подачи, или для приемов подачи.
Стойка для разбега при выполнении нападающего удара.
+Стойка для перемещения на площадку противника.

Какого технического приема игры в волейбол не существует

Стоки и перемещения.
Блокирования.
Нападающего удара.
+Броска мяча одной рукой и отлета.

Расположение рук при приеме нападающего удара

+Руки должны быть вынесены вперед на уровне пояса.
Руки должны быть вынесены вперед на уровне груди.
Руки должны быть вынесены вперед, сильно согнутыми в локтях.
Руки свободно опущены вниз.

Что не рекомендуется если одну и ту же ошибку допускает несколько учащихся при выполнении упражнения

+Прекратить выполнять данное упражнение и перейти к следующему.
Остановить группу или весь класс и еще раз объяснить, как правильно выполнять задание.
Еще раз показать упражнение.
Дать дополнительные упражнения на освоение этого элемента

Какая передача мяча является ошибочной в волейболе

Передача мяча двумя руками сверху вперед.
Передача мяча двумя руками сверху, назад за голову.
Передача мяча двумя руками снизу.
+Передача мяча одной рукой снизу, назад за голову.

Укажите ошибку при передаче мяча двумя руками сверху в волейболе

Перед передачей руки, согнутые в локтях, кратчайшим путем выносятся вверх.
Ноги согнуты в коленях, начинают выпрямляться раньше рук.
+Локти разведены излишне широко.
Во всех фазах передачи ладони развернуты внутрь.

Укажите ошибку при передаче мяча двумя руками снизу

Кисти сложены в «замок» и опущены.

Ноги согнуты в коленях, начинают выпрямляться раньше рук.

Перед передачей ступни на одном уровне, или одна незначительно впереди другой.

+При передаче руки согнуты в локтях, локти разведены в стороны.

Укажите ошибку при выполнении верхней прямой подачи

Перед подачей ступня, разноименная с бьющей рукой, стоит впереди другой.

Удар по мячу наносится основанием напряженной ладони.

+Подброс мяча перед подачей произведен назад за голову.

Рука с мячом перед подбрасыванием находится выше пояса и слегка согнута.

Укажите ошибку при выполнении прямого нападающего удара

После выполнения удара игрок приземляется, обязательно сгибая ноги в коленях.

+После выполнения удара игрок приземляется на прямые ноги.

При разбеге для выполнения нападающего удара последний шаг выполняют **домик**: ногу выносят вытянутой вперед и ставят на пятку (стопорящий эффект).

При прямом нападающем ударе ударное движение выполняют в сагиттальной плоскости.

Укажите ошибку при выполнении блокирования

Перемещение блокирующих осуществляется приставными или скрестными шагами.

После отталкивания руки выносят вверх вперед кратчайшим путем.

Выбор места отталкивания определяется характером разбега нападающего соперников: блокирующий занимает позицию на воображаемой линии, продолжающей разбег нападающего.

+После приземления руки блокирующего опускаются через стороны.

Что такое тактика игры

+Это целесообразные, согласованные действия игроков, направленные на достижение победы в соревнованиях.

Это эффективное использование технических приемов.

Это самостоятельное творческое решение, благодаря которому игрок находит субъективно новые решения.

Что не входит в основные задачи тактической подготовки волейболистов

Обучение практическому использованию приемов, элементов, вариантов техники.

Формирование умения быстро переходить от нападения к защите и наоборот.

Изучение команд соперника (техничко-тактическая и волевая подготовленность).

+Совершенствование верхней прямой подачи на точность.

Какое упражнение не подходит для обучения и совершенствования тактики игры в нападении

Подача на точность в 3-метровые коридоры (площадка маркируется), по зонам площадки.

Подача в зоны 1 и 6 в углы площадки.

Нападающие удары с «неудобных передач».

+Прием мяча от нападающего удара в зону защитника (удары с собственного подбрасывания).

Какое упражнение не подходит для обучения и совершенствования тактики игры в защите (обороне)

+Подача на точность в 3-метровые коридоры (площадка маркируется), по зонам площадки.

Прием мяча от нападающего удара в зону защитника (удары с собственного подбрасывания).

Прием мяча от нападающего удара в различных направлениях (в парах).

Блокирование нападающих ударов с собственного подбрасывания в определенном направлении.

Какие игры не являются высшей формой интегральной подготовки?

Учебные игры.

Соревновательные игры.

+Товарищеские игры.

Контрольные игры.

Целью спортивной тренировки является:

+Достижение высоких спортивных результатов, развитие духовных и физических способностей, формирование и воспитание в интересах общества.

Реализовывать возможности оптимального физического развития людей, всестороннего совершенствования свойственных каждому человеку физических качеств.

Реализация нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания.

Какие задачи реализуются в процессе спортивной тренировки

+Задачи нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания. Воспитание физических способностей, необходимых в избранном виде спорта, общей физической подготовки.

Достижение высоких спортивных результатов, развитие духовных и физических способностей.

Реализовывать возможности оптимального физического развития людей.

Что собой представляют принципы спортивной тренировки

+Наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы.

Достижение высоких спортивных результатов, развитие духовных и физических способностей, формирование личности и воспитание в интересах общества.

Реализовывать возможности оптимального физического развития людей.

На что направлена физическая подготовка

+На развитие физических качеств и является базой для совершенствования техники.

На способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать внешним силам.

На развитие максимальных усилий, связанных с необходимостью преодоления максимального сопротивления.

Что предусматривает метод максимальных усилий

Использование непредельных отягощений с предельным числом повторений (до отказа).

Создание максимального силового напряжения посредством работы с непредельным отягощением с предельной скоростью.

+Выполнение заданий, связанных с необходимостью преодоления максимального сопротивления.

Метод круговой тренировки – это

+Обеспечение комплексных воздействий на различные мышечные группы.

Выполнение заданий, связанных с необходимостью преодоления максимального сопротивления.

Выполнение силовых способностей преимущественно в игровой деятельности и борьбе с нарастающим утомлением организма.

Игровой метод – это

+Выполнение силовых способностей преимущественно в игровой деятельности и борьбе с нарастающим утомлением организма.

Обеспечение комплексных воздействий на различные мышечные группы.

Использование непредельных отягощений с предельным числом повторений (до отказа).

Специальная физическая подготовка (СФП) – это

+Процесс, который обеспечивает развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков, специфичных лишь для конкретных видов спорта или конкретных профессий.

Способность спортсмена (человека) в определенных условиях реагировать с высокой скоростью движений на тот или иной раздражитель.

Способность спортсмена (человека) значительное время выполнять работу без снижения мощности нагрузки, ее интенсивности или как способность организма противостоять утомлению.

Выносливость – это

+Способность спортсмена (человека) значительное время выполнять работу без снижения мощности нагрузки, ее интенсивности или как способность организма противостоять утомлению.

Способность спортсмена (человека) в определенных условиях реагировать с высокой скоростью движений на тот или иной раздражитель.

Способность спортсмена проявлять предельные скоростные качества и высокой волевой мобилизации.

Быстрота - это

+Способность спортсмена проявлять предельные скоростные качества и высокой волевой мобилизации.

Способность спортсмена значительное время выполнять работу без снижения мощности нагрузки, ее интенсивности.

Способность спортсмена в определенных условиях реагировать с высокой скоростью движений на тот или иной раздражитель

4 семестр 2 курс 4 семестр1 рубеж

Контроль ное упражне ние	Результат/ Баллы																Min кол- во балл ов	max кол- во балл ов
Передача мяча двумя руками сверху, снизу стоя у стены. (кол-во серий)	< 1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0					10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							
бросок набивного мяча (1кг) на дальность одной рукой с места (м)	м	1 1	11, 5	1 2	12, 5	1 3	13, 5	1 4	14, 5	1 5	15, 5	1 6	16, 5	1 7	17, 5	1 8	15	
	ж	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	1 0	10, 5	1 1	11, 5	1 2	12, 5	1 3		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1 1	12	1 3	14	1 5		
ИТОГО																	25	

2 курс 4 семестр (2рубеж)

Контрольн ое упражнени е	Результат/ Баллы																Min кол- во балло в	max кол- во балло в

Верхняя прямая подача на точность по зонам 1,6,5 (9 подач по 3 в каждую зону)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0		10					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
Прыжок в длину с места (см)	м	20 0	20 5	21 0	21 5	22 0	22 5	23 0	23 5	24 0	24 5	25 0	25 5	26 0	265	27 0	0	15
	ж	16 0	16 5	17 0	17 5	18 0	18 5	19 0	19 5	20 0	20 5	21 0	21 5	22 0	225	23 0		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ИТОГО																	25	

3 курс

Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется

Нагрузкой;
Дозировкой;
Объемом нагрузки;
Тренировкой.

Воздействие физических упражнений на организм спортсмена в процессе тренировки называются

Подводящие нагрузки.
Тренировочные нагрузки;
Специальные нагрузки;
Развивающие нагрузки;

Наиболее информативным, объективным и широко используемый в практике спорта, показателем реакции организма на физическую нагрузку является...

Интенсивность работы.
Величина частоты сердечных сокращений;
Время выполнения двигательного действия;

Объем выполненной нагрузки;

Подготовка, направленная на овладение знаниями и тактическими действиями, необходимыми для успешных выступлений, называется:

Технической подготовленностью;

Технической подготовкой;

Психологической подготовкой.

Специальная тактическая подготовка;

Тактическая подготовленность в игровых видах спорта тесно связана с использованием:

Тактики нападения;

Выбором оборонительной тактики;

Индивидуальных, групповых, командных действий;

Технических приемов, способов их выполнения;

Основными средствами специальной физической подготовки являются:

Игровые и соревновательные упражнения;

Упражнения из других видов спорта;

Подвижные игры;

Соревновательные и специально подготовительные упражнения;

В процессе соревновательной борьбы спортсмен должен думать о:

Чемпионском звание;

Победе;

Материальном стимулах и поощрениях.

Качественном выполнении соревновательных действий;

С какого технического элемента начинают обучение в футбол

удар

передача

ведение мяча

перемещение

Какие упражнения служат развития физических способностей необходимых в футболе

подготовительные упражнения

общеразвивающие упр.

подводящие

основные

Каким методом эффективно развивается скоростная выносливость

переменные

равномерным
круговыми
интервальным

Что относится к задаче повышения ОФП

повысить количество подтягиваний на перекладине
развивать частоту движений ног при беге
развивать общую выносливость
повышать функциональную деятельность дыхательной системы.

Какое понятие не относится к тактике защиты в футболе

перехват
прием мяча
удар
страховка

Что не относится к средствам тактической подготовки в футболе

подвижные и спортивные игры, специальные эстафеты
упражнения по тактике
двухсторонние игры, контрольные игры и соревнования
подготовительные упражнения на меткость

Быстрое нападение наименее эффективно

при ударе от ворот
при стандартном положении
при перехвате мяча
при начальном ударе

Что не относится к средствам тактической подготовки в футболе

подвижные и спортивные игры, специальные эстафеты
упражнения по тактике
двухсторонние игры, контрольные игры и соревнования
подготовительные упражнения на меткость

Какая подготовка команды говорит о ее классе

физическая подготовка
техническая подготовка
техничко-тактические действия
психологическая

Метод наглядного обучения

рассказ
обучение
показ

Словесный метод обучения

объяснение

показ
беседа

Что не относится к тактической подготовке в футболе

установка на игру
умение распределить свои силы в игре
разбор игры

Требования к защите против быстрого нападения

обязательное вступление в борьбу за мяч
отход игроков назад
сохранение стройности оборонительных линий

Основной критерий отбора при переводе из группы начальной подготовки в учебно-тренировочную группу

контрольные нормативы
5 по физ. культуре
по желанию

3 курс 5 семестр

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы											Min кол-во баллов	Max кол-во баллов
Удары по воздуху на точность в мини футбольные ворота правой-левой ногами. Расст.-15 м. 10 ударов (5 правой, 5 левой)	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	10
	Баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Жонглирование мяча ногами-произвольно	Кол-во	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100	0	15
	Баллы	2	4	6	8	10	11	12	13	14	15		
ИТОГО												25	

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы											Min	Max
Передача мяча партнеру по воздуху, расст.20 м, правой-левой ногами (5+5) на точность (коридор 4 м)	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	10
	Баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Ведение, обводка фишек и передача мяча партнеру низом,расст.10 м, правой-левой ногами на точность(коридор 2 м)	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	15
	Баллы	2	4	6	8	10	11	12	13	14	15		
ИТОГО												25	

Вопросы к экзамену по курсу «Теория и методика избранного вида спорта» (спортивные игры) для студентов 3 курса

1. Принципы спортивной тренировки.
2. Техническая подготовка. Обучение технике. Задачи, средства, методы.
3. Ошибки при освоении техники, их причины, предупреждения и методика устранения.
4. Совершенствование спортивной техники. Задачи, средства, методы.
5. Повышения надежности навыков спортивной техники в условиях действия сбивающих факторов (устомление, эмоциональное напряжение, шумовые и психические возмущения).
6. Индивидуализация тренировочного процесса. Критерии технического мастерства спортсменов.
7. Обучение тактике. Задачи, средства, методы.
8. Совершенствование тактического мастерства. Задачи, средства, методы.
9. Повышения надежности тактических действий в условиях сбивающих факторов, характерных для соревнований по избранному виду спорта, в условиях нагрузок высокой интенсивности; при противодействии партнеров, моделей соперников и реального соперника.
10. Критерии тактического мастерства спортсменов.
11. Определение понятий «быстрота», «сила», «скоростно-силовые качества» и формы их проявления в виде спорта.
12. Определение понятий «выносливость», «ловкость», «гибкость» и формы их проявления в виде спорта.
13. Физическая подготовка. Задачи, средства, методы.
14. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов.
15. Критерии физической подготовленности спортсменов.
16. Теоретическая подготовка. Повышение интеллектуального уровня как фактор неуклонного повышения спортивного мастерства в системе многолетней тренировки.
17. Задачи, содержание, методы теоретической подготовки на всех уровнях многолетней работы со спортсменами.

18. Общие и специальные вопросы теоретической подготовленности.
 19. Психологическая (морально-волевая) подготовка.
 20. Значение формирования личности спортсменов в достижении целей системы многолетней подготовки.
 21. Психологическая подготовка в системе тренировки.
 22. Психологические качества в структуре соревновательной деятельности спортсменов. Задачи, средства и методы психологической подготовки применительно к различным организационным формам подготовки спортсменов.
- Связь психологической подготовки с технико-тактической, физической, теоретической и соревновательной подготовкой

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Баскетбол

а) основная литература:

1. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст: электронный.
2. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Издательство СибГУФК, 2017. – 108 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
3. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2014. – 136 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр.: с. 128-130. – Текст : электронный.
4. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.]; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438824> (дата обращения: 19.03.2019).

б) дополнительная литература:

5. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст:

электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/444895> (дата обращения: 19.03.2019).

6. Демидкина, И.А. Организация проведения учебно-тренировочных занятий по физической подготовке баскетболистов: учебное пособие / И.А. Демидкина; Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. — 158 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256101> (дата обращения: 19.03.2019). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-9585-0573-9. — Текст: электронный.

7. Начальная подготовка баскетбольных судей: учебное пособие / В.А. Цимбалюк, Ю.П. Девяткин, Е.Ю. Ковыршина, Н.М. Цимбалюк. — Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2011. — 68 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228954> (дата обращения: 19.03.2019). — ISBN 978-5-7782-1686-0. — Текст: электронный.

8. Роуз, Л. Баскетбол чемпионов: основы: практическое пособие: [12+] / Л. Роуз. — Москва Человек, 2014. — 273 с.: ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461434> (дата обращения: 19.03.2019). — ISBN 978-5-906131-22-5. — Текст: электронный.

Волейбол:

а) основная литература:

1. Физическая культура : учебник : [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. — Красноярск : СФУ, 2017. — 612 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 19.03.2019). — Библиогр.: с. 608-609. — ISBN 978-5-7638-3640-0. — Текст : электронный.
2. Волейбол: теория и практика : учебник : [12+] / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. — Москва : Спорт, 2016. — 456 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479> (дата обращения: 19.03.2019). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-9906734-7-2. — Текст : электронный.
3. Основы обучения технике игры в волейбол : учебное пособие / А.А. Гераськин, Б.П. Сокур, И.А. Рогов, Т.А. Колупаева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Издательство СибГУФК, 2014. — 280 с. : схем., табл., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336072> (дата обращения: 19.03.2019). — Библиогр.: с. 274-276. — Текст : электронный.

4. Фомин, Е.В. Волейбол: начальное обучение : учебное пособие : [16+] / Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина. – Москва : Спорт, 2015. – 88 с. : ил. – (Спорт в школе). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415> (дата обращения: 19.03.2019). – ISBN 978-5-9906578-2-3. – Текст : электронный.
5. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438824> (дата обращения: 19.03.2019).

б) дополнительная литература

6. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/444895> (дата обращения: 19.03.2019).
7. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 136 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр.: с. 128-130. – Текст : электронный.
8. Акчурин, Н.А. Учет индивидуальных особенностей при формировании технико-тактических действий в процессе подготовки волейболистов : учебное пособие : [16+] / Н.А. Акчурин, А.А. Щанкин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 156 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362760> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-0147-7. – DOI 10.23681/362760. – Текст : электронный.

Футбол:

а) основная литература:

1. Осипов, С.В. Футбол: история, теория и методика обучения : учебное пособие : [16+] / С.В. Осипов, Е.В. Мудриевская ; Минобрнауки России, Омский государственный технический университет. – Омск : Издательство ОмГТУ, 2017. – 90 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493422> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр.: с. 84-85. – ISBN 978-5-8149-2520-6. – Текст : электронный.
2. Губа, В.П. Теория и методика футбола : учебник : [12+] / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – Москва : Спорт, 2015. – 568 с. : ил., табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430456> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9906578-9-2. – Текст : электронный.
3. Физическая культура : учебник : [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный.

4. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр.: с. 65. – Текст : электронный.
5. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 189 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438824> (дата обращения: 19.03.2019).

б) дополнительная литература

6. Лапшин, О.Б. Учим играть в футбол: планы уроков : практическое пособие : [12+] / О.Б. Лапшин. – Москва : Человек, 2015. – 257 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461414> (дата обращения: 19.03.2019). – ISBN 978-5-906131-51-5. – Текст : электронный.
7. Губа, В.П. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы : монография : [12+] / В.П. Губа, А. Стула, К. Кромке ; худож. А. Литвиненко. – Москва : Спорт, 2017. – 272 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454495> (дата обращения: 19.03.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-75-6. – Текст : электронный.
8. Левченко, Е.С. Футбол : учебно-методическое пособие / Е.С. Левченко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 159 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457404> (дата обращения: 19.03.2019). – Текст : электронный.
9. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/444895> (дата обращения: 19.03.2019).

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам (библиотека СОГУ):

- электронная библиотека диссертаций и авторефератов ЭБД РГБ (Электронной библиотеки диссертаций Российской Государственной библиотеки). - URL: <http://diss.rsl.ru/>;
- научная электронная библиотека eLibrary.ru. - URL: <http://elibrary.ru/>;
- ЭБС "Университетская библиотека on-line". - URL: <http://www.biblioclub.ru/>;
- ЭБС "Консультант студента". - URL: www.studmedlib.ru/;

- Электронная библиотека «Юрайт» - URL: <https://biblio-online.ru/>;
- электронный каталог;
- электронная картотека газетно-журнальных статей.

Рекомендуемые интернет-адреса по курсу «Теория и методика избранного вида спорта»:

Баскетбол:

1. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210476>
2. <http://fiz-cultura.ucoz.ua/publ/basketbol/7>
3. http://mtdonuetnfv.ucoz.ru/index/ehlektronnyj_uchebnik_po_basketbolu/0-

Волейбол:

1. <http://www.FIVB.com>
2. <http://www.CEV.com>
3. <http://www.voley.ru>.

Футбол:

1. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=222104>
2. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=430456&sr=1
3. <http://футбол-удары.pф/detskiy-futbol-1.html>

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №14:

-преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 30 посадочных мест;
 -мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки; кафедра;
 программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Консультант плюс; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров

Дворец спорта: зал игровых видов спорта:

Зал спортивных игр с трибунами оснащен табло с программным обеспечением. Площадки, оснащенные соответствующим оборудованием, мячи для спортивных игр, сетка волейбольная, стойки для волейбольной сетки, баскетбольные щиты, ворота, сетка, а также две комнаты для переодевания с душевыми отделениями и санузлом. Подсобное помещение с необходимым инвентарь для проведения учебно-тренировочных занятий по спортивным играм. S=981,8 кв.м.

11. Лист обновления/актуализации

(Если программа была обновлена, то следует добавить следующее (выбрать нужный вариант))

Программа обновлена.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры _____
наименование
кафедры от «_____» _____ 20__ г., протокол № _____.

Программа одобрена на заседании совета _____
факультета от «_____» _____ 20__ г., протокол № _____.

или

Программа актуализирована.

Внесенные изменения и дополнения утверждены на заседании кафедры

Протокол заседания кафедры от « _____ » _____ 20__ г. № _____.